KONZEPT FÜR EIN GRUPPENANGEBOT MIT GEFLÜCHTETEN JUNGEN FRAUEN

Ideen * Anregungen * Erfahrungen

AWO Arbeiterwohlfahrt Unterbezirk Dortmund

GrünBau

LWL Für die Menschen. Für Westfalen-Lippe.

Ministerium für Kinder, Familie, Flüchtlinge und Integration des Landes Nordrhein-Westfalen

Vorwort

Die Arbeiterwohlfahrt Unterbezirk Dortmund und die GrünBau gGmbH betreuen schon seit vielen Jahren minderjährige, unbegleitete Flüchtlinge. Die verschiedenen Angebote werden stets weiterentwickelt und immer stärker spezialisiert. Dabei stehen die Kinder und Jugendlichen im Fokus unseres Handelns und die Angebote richten sich nach ihren Bedürfnissen.
Im Zuge des Aufbaus des Clearinghauses der AWO, einer Erstaufnahme- und Diagnostikeinrichtung, begegneten wir vielfältigen Herausforderungen. Bereits mit der Errichtung dieses Spezialangebotes betraten wir in NRW Neuland; mit der bewussten Entscheidung, die 38 Plätze bietende Einrichtung gemischtgeschlechtlich zu führen, erkundeten wir ebenfalls ein bis dahin wenig vertrautes, wenn nicht sogar gänzlich unbekanntes Feld.

Das Zusammenleben von männlichen und weiblichen jungen Geflüchteten birgt aus unserer Sicht nicht nur die wohlbekannten Gefahren und Gefährdungspotentiale, sondern auch eine große Chance auf gemeinsames Lernen und intensive Beschäftigung mit mitgebrachten Rollenbildern- und Zuschreibungen und die Integration neuer Erfahrungswelten. In diesem Zusammenhang sahen wir aber auch die Notwendigkeit, Schutz- und Rückzugsräume zu schaffen, vor allem für die zahlenmäßig unterrepräsentierten Mädchen. Und das nicht nur im Sinne der Raumgestaltung, sondern auch als sozioemotionales Angebot zur Verarbeitung der neuen und sicherlich herausfordernden Eindrücke.

AWO und GrünBau entwickelten im Rahmen eines Projektes ein Gruppenangebot für unbegleitete, minderjährige Mädchen. Die Möglichkeit, sich untereinander auszutauschen, mit- und voneinander zu lernen, gemeinsam sowohl positive als auch schwierige, aktuelle und vergangene Erlebnisse zu teilen, sahen wir als dringend notwendige Voraussetzung für das Gelingen des pädagogischen Auftrages.
Die Erlebnisse in ihren Heimatländern, während der Flucht und in ihrem neuen Land sind von so vielfältiger Natur und müssen besprochen, begleitet und verarbeitet werden. Die Möglichkeit, über ihre Ängste und Hoffnungen zu sprechen, gemeinsam lachen und weinen zu können, gemeinsam zu lernen und sich gegenseitig zu unterstützen, stärkt jedes einzelne Mädchen sowie die Gemeinschaft und schafft die Möglichkeit der Perspektiventwicklung für die Zukunft. Die behutsame Begleitung durch fachlich geschultes und für die erwarteten Themen sensibilisiertes Personal bietet dafür die Grundlage.

Für die geleistete Arbeit bedanken wir uns bei den Mitarbeiter*innen von GrünBau und der AWO sehr herzlich, verbunden mit der Hoffnung, dieses Gruppenangebot auch weiterhin vorhalten zu können. Die Unterstützung aller uns anvertrauten Kinder- und Jugendlichen, hier insbesondere der Mädchen auf ihrem Weg des Erwachsenwerdens mit dem Ziel ein erfolgreiches, selbstbestimmtes Leben führen zu können, ist auch für die Zukunft unerlässlich.

Jörg Loose
Bereichsleiter Kinder, Jugend und Familie
AWO Unterbezirk Dortmund

Andreas Koch
Geschäftsführer
GrünBau gGmbH

GLIEDERUNG

1. EINLEITUNG UND ÜBERBLICK 4

1.1 Vorwort von uns 4
1.2 Wie ein solches Angebot funktionieren kann 6
1.3 Themenauswahl 10

2. LEBEN IN DEUTSCHLAND 12

2.1 Das deutsche Bildungssystem für UMF 12
2.2 Berufsbilder 14
2.3 Das Asylverfahren in Deutschland 16
2.4 Das deutsche Jugendhilfesystem für UMF 20
2.5 Wohnungssuche 23

3. SEXUELLE BILDUNG 26

3.1 Körperwissen und Sexualität 26
3.2 Verhütungsmethoden 30
3.3 Weibliche Genitalverstümmelung (FGM) 32

4. SELBSTREFLEXION, ROLLENBILDER & GESELLSCHAFT 34

4.1 Normen, Werte und das Leben in Deutschland 34
4.2 Wer bin ich und was macht mich aus? 36
4.3 Wie stelle ich mir meine Zukunft vor? 40
4.4 Meine Ressourcen 43
4.5 Rollenbilder 46
4.6 Grenzsetzung und Selbstbehauptung 51
4.7 Menschenrechte 53
4.8 Diskriminierung 54

5. SPIELEKOFFER 56

1. EINLEITUNG & ÜBERBLICK

1.1 Vorwort von uns

Was wir mit dieser Broschüre erreichen möchten

Bereits 2012 wurde im Dortmunder Clearinghaus (eine Einrichtung für unbegleitete minderjährige Geflüchtete zur Inobhutnahme und zum Clearing) eine Gruppe für die jungen Bewohner*innen ins Leben gerufen. Die damals zuständige Psychologin sah einen großen Bedarf, den Mädchen, die gegenüber den männlichen Bewohnern in deutlicher Unterzahl waren, einen eigenen Raum für ihre speziellen Bedürfnisse zu bieten und gleichzeitig ein neues Bildungsangebot zu erschaffen. Die Mädchengruppe, die anfangs als kleines Versuchsprojekt mit sechs Terminen startete, kann mittlerweile auf sechs spannende Jahre zurückblicken. Insgesamt haben in diesem Zeitraum knapp 200 Mädchen und junge Frauen an diesem Gruppenangebot teilgenommen und mit ihrer Persönlichkeit und ihren Ideen die Mädchengruppe entscheidend mitgestaltet. Auch bei den Leiter*innen hat sich in dieser langen Zeit ein enormer Erfahrungsschatz angesammelt. Auf eben dieser Grundlage ist diese Broschüre entstanden.

Wir möchten mit dieser Zusammenstellung allen, die sich für unsere Arbeit interessieren und möglicherweise eigene Projekte initiieren wollen, einen Einblick in die Gestaltung der Gruppe sowie hilfreiche Tipps und Erfahrungswerte bieten.

Die vergangenen sechs Jahre waren nicht nur für die jungen Frauen, sondern auch für uns sehr lehrreich. Durch die große Vielfalt der Mädchen werden wir stetig mit neuen Fragen, Herausforderungen und Ideen konfrontiert. Diese Broschüre ließe sich daher fortlaufend verändern und ergänzen. Dennoch nehmen wir die hohe Nachfrage an unserer Arbeit zum Anlass, einen Ausschnitt aus der Fülle an Themen zu Papier zu bringen, um - im Idealfall - zum Nachahmen anzuregen.

Weswegen uns die Arbeit der Mädchengruppe wichtig ist

Neu in Deutschland angekommen, stehen die jungen Frauen vor der Aufgabe, sich ohne ihre Familie in eine bisher gänzlich fremde Kultur zu integrieren, eine neue Sprache zu lernen und mit Menschen verschiedenster Nationen zusammenzuleben. Ihre Lebenswelt ist geprägt von einer unsicheren Zukunft, welcher nicht selten auch traumatische Erfahrungen in der Vergangenheit vorausgegangen sind. Durch ihre teils abhängige und schutzlose Situation wurden und werden die jungen Frauen häufig Opfer von physischer und psychischer Gewalt. Hinzu kommt, dass ihnen meistens essentielle Informationen zu den Themen Sexualität und Verhütung fehlen, so dass es nicht selten in den ersten Monaten ihres Aufenthaltes in Deutschland zu einer ungeplanten Schwangerschaft kommt.

Die minderjährigen Geflüchteten weisen sehr unterschiedliche Bildungs-Niveaus auf, bringen aber unabhängig davon nahezu alle einen großen Wissensdurst mit. Das deutsche Gesellschaftssystem ist ihnen in ihrer Anfangszeit häufig sehr fremd und muss in all seinen Facetten neu erkundet werden. Unsere Gruppe bietet den Mädchen eine Plattform für Information und Austausch - sowohl mit anderen Geflüchteten als auch mit Fachkräften.

Dass wir in dieser Broschüre die Begrifflichkeiten “Mädchen” und “junge Frauen” verwenden, ist ausschließlich auf Gründe der besseren Lesbarkeit zurückzuführen. Ob sich alle Teilnehmer*innen unseres Angebotes auch weiblich fühlen, wissen wir nicht. Zudem möchten wir der Vielfalt des Lebens gerecht werden und versuchen dies durch die Verwendung des **Gender-Sternchens** auszudrücken.

EINE ANMERKUNG: Auch, wenn wir unsere Gruppe ausschließlich auf Mädchen und junge Frauen ausgerichtet haben, sehen wir bei den männlichen jugendlichen Geflüchteten einen ebenso hohen Bedarf an vergleichbaren Angeboten. Jedes der in der Broschüre dargestellten Themen ließe sich auch mit jungen Männern durchführen – idealerweise mit zum Teil etwas abgewandeltem methodischen Vorgehen.

1.2 Wie ein solches Angebot funktionieren kann

Das Wichtigste bei der Umsetzung eines Angebotes wie der Mädchengruppe ist aus unserer Sicht Herzblut. Große Lust auf ein solches Projekt und Kooperationspartner*innen, die diese Motivation teilen, sind die grundlegenden Bedingungen unserer Arbeit und helfen über Hindernisse und Unwägbarkeiten hinweg. Neben dem Mut zur Spontaneität ist auch ein strukturiertes Planen notwendig, wenn ein solches Angebot Bestand haben soll. Aus diesem Grund geben wir an dieser Stelle einen Überblick über den Rahmen unseres Projektes.

Team

Wir sind ein multiprofessionelles Team, bestehend aus einer Psychologin, einer Erziehungswissenschaftlerin und einer Sexualpädagogin. Diese qualitative Vielfalt ist sicher keine Bedingung für die Teamgestaltung, wir merken jedoch immer wieder, wie hilfreich es ist, dass wir unsere unterschiedlichen Kompetenzen in der Arbeit mit den jungen Frauen einbringen und bündeln können. Wir erachten es als sinnvoll, zu dritt zu arbeiten, um den teilweise recht hohen Arbeitsaufwand in der Vor- und Nachbereitung der Gruppenstunden untereinander aufteilen zu können. Zudem dolmetschen wir in einige Sprachen auch selbst; unserer Erfahrung nach ist es jedoch schwierig, zeitgleich zu dolmetschen, zu moderieren und insbesondere bei kritischeren Themen den Überblick über den Gruppenprozess zu behalten.

Teilnehmer*innen

Unser Angebot ist ausgerichtet auf unbegleitete minderjährige geflüchtete junge Frauen. Jedoch steht die Gruppe ebenfalls Teilnehmer*innen offen, die bereits volljährig sind (bis max. 25 Jahre) oder keinen Fluchthintergrund haben und dennoch an einem Austausch in dieser Form interessiert sind. Vereinzelt konnten wir auch gebürtige deutsche Mädchen begrüßen und die Erfahrung machen, dass diese Mischung zu einem spannenden Austausch führen kann.

Zeit

Die Mädchengruppe findet im Regelfall alle zwei Wochen für zwei Stunden von 16:00 bis 18:00 Uhr statt. Hinzu kommt Zeit für die Vor- und Nachbereitung der Themen und des Gruppenraumes, für das Bestellen von Dolmetscher*innen, für den Einkauf von Lebensmitteln und Materialien, für Öffentlichkeitsarbeit bzw. die Kooperation mit anderen Einrichtungen sowie für konzeptionelle Planungen und das Schreiben und Verwalten eventueller Projektförderanträge. Während diese Faktoren bei der Neuinstallation eines solchen Projektes einen größeren Zeitaufwand bedeuten, können sich bestimmte Arbeitsabläufe mit der Zeit sehr gut einspielen und fallen als „Zeitfresser“ weg.

Ort

Ideal für die Gruppengestaltung ist ein großer Raum, der auch Platz für Bewegungsspiele sowie die Möglichkeit zur Gestaltung einer ansprechenden Atmosphäre bietet.
Über viele Jahre hinweg haben wir das Angebot in einem Clearinghaus für unbegleitete minderjährige Geflüchtete durchgeführt. Der Vorteil hierbei war, dass wir sehr gut diejenigen Mädchen erreichen konnten, die erst seit wenigen Tagen oder Wochen in Deutschland sind. Die Teilnehmer*innen, die nach einigen Monaten aus dem Clearinghaus ausgezogen waren, haben die Mädchengruppe oftmals weiterhin besucht.
Aus räumlichen Gründen führen wir das Angebot aktuell im Haus eines Jugendhilfeträgers durch, der ebenfalls einen Schwerpunkt in der Arbeit mit geflüchteten Jugendlichen hat. Entgegen unserer Bedenken haben wir die Erfahrung gemacht, dass dennoch sehr viele junge Frauen den Weg in die Mädchengruppe finden; hierfür ist jedoch eine gute Kooperation sowohl mit dem Clearinghaus als auch mit anderen Jugendhilfeeinrichtungen unabdingbar.

Sprache

Wir selbst decken innerhalb unseres Teams die Sprachen Deutsch, Englisch, Französisch und Rumänisch ab. Für alle zusätzlich benötigten Sprachen beauftragen wir Dolmetscher*innen. Wir haben festgestellt, dass eine gute Dolmetscher*in Gold wert ist. Insbesondere bei den sexualpädagogischen Themenblöcken ist es von großer Bedeutung, dass Übersetzer*innen mögliche eigene Schamgefühle zurückstellen und eins zu eins dolmetschen können.

Struktur

Für unsere Gruppenstunden haben wir uns einen Rahmen gesetzt, der sich aufgrund verschiedener äußerer Einflüsse nicht immer wie geplant umsetzen lässt. Grundsätzlich ist es uns jedoch wichtig, den Teilnehmer*innen eine gewisse Struktur zu bieten. Sind neue Teilnehmer*innen dabei, bietet es sich an, die Gruppenstunde mit einer Vorstellungsrunde und einer kurzen Einführung in unser Gruppenangebot durch die anderen Mädchen zu beginnen. Auch eine Einführung in die von den Teilnehmer*innen selbst gewählten Gruppenregeln ergibt an dieser Stelle Sinn. Für den Abschluss einer jeden Stunde haben wir gute Erfahrungen damit gemacht, kleine Spieleeinheiten einzuplanen. Insbesondere nach emotional oder intellektuell schwierigeren Themen lockert sich hierdurch die Stimmung auf und das Gruppengefühl wird gestärkt. Aus diesem Grund geben wir in dieser Broschüre auch Anregungen für Spiele, die mit wenig Worten auskommen. Darüber hinaus ist es uns wichtig, immer auch ein kurzes Feedback der Teilnehmer*innen zur jeweiligen Gruppenstunde einzuholen. Um einen guten Überblick zu behalten, notieren wir uns anschließend die Namen der Anwesenden und das behandelte Thema.

Finanzierung

Derzeit finanziert sich unser Gruppenangebot – neben der Personalkostenübernahme durch unsere Träger - im Wesentlichen über den Kinder- und Jugendförderplan des Landes NRW. Damit können die Kosten für Dolmetscher*innen, Lebensmittel, Eintritts- und Fahrtengelder, externe Honorarkräfte sowie Sachmittel gut abgedeckt werden. Allerdings werden die Projektgelder für Jahresprojekte in der Regel erst im 2. Quartal eines Jahres bewilligt. Darüber hinaus werden insbesondere seit 2015 von Bund und Ländern gelegentlich finanzielle Mittel für Projekte mit geflüchteten Menschen freigegeben. Eine gute Übersicht über öffentliche sowie private unterstützende Institutionen findet sich auf der Homepage der Bundeszentrale für politische Bildung[1].

Werbung und Kooperation

Da unser Angebot für jede*n zugänglich und nicht für eine geschlossene Gruppe (wie z. B. eine Wohngruppe in einer Einrichtung) konzipiert ist, sind kontinuierliche Werbung und die Kooperation mit verschiedenen Institutionen notwendig, um die jungen Frauen zu erreichen. Für unsere Gruppe hat es sich bewährt, verschiedene Jugendhilfeträger regelmäßig mit einem Newsletter über geplante Termine und Aktivitäten zu informieren. Zudem teilen wir den Mädchen zu Beginn jedes Quartals eine Terminübersicht mit den anstehenden Gruppenstunden aus. Zusätzlich erinnern wir die jungen Frauen nach jeder Gruppenstunde an den jeweils nächsten Termin und laden sie ein, auch ihre Freund*innen mitzubringen. Darüber hinaus suchen wir nach Möglichkeit den regelmäßigen persönlichen Kontakt mit den Mitarbeiter*innen der mit uns kooperierenden Einrichtungen.

[1]siehe » www.bpb.de/partner/akquisos/222387/foerdermittel

Herausforderungen

Wir können noch so gut organisiert sein – gar nicht selten kommt bei aller Struktur doch das Leben dazwischen. Eine große Schwierigkeit in der Durchführung einer geplanten Gruppenstunde nach unseren Vorstellungen ist die (Un-)Pünktlichkeit der jungen Frauen. Vielen geflüchteten Mädchen ist die deutsche Terminfixierung anfangs sehr fremd. So berichtete uns z. B. einmal eine Teilnehmer*in, dass in ihrem afrikanischen Dorf die Schule erst dann beginne, wenn alle Schüler da seien – was auch schon mal zwei Stunden Wartezeit mit sich bringen könne. Wir haben jedoch die Erfahrung gemacht, dass es vielen der Mädchen im Laufe der Zeit selbst wichtig wird, dass die Gruppe pünktlich starten kann und sie dies von den anderen Teilnehmer*innen einfordern.

Auch die Anzahl der teilnehmenden Mädchen kann erfahrungsgemäß sehr schwankend sein. Wir haben Gruppenstunden mit nur zwei Teilnehmer*innen erlebt und solche, in denen der Raum mit mehr als zwanzig jungen Frauen fast zu klein war. Dies birgt neben Platzproblemen auch Schwierigkeiten bei der Planung. So können wir oft nur schwer abschätzen, wie viel Zeit wir für eine thematische Einheit benötigen werden, da mit einer großen Anzahl an Mädchen meist auch die Sprachenvielfalt ansteigt und damit die Zeit, die für das Dolmetschen erforderlich ist. Auf der anderen Seite ergeben bestimmte Übungen jedoch erst mit einer Mindestzahl an Teilnehmer*innen Sinn. Eine gewisse gedankliche Flexibilität ist in solchen Fällen unabdingbar, um die ursprünglichen Planungen den Gegebenheiten anpassen zu können.

Ebenfalls als herausfordernd stellen sich solche Gruppenstunden dar, in denen eine Dolmetscher*in (kurzfristig) nicht verfügbar ist. In den meisten Fällen entscheiden sich die jungen Frauen dennoch zur Teilnahme. Manchmal ist eine Übersetzung durch andere Teilnehmer*innen möglich, in anderen Fällen versuchen wir - mit Händen und Füßen und Übersetzungsprogrammen sowie Bildern – zumindest die Grundlagen eines Themas verständlich zu machen.

Dies sind nur einige Beispiele, die exemplarisch für eine Reihe von Herausforderungen stehen sollen, die bei dieser Arbeit auftreten können. Nicht immer lässt sich eine für alle Seiten zufriedenstellende Lösung finden – aber auch das gehört dazu. Hiervon sollten sich motivierte Mitarbeiter*innen jedoch nicht abschrecken lassen, denn der Spaß, den diese Arbeit mit sich bringen kann und die spannenden neuen Erfahrungen entschädigen dafür allemal.

1.3 Themenauswahl

Das Ziel der Mädchengruppe ist es, die jungen Frauen zu einem selbstbewussten und selbstbestimmten Leben in dieser Gesellschaft zu befähigen.

Um uns diesem Ziel anzunähern, möchten wir die Mädchen zum einen dazu einladen, sich neues Faktenwissen anzueignen. Zum anderen möchten wir mit ihnen in einen steten und regen Austausch über verschiedene gesellschaftlich relevante Themen treten. Wir als Gruppenleitung legen unseren Fokus dabei auf die drei Themenblöcke Leben in Deutschland, Sexuelle Bildung und Selbstreflexion, Rollenbilder & Gesellschaft. Für jeden Themenblock haben wir sehr konkrete Ideen, welche Aspekte dieser jeweils sehr umfassenden Themenblöcke für die jungen Frauen interessant sein könnten.

Jedoch legen wir großen Wert darauf, dass die Teilnehmer*innen der Mädchengruppe ihre Gruppe auch selbst gestalten und dementsprechend darüber entscheiden können, welche Themen in den kommenden Gruppenstunden behandelt werden.

Darum geben wir den jungen Frauen jeweils zu Beginn eines Quartals den Raum dazu, diese Entscheidung gemeinsam zu treffen.

Ziele

- Auseinandersetzung mit den eigenen Bedürfnissen und Interessen
- Förderung des Demokratieverständnisses

Zeit

- ca. 30-45 Minuten

Materialien

- Themenkarten mit grafischen Darstellungen der Themen (z. B. Thema „Verhütungsmethoden“ » Bild mit Darstellung von Verhütungsmitteln)
- leere Karten
- Tesafilm/ Magnete/ Pins
- Klebepunkte/ Post-Its/ Büroklammern
- Stifte für alle Teilnehmer*innen

Möglicher Ablauf

1. Zu Beginn der Gruppenstunde stellen sich alle Mädchen vor. Dabei nennen sie ihren Namen, ihr Alter, ihr Herkunftsland, die aktiv beherrschten Sprachen und seit wann sie in Deutschland leben.
2. Anschließend wird von der Gruppenleitung ein Kennenlernspiel (siehe *Spielekoffer*) initiiert.
3. Die Themen werden vorgestellt und ergänzt:
   - die Gruppenleitung weist darauf hin, dass diese Gruppe vor allem davon lebt, dass jede Teilnehmer*in ihre eigenen Themen und Interessen einbringt
   - die Ideen der Gruppenleitung werden mithilfe der Themenkarten vorgestellt und erläutert
   - alle Themen, die darüber hinaus von der Gruppe vorgeschlagen werden, werden auf den leeren Karten notiert und gegebenenfalls von den Mädchen mit kleinen Zeichnungen bebildert
4. Die Themen werden ausgewählt:
   - die Themenkarten werden im Raum ausgelegt oder an der Wand aufgehängt
   - etwaige Fragen der Teilnehmer*innen werden geklärt
   - jedes Mädchen erhält drei Klebepunkte, Post-Its oder Büroklammern
   - diese können nach den Interessen der Teilnehmer*innen auf den Themenkarten verteilt werden
   - sollte den jungen Frauen ein Thema besonders wichtig sein, können sie auf dieser Themenkarte auch zwei oder drei Klebepunkte, Post-Its oder Büroklammern anbringen
5. Zur Auswertung werden die Themenkarten in der Reihenfolge der abgegebenen Stimmen für alle sichtbar im Raum aufgehängt. Die Themen, die die meisten Stimmen erhalten haben, werden für die nächsten Gruppenstunden eingeplant.

Tipps, Hinweise und Erfahrungswerte

- Da diese Einheit kein zweistündiges Treffen füllt, könnte im Anschluss an die Themenauswahl bereits ein kurzes Thema bearbeitet werden; alternativ besteht die Möglichkeit, an dieser Stelle gemeinsam mit den Teilnehmer*innen Gruppenregeln festzulegen und zu verschriftlichen.

2. LEBEN IN DEUTSCHLAND

2.1 Das deutsche Bildungssystem für UMF

Ziele

- die Mädchen wissen, welche Bildungswege es gibt und welche Schulabschlüsse sie auf welchem Weg erlangen können
- die Bedeutung von Bildung in Deutschland für die Berufswahl wird vermittelt

Zeit

- ca. 2 Zeitstunden

Materialien

- Moderationskarten mit den Bezeichnungen der verschiedenen Schulformen und Bildungsabschlüsse
- zwei Skalen von 1 (niedrig) bis 10 (hoch)
- Bildkarten von beispielhaften beliebten Berufen (z. B. Krankenschwester, Erzieherin, Frisörin)
- je Mädchen drei Klebepunkte
- Tesafilm/ Magnete/ Pins

Möglicher Ablauf

1. Zum Einstieg in das Thema geben die Mädchen stille Statements ab:
   - die zwei Skalen sowie die Bildkarten verschiedener Berufe werden an der Wand aufgehängt
   - jedes Mädchen erhält drei Klebepunkte
   - mit je einem Klebepunkt positioniert sich jede Teilnehmer*in auf den Skalen bzw. den Bildkarten zu den folgenden Fragen:
     -> Welche Bedeutung hat Bildung für Mädchen in deinem Heimatland?
     -> Welche Bedeutung hat Bildung für dich?
     -> Welchen Beruf würdest du später gerne ausüben?
2. In der gesamten Gruppe wird über die Bedeutung von Bildung (in verschiedenen Ländern, für verschiedene Geschlechter etc.) diskutiert.
3. Es wird eine schematische Darstellung des Schulsystems für UMF Schritt für Schritt ausgelegt und erläutert.
4. Die Gruppenleitung moderiert einen Austausch in der gesamten Gruppe über die bisherigen Bildungswege der Mädchen in Deutschland und ihre jeweiligen schulischen Ziele.

Tipps, Hinweise und Erfahrungswerte

- Es ist unbedingt zu empfehlen, das Themenfeld Berufsbilder in der nachfolgenden Gruppenstunde zu besprechen, da durch diese Verbindung beiden Themenfeldern eine lebensnähere Bedeutung zukommt.
- Zur Vorbereitung der Gruppenleitung auf das Themenfeld Berufsbilder sollte das Ergebnis der Fragerunde zum Einstieg dokumentiert werden, um die Steckbriefe der beliebten Berufsbilder entsprechend erstellen zu können.

Die Benennung der jeweiligen Berufswünsche zu Beginn der Stunde sollte immer wieder in die Gruppenstunde einbezogen werden, um die Bedeutung der verschiedenen Schulabschlüsse in einen greifbaren Zusammenhang zu setzen.

- Um den Mädchen eine Einordnung der eigenen Bildungsmöglichkeiten in den Kontext des deutschen Bildungssystems zu ermöglichen, ist es durchaus sinnvoll, auch das reguläre deutsche Bildungssystem zu thematisieren. Erfahrungsgemäß bezieht sich das Interesse der Teilnehmer*innen am Thema jedoch eher darauf, sich über ihre eigenen Optionen in Abhängigkeit von ihren jeweiligen Bildungszielen zu informieren. Darum ist ein Vergleich der beiden, sich teilweise nur marginal streifenden Systeme eher als separater Punkt zu empfehlen.

2.2 Berufsbilder

Ziele

- die Mädchen lernen, ihre Vorstellungen von einem Berufsbild zu verbalisieren und mit der Realität abzugleichen
- die Mädchen wissen, welche Voraussetzungen notwendig sind, um sich für einen Beruf bewerben bzw. diesen ausüben zu können

Zeit

- ca. 1,5 Zeitstunden

Materialien

- je Berufsbild mehrere Bildkarten (ein prägnantes Bild zu der jeweiligen Berufsbezeichnung) sowie Blankokarten
- sechs laminierte Bildkarten von Berufsbildern, die pantomimisch gut darstellbar sind
- Moderationskarten mit den Bezeichnungen der verschiedenen Schulformen und Bildungsabschlüsse
- Stifte für alle Teilnehmer*innen
- Steckbriefe der beliebtesten Berufsbilder, zu beziehen z. B. über berufenet[2]
- Handbuch aller Berufsbilder, z. B. Beruf aktuell[3]

Möglicher Ablauf

1. Als Einstieg in das Thema werden sechs bekannte Berufsbilder pantomimisch dargestellt:
   - die Gruppe wird in zwei Kleingruppen geteilt und setzt sich im Halbkreis auf den Boden
   - jeweils ein Mädchen aus einer Kleingruppe kommt nach vorne und bekommt von der Gruppenleitung eine Bildkarte eines Berufsbildes gezeigt und eventuell erklärt; der abgebildete Beruf soll in ihrer Gruppe pantomimisch dargestellt werden
   - die Kleingruppe hat zwei Minuten Zeit, um den Begriff richtig zu erraten
   - wird richtig geraten, erhält die jeweilige Kleingruppe zwei Punkte, andernfalls bekommt die andere Kleingruppe einen Punkt
   - direkt im Anschluss an die pantomimische Darstellung eines Berufsbildes überlegt die gesamte Gruppe, was die prägnantesten Merkmale des jeweiligen Berufsbildes sind

[2] siehe » www.berufenet.arbeitsagentur.de/berufenet/
[3] siehe » www.arbeitsagentur.de/beruf-aktuell

2. Nach diesem Einstieg werden die verschiedenen Bildkarten der Berufsbilder sowie einige Blankokarten ausgelegt, aus denen sich jedes Mädchen diejenige auswählen kann, die ihrem derzeitigen Berufswunsch entspricht.
3. In Einzelarbeit notieren die Mädchen auf der Karte die Vorstellungen, die sie mit dem jeweiligen Berufsbild verbinden.
4. Die Ergebnisse werden in einer von den Teilnehmer*innen frei zu wählenden Form vor der Gruppe präsentiert. Sollten mehrere Mädchen zum gleichen Berufsbild gearbeitet haben, stellen diese ihre Ergebnisse nacheinander vor.
5. Anschließend wird mit der gesamten Gruppe besprochen, ob die Vorstellungen realistisch sind und alle wesentlichen Aspekte des Berufes umfassen. Die Gruppenleitung ergänzt die Vorstellung der einzelnen Berufsbilder um alle nicht genannten Punkte.
6. Jedes Mädchen erstellt einen Steckbrief ihres Wunschberufes, der die wesentlichen Merkmale des Berufes sowie die Zugangsvoraussetzungen benennt.
7. Es wird eine schematische Darstellung des Schulsystems für UMF ausgelegt, in der alle Teilnehmer*innen zunächst eigenständig versuchen, denjenigen Schulabschluss zu finden, der als Zugangsvoraussetzung für ihren Berufswunsch genannt wird. Anschließend legen alle reihum mit Unterstützung der Gruppenleitung eine Bildkarte ihres derzeitigen Wunschberufes neben die Moderationskarte, auf der der jeweils notwendige Schulabschluss genannt ist.
8. Abschließend schauen die Mädchen reihum, auf welchem Bildungsniveau sie sich derzeit befinden und welche Wege sie einschlagen müssten, um die Zugangsvoraussetzungen für ihren Wunschberuf zu erfüllen.

Tipps, Hinweise und Erfahrungswerte

- Es ist zu empfehlen, dieses Thema im Anschluss an eine Gruppenstunde zum Thema Bildungssystem zu behandeln.
- Beliebte Berufsbilder sind z. B. Krankenschwester, Erzieherin, Frisörin.
- Da es häufig schwierig ist, die eigenen Vorstellungen zu einem Berufsbild in Worte zu fassen, kann es für die Mädchen in Abhängigkeit von ihrem jeweiligen Deutschniveau einfacher sein, diese Aufgabe in ihrer jeweiligen Muttersprache zu bearbeiten und ihre Aufzeichnungen erst im Anschluss zu übersetzen bzw. übersetzen zu lassen.

2.3 Das Asylverfahren in Deutschland

Ziele

- Faktenwissen zum deutschen Asylsystem wird vermittelt
- die Mädchen können den derzeitigen Stand ihres eigenen Asylverfahrens einordnen und wissen um die anstehenden Schritte
- die verschiedenen Entscheidungsmöglichkeiten des BAMF werden besprochen
- die jungen Frauen kennen ihre eigenen Rechte im Asylverfahren

Zeit

- ca. 2,5 Zeitstunden (und mindestens 0,5 Zeitstunden für Fragen)

Materialien

- Bilder der verschiedenen Ausweispapiere (BüMA, Aufenthaltsgestattung, Fiktionsbescheinigung, Aufenthaltstitel, Duldung)
- Moderationskarten mit den Begriffen aus dem unten aufgeführten Schaubild
- ca. 20 Pfeile aus Papier
- Flipchart
- Moderationskarten
- Stifte
- Tesafilm/ Magnete/ Pins

Möglicher Ablauf

1. Als Einstieg in das Thema werden die Mädchen dazu befragt, was ihrer Meinung nach Asyl sei. Die Antworten werden von der Gruppenleitung zunächst unkommentiert auf Moderationskarten notiert und aufgehängt. Es wird darauf verwiesen, dass die gesammelten Ideen am Ende der Gruppenstunde noch einmal aufgegriffen werden.
2. Um das Thema möglichst einfach und damit verständlich zu erläutern, werden zunächst einzelne Elemente aus dem nachfolgenden Schaubild herausgegriffen:
   - Bilder der verschiedenen Ausweisdokumente werden aufgehängt und die Mädchen werden gefragt, welche Informationen ihnen zum jeweiligen Dokument bekannt seien
   - die Gruppenleitung ergänzt diese Informationen gegebenenfalls

- alle genannten Informationen werden auf Moderationskarten notiert und dem jeweiligen Ausweisdokument zugeordnet
- anschließend werden die verschiedenen Akteure, die am Asylverfahren beteiligt sind, besprochen und ihre jeweiligen Aufgaben geklärt

3. Unter Rückgriff auf die besprochenen einzelnen Elemente wird das nachfolgende Schaubild bis zum Punkt ‚Anhörung beim BAMF' erläutert. Dazu werden die vorbereiteten Moderationskarten nach und nach ausgelegt. Um die Abfolge der einzelnen Schritte nachvollziehbar zu machen, können die einzelnen Moderationskarten beim Auslegen beziffert werden.

4. Die Gruppenleitung macht deutlich, dass die Anhörung als das zentrale Element des Asylverfahrens zu verstehen ist und entsprechend vorbereitet werden sollte:

- in der gesamten Gruppe werden beispielhafte Fragen gesammelt, die häufig bei einer Anhörung gestellt werden
- es wird erläutert, welche Absicht die Interviewer*innen/ Entscheider*innen mit Fragen verfolgen, die vielleicht überflüssig oder irritierend erscheinen
- die Gruppenleitung weist darauf hin, dass das Vortragen der eigenen Fluchtgeschichte zuvor unbedingt mit den Betreuer*innen, Vormünder*innen oder im Rahmen einer Asylverfahrensberatung eingeübt werden sollte, um Unsicherheiten entgegen zu wirken

5. Die Situation in der Anhörung wird beschrieben und die Mädchen werden darauf hingewiesen, welche Rechte sie haben und einfordern können:

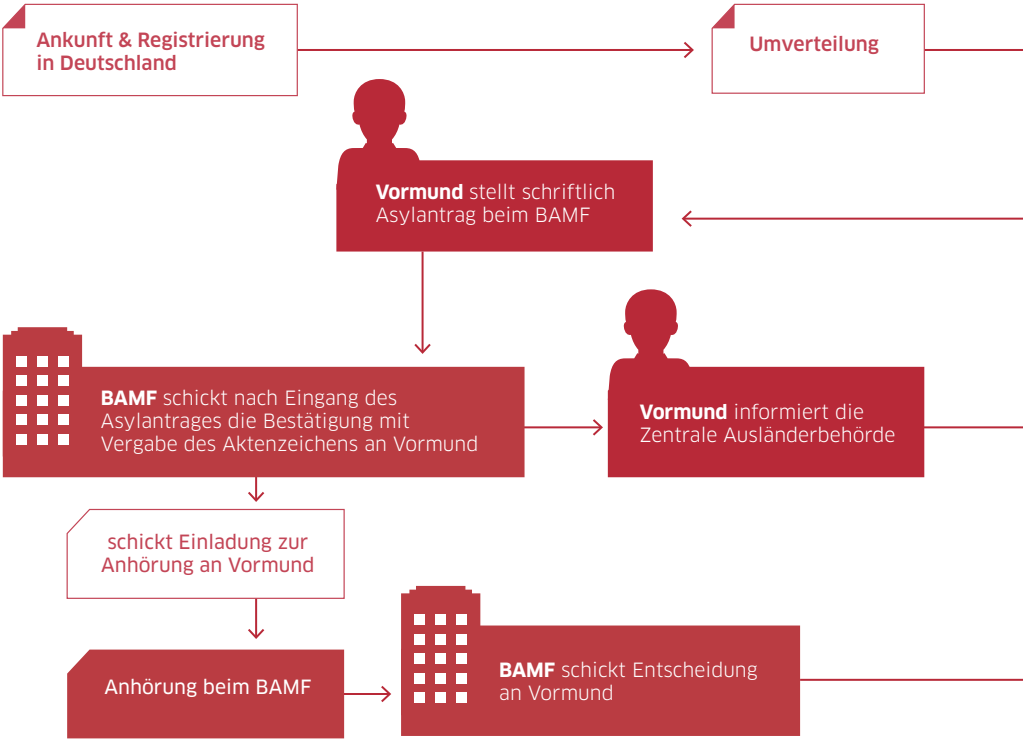
- das Recht auf eine weibliche Entscheider*in und Dolmetscher*in
- das Recht auf Pausen während der Anhörung
- das Recht auf eine Rückübersetzung der Niederschrift

6. Das unten aufgeführte Schaubild wird mit den vorbereiteten Moderationskarten weiter ausgelegt und die verschiedenen Entscheidungsmöglichkeiten des Bundesamtes für Migration und Flüchtlinge werden besprochen. Dabei wird auf die Handlungsoptionen bei einer Ablehnung des Asylantrages hingewiesen.
7. Abschließend werden die Mädchen gefragt, ob sie nun selbst beantworten können, welche Antworten auf die Frage, was Asyl sei, richtig sind. Sowohl die inhaltlich richtigen als auch die falschen Antworten werden gemeinsam besprochen.

Tipps, Hinweise und Erfahrungswerte

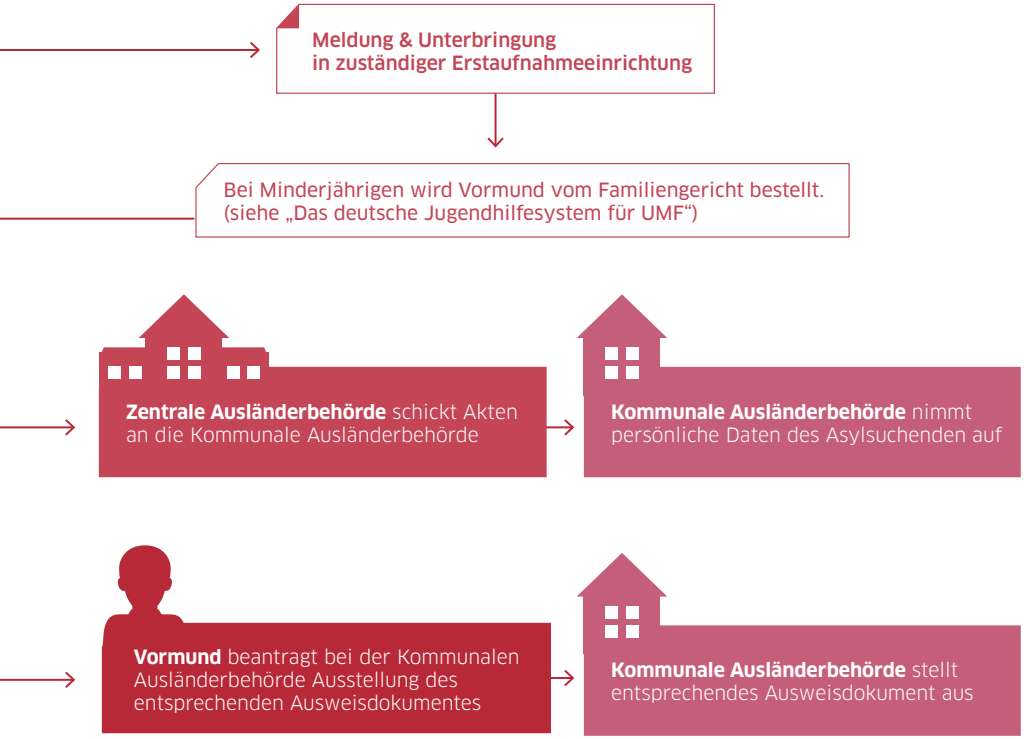
- Das unten aufgeführte Schaubild ist als Arbeitshilfe für Gruppen gedacht, in denen die Mehrheit der Teilnehmer*innen minderjährig ist. Sollte sich die Gruppe nur aus jungen Frauen zusammensetzen, die die Volljährigkeit bereits erreicht haben, ist das Schaubild entsprechend zu modifizieren.
- Auch wenn die Bedeutung der Anhörung für die Entscheidung über den Asylantrag nicht gemindert werden darf, sollte sich die Gruppenleitung darum bemühen, bei den Teilnehmer*innen keine Angst vor dieser Situation auszulösen.

Schaubild „Das Asylverfahren in Deutschland“



[4] siehe » www.b-umf.de/de/startseite/neuauflage-handreichung-zum-umgang-mit-unbegleiteten-minderjaehrigen-fluechtlingen

- Da den Mädchen durch eine überwiegend frontale Vermittlung dieses komplexen Themas viel Konzentration abverlangt wird, ist eine Aufteilung der Themenvermittlung auf zwei Gruppenstunden oder das Einbauen einer längeren Pause zu empfehlen.
- Da erfahrungsgemäß sehr viele Fragen aufkommen, ist es sinnvoll, mindestens eine halbe Zeitstunde im Anschluss dafür frei zu halten bzw. schon während der Gruppenstunde mehr Zeit einzuplanen.
- Die „Handreichung zum Umgang mit unbegleiteten minderjährigen Flüchtlingen in Nordrhein-Westfalen 2017“[4] ist auch für Fachkräfte aus anderen Bundesländern hilfreich und kann als Informationsgrundlage für diese Thematik dienen.



2.4 Das deutsche Jugendhilfesystem für UMF

Ziele

- die Mädchen verstehen die Bedeutung der einzelnen Elemente des Clearingverfahrens
- die unterschiedlichen Betreuungs- und Wohnmöglichkeiten im Rahmen der Jugendhilfe werden besprochen
- die institutionellen Akteure der Jugendhilfe können unterschieden und dementsprechend die Rollen von Jugendamt, Vormund und Betreuer*in voneinander abgegrenzt werden
- die Teilnehmer*innen kennen ihre eigenen Rechte

Zeit

- ca. 1,5 Zeitstunden

Materialien

- Moderationskarten
- Stifte
- ca. 20 Pfeile aus Papier, in DIN A4-Folien laminiert
- in DIN A4-Folien laminierte Begriffe aus dem nachfolgenden Schaubild, je nach Gruppengröße jeweils in zwei- bis vierfacher Ausführung
- Tesafilm/ Magnete/ Pins

Möglicher Ablauf

1. Als Einstieg in das Thema wird der Unterschied zwischen Minderjährigkeit und Volljährigkeit im Kontext des deutschen Rechtssystems mit dem JA-NEIN-Spiel verdeutlicht:

- auf einer Seite des Raumes wird eine mit JA beschriftete Moderationskarte, auf der anderen Seite eine mit NEIN beschriftete Karte ausgelegt
- die Gruppe sammelt sich in der Mitte des Raumes
- die Gruppenleitung trifft Aussagen, die jede Teilnehmer*in mit JA oder NEIN beantworten soll, z. B.:
  -> „Wenn ich minderjährig bin, darf ich alleine einen Handyvertrag abschließen.“
  -> „Wenn ich minderjährig bin, darf ich mir alleine ein Buch kaufen.“
  -> „Wenn ich minderjährig bin, darf ich mir alleine eine Entschuldigung für die Schule schreiben.“

->„Wenn ich minderjährig bin, darf ich alleine einen Asylantrag stellen.“

- die richtige Antwort wird nach jeder Frage bekannt gegeben

2. Anschließend wird in der Gruppe besprochen, inwieweit die Minderjährigkeit bedeutsam ist für die Betreuung im Rahmen der Jugendhilfe. Darüber hinaus wird die Bedeutung der Kategorien ‚unbegleitet‘ und ‚geflüchtet‘ in diesem Kontext besprochen.
3. Mit den vorbereiteten laminierten Begriffen wird das nachfolgende Schaubild Schritt für Schritt ausgelegt und erläutert.
4. Die unterschiedlichen Rollen und Aufgaben von Jugendamt, Vormund und Betreuer*in werden auf das konkrete Erleben der jungen Frauen heruntergebrochen:

- in drei Ecken des Raumes werden Moderationskarten ausgelegt, je eine beschriftet mit Jugendamt, Vormund und Betreuer*in
- die Gruppe sammelt sich in der Mitte des Raumes
- die Gruppenleitung gibt Beispiele von Situation aus dem Leben der Teilnehmer*innen, in denen diese Unterstützung benötigen, z. B.:
  -> „Du bist krank und möchtest zum Arzt begleitet werden.“
  -> „Dein Facharzt möchte dich röntgen und benötigt dafür eine Einwilligung.“
  -> „Du möchtest auch nach deinem 18. Lebensjahr noch weiterhin Unterstützung im Rahmen der Jugendhilfe bekommen und möchtest eine Entscheidung darüber, ob du sie bekommst.“
- die Mädchen sollen entscheiden, wer ihnen die jeweilige Unterstützung zukommen lässt und sich in der entsprechenden Raumecke positionieren
- eigene Beispiele können von den Mädchen gut eingebracht werden

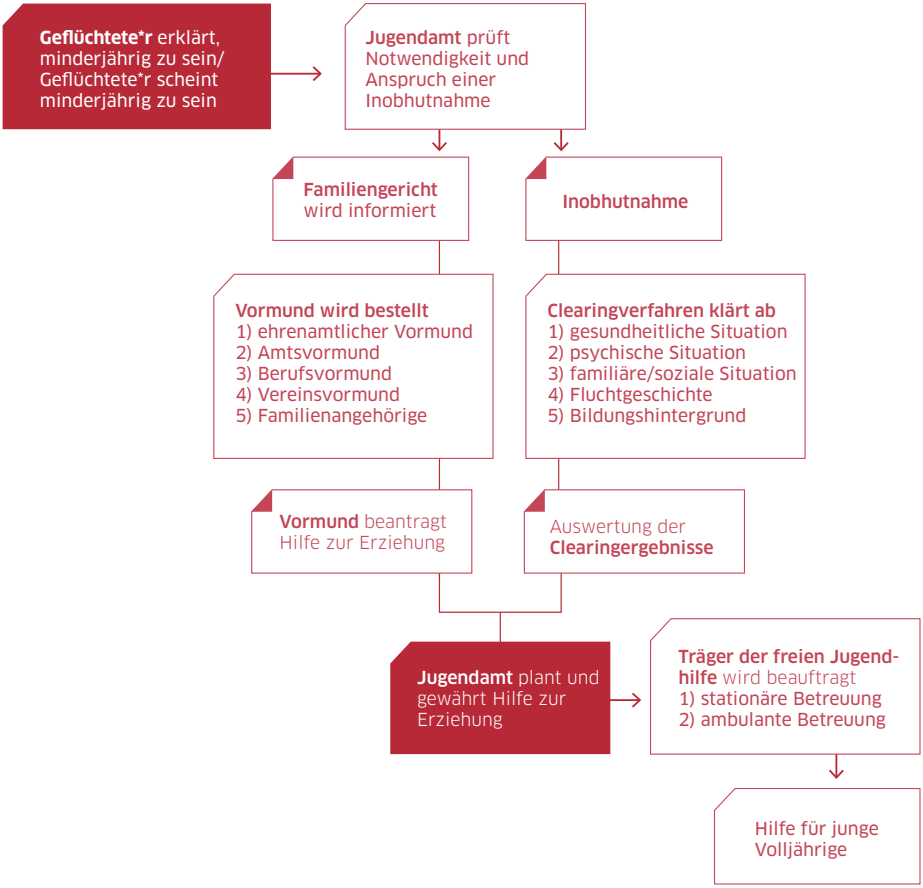
5. Ausgehend von den Beispielen werden die verschiedenen Rollen anschließend in der Gruppe besprochen und voneinander abgegrenzt.
6. Als Abschluss der Gruppenstunde wird das gesamte Thema spielerisch wiederholt und gefestigt:

- die Gruppe sitzt auf dem Boden im Kreis um das zuvor erstellte Schaubild herum
- die Begriffe aus dem Schaubild werden entfernt, nur die Pfeile bleiben liegen
- jedes Mädchen erhält einen der Begriffe, wobei jeder Begriff mindestens zwei Mal verteilt wird
- die Teilnehmer*innen finden sich in Kleingruppen mit den jeweils gleichen Begriffen zusammen
- sie besprechen kurz, welches Geschehen im Jugendhilfesystem ihr Begriff bezeichnet und welcher Schritt als nächstes folgt
- die Kleingruppen legen ihre Begriffe in logischer Reihenfolge nacheinander ab, erläutern diese und nennen den jeweils nachfolgenden Schritt
- etwaige Fehler sollten sofort korrigiert werden

Tipps, Hinweise und Erfahrungswerte

- Da die verschiedenen Institutionen und ihre jeweiligen Aufgaben häufig verwechselt werden, bietet es sich an, an verschiedenen Stellen darauf hinzuweisen, dass die Entscheidungen im Rahmen der Jugendhilfe in keinem Zusammenhang mit denjenigen des Asylverfahrens stehen.
- Die „Handreichung zum Umgang mit unbegleiteten minderjährigen Flüchtlingen in Nordrhein-Westfalen 2017“[5] ist auch für Fachkräfte aus anderen Bundesländern hilfreich und kann als Informationsgrundlage für diese Thematik dienen.

Schaubild „Das deutsche Jugendhilfesystem für UMF“

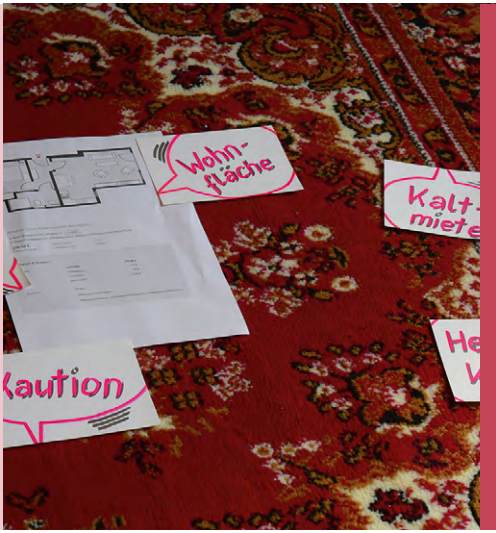


[5] siehe » www.b-umf.de/de/startseite/neuauflage-handreichung-zum-umgang-mit-unbegleiteten-minderjaehrigen-fluechtlingen

2.5 Wohnungssuche

Ziele

- die Mädchen kennen alle bei der Wohnungssuche relevanten deutschen Begrifflichkeiten
- sie entwickeln eine realistische Vorstellung späterer Wohnmöglichkeiten auf der Grundlage der Parameter einer angemessenen Wohnung (gemäß Jobcenter-Vorgaben)
- die verschiedenen Finanzierungsmöglichkeiten einer eigenen Wohnung werden vermittelt und die jeweilige institutionelle Zuständigkeit erläutert
- die Mädchen verschaffen sich einen Überblick über ihre monatlichen Einnahmen und Ausgaben



Zeit

- 1,5 Zeitstunden

Materialien

- Moderationskarten
- Stifte für alle Teilnehmer*innen
- Tesafilm/ Magnete/ Pins
- beispielhafte Wohnungsanzeige in vergrößerter Kopie sowie ausreichend DIN4-Kopien für alle Teilnehmer*innen
- Moderationskarteikarten mit allen Begriffen einer Wohnungsanzeige (Kalt- und Warmmiete, Nebenkosten, Wohnberechtigungsschein, Schlafzimmer etc.)
- nach Möglichkeit Laptop mit Internetzugang und Beamer
- Haushaltsplan mit Spalten für Einnahmen und Ausgaben
- Informationsblatt, das die wichtigsten Informationen der Gruppenstunde zusammenfasst

Möglicher Ablauf

1. Als Einstieg sammeln die Mädchen ihre Assoziationen zum Thema ‚eigene Wohnung'. Die genannten Assoziationen werden auf Moderationskarten notiert und in Clustern aufgehängt.
2. Anschließend wird mit der gesamten Gruppe der Aufbau einer Wohnungsanzeige an einem realen Beispiel besprochen:
   - die vergrößerte Kopie einer Wohnungsanzeige liegt in der Mitte aus
   - die jungen Frauen werden gefragt, welche Begriffe, Abkürzungen und/ oder Zahlen der Anzeige sie verstehen
   - unter Rückgriff auf die richtigen Antworten sowie auf die zuvor genannten Assoziationen werden nach und nach alle Teile der Anzeige erläutert
   - zur besseren Einprägsamkeit der verschiedenen Begriffe, die in der Wohnungsanzeige auftauchen, werden diese auf den vorbereiteten Moderationskarten an entsprechender Stelle ausgelegt
3. Jedes Mädchen erhält eine Kopie der Wohnungsanzeige und kann sich die relevanten Begrifflichkeiten an den entsprechenden Stellen der Anzeige notieren und mit Hilfe der Dolmetscher*innen übersetzen lassen.
4. Die Gruppe trägt unter Mithilfe der Gruppenleitung ihre Ideen zusammen, wo Wohnungsanzeigen zu finden sein könnten. Über den Beamer werden für alle sichtbar entsprechende Seiten zur Wohnungssuche geöffnet.
5. Die jungen Frauen setzen sich mit der Angemessenheit einer Wohnung gemäß den Vorgaben des jeweils zuständigen Jobcenters auseinander:
   - die entsprechenden Parameter (maximale Wohnfläche, Höchstbetrag der Bruttokaltmiete) werden auf der Startseite einer Seite zur Wohnungssuche eingegeben
   - einige Wohnungsanzeigen werden gemeinsam angeschaut
   - die Gruppenleitung macht die Mädchen darauf aufmerksam, dass bestimmte Wünsche an eine Wohnung wie z. B. eine Badewanne und ein Balkon unter Berücksichtigung dieser Parameter schwierig zu realisieren sind

Weiterhin werden die Teilnehmer*innen darüber informiert, welche Schwierigkeiten bei der Wohnungssuche denkbar sind (z. B. Massenbesichtigungen, Ablehnung der Vermieter auf Grund von Finanzierung über das Jobcenter oder eine Duldung als Ausweisdokument)

6. Die jungen Frauen erfahren, was notwendig ist, wenn die Suche nach einer Wohnung erfolgreich verlaufen ist (z. B. Stromvertrag abschließen, Einrichtungsgeld beantragen).
7. Die verschiedenen Finanzierungsmöglichkeiten einer Wohnung werden in Abhängigkeit von der jeweiligen institutionellen Zuständigkeit erläutert (z. B. Zuständigkeit des Jobcenters bei Besitz eines Aufenthaltstitels)
8. Die Mädchen erstellen einen individuellen Haushaltsplan:
   - jedes Mädchen erhält den Vordruck eines Haushaltsplanes
   - in Partner*innenarbeit werden die eigenen Einnahmen und Ausgaben aufgelistet
   - anschließend werden in der gesamten Gruppe mögliche Schwierigkeiten besprochen und denkbare Lösungen erarbeitet

Tipps, Hinweise und Erfahrungswerte

- Teilnehmer*innen, die im Rahmen der stationären Jugendhilfe betreut werden, ist oft nicht klar, was mit einer eigenen Wohnung gemeint ist und verstehen darunter die Möglichkeit, im Kontext einer Verselbstständigung eine Trägerwohnung alleine zu bewohnen. Dieses Missverständnis sollte direkt zu Beginn der Gruppenstunde ausgeräumt werden.
- Eventuell haben einige Teilnehmer*innen Wünsche oder auch Ansprüche an eine eigene Wohnung, die unter Berücksichtigung ihrer finanziellen Möglichkeiten vielerorts nicht mit dem Wohnungsmarkt kompatibel sind, z. B. eine Badewanne, ein Balkon etc.
  Die Gruppenleitung sollte sehr deutlich machen, dass die Realisierung aller Wünsche eher unwahrscheinlich sein wird; zugleich sollte aber auch darauf verwiesen werden, dass eine Veränderung der Wohnsituation immer möglich ist.

3. SEXUELLE BILDUNG

3.1 Körperwissen und Sexualität

Ziele

- verbesserte Körperwahrnehmung und damit verbunden ein verbessertes Körper- und Selbstbewusstsein
- Reduktion von Fehlinformationen
- Ermöglichung eines Dialogs über Körper und Sexualität
- Findung einer eigenen Sprache zum Thema
- Aufklärung über Körperteile, den Körper als System und Körperabläufe
- Vermittlung von medizinischem Basiswissen
- Vermittlung von Wissen über sexuelle und reproduktive Rechte

Materialien

- „Paomis“: innere und äußere Geschlechtsorgane, Zykluskette sowie verschiedene „Jungfernhäutchen“ aus Plüsch[6]
- Holzpenisset zur Veranschaulichung der Größenspannweite[7]
- Körperwände in Lebensgröße mit Umriss Mann/ Frau, beklebt mit Teppich zum Befestigen selbstgestalteter Körperteile (z. B. aus Moosgummi) und Namensbezeichnungen (laminierte Pappe) mit Hilfe von Klettband; alternativ und zur einmaligen Verwendung können diese Materialien auch aus Pappe/Papier und doppelseitigem Klebeband gebastelt werden
- Tampons, Binden, Slipeinlagen und ggf. Menstruationstassen zu Demonstrationszwecken und zum Verteilen
- Broschüren:
  -> pro familia: „Liebe und Sexualität – Fragen und Antworten (in Leichter Sprache)“[8]
  -> pro familia: „Sexualität – Was sind unsere Rechte? (in Leichter Sprache)“[9]
- Film: „Gut zu wissen – Besuch bei der Frauenärztin“ (in den Sprachen Deutsch, Arabisch, Farsi/Persisch, Türkisch und Englisch)[10]

[6] erhältlich unter » www.part-of-mine.de/
[7] erhältlich unter » www.shop.profamilia.de/
[8] erhältlich unter » www.profamilia.de/publikation-forum-onlineberatung/publikationen/publikationen.html
[9] erhältlich unter » www.profamilia.de/publikation-forum-onlineberatung/publikationen/publikationen.html
[10] zu finden unter » www.gutzuwissenfilm.wordpress.com/

Zeit

- je nach Bedarf - mind. 2 Zeitstunden, besser deutlich mehr Zeit einplanen, da das Thema sehr umfangreich ist und häufig ein hoher Wissensbedarf herrscht, wenn eine vertraute Atmosphäre besteht

Möglicher Ablauf

1. Einstimmung mit einer Fragerunde:
   - Wurde im Heimatland über das Thema Sexualität gesprochen – wenn ja, wer sprach darüber?
   - War Sexuelle Bildung Teil des Schulunterrichtes?
   - Wie geht es den Teilnehmer*innen beim Sprechen über das Thema?
2. Annäherung an das Thema Körper mithilfe der Körperwände: zunächst werden nur die Wände mit den Körperumrissen im Raum aufgestellt, die Teilnehmer*innen dürfen dann nach und nach die Körperteile (Augen, Nase, Mund etc. über Bauch und Brust bis hin zu äußeren und inneren Geschlechtsorganen) sowie die dazugehörigen Bezeichnungen anbringen.
3. Das Thema ‚Zyklus, Menstruation und Schwangerschaft' wird unter Zuhilfenahme der Plüsch-Gebärmutter erläutert.
4. Anhand der PAOMIs werden die männlichen und weiblichen äußeren Geschlechtsorgane sowie das „Jungfernhäutchen" erklärt:
   - „Welches Organ hat welchen Sinn?"
   - „Was sind empfindliche Lustzentren?" etc.
5. Die Benutzung von Binden und Tampons wird nach Möglichkeit von den Teilnehmer*innen selbst erklärt und die Beschreibungen werden ggf. von der Gruppenleitung ergänzt. Dabei wird anhand des künstlichen „Jungfernhäutchens" demonstriert, dass ein Tampon dieses nicht zerstört.

Mögliche weitere Themen

- Besuch bei der Frauenärztin
- Schwangerschaftskonflikt und Schwangerschaftsabbruch
- das „erste Mal"
- reproduktive Rechte
- Kinderwunsch
- Partnerschaft
- Lust und Unlust
- Pubertät
- HIV/ AIDS und sexuell übertragbare Infektionen
- sexuelle Orientierung/ Identität
  (z. B. Hetero-, Homo- und Bisexualität, Transidentität, Intersexualität…)

Tipps, Hinweise und Erfahrungswerte

- Auch wenn das Wissen über diese Themenfelder äußerst bedeutsam ist, ist es verständlich, dass nicht jede*r gern darüber spricht – das gilt auch für die Gruppenleitung. Personen, die sich zutrauen und Spaß daran haben, über Sexualität zu sprechen, die über grundlegende Wissensbereiche gut informiert sind und die ihre Arbeit gut reflektieren können, bieten jedoch gute Voraussetzungen für sexuelle Bildungsarbeit.
- Eine sensible Herangehensweise an das Thema ist unbedingt notwendig – gerade bei geflüchteten Teilnehmer*innen ist die Wahrscheinlichkeit, dass einige von ihnen Erfahrungen mit sexueller Gewalt, Genitalverstümmelung, ungeplanter Schwangerschaft, Schwangerschaftsabbruch und/ oder Zwangsprostitution machen mussten, recht groß.
- Jedoch ist es vor diesem Hintergrund in der Regel gerade sinnvoll, das Thema Sexualität nicht auszuklammern, sondern den Teilnehmer*innen einen positiv besetzten Umgang mit Sexualität anzubieten und über beides zu sprechen, sowohl die verletzende als auch die lustbetonte Seite von Sexualität.

Das Besprechen oder Neuaufstellen von Gruppenregeln kann an dieser Stelle noch einmal sinnvoll sein (Freiwilligkeit der Teilnahme, von den Teilnehmer*innen Erzähltes wird nicht weitergegeben, Fragenstellen erlaubt…)

- Beim Thema Homosexualität ist es möglich, dass sich je nach Herkunftsland sehr unterschiedliche Fronten bilden: In manchen Regionen steht auf Homosexualität die Todesstrafe oder aber Homosexualität, insbesondere bei Frauen, „existiert einfach nicht“ (was statistisch gesehen nicht möglich ist, sich aber in der Gesellschaft als Irrglaube manifestiert hat). Einigen Geflüchteten kann es sehr schwer fallen, sich an den vergleichsweise lockeren Umgang mit Homosexualität in Deutschland zu gewöhnen. Hilfreich kann es sein, darüber zu informieren, dass auch hierzulande Homosexualität lange Zeit verboten war und erst der langsame gesellschaftliche Wandel der letzten Jahrzehnte die aktuelle Situation ermöglichte.
- Ramadan kann ein Zeitraum sein, in dem einige muslimische Teilnehmer*innen nicht über die Themen Körper und Sexualität sprechen möchten bzw. dürfen.
- Informationen zu den Themen Geschlechtsorgane und Schwangerschaft auf verschiedenen Sprachen (z. B. Tigrinya, Somali oder Albanisch) stellt „SEXUELLE GESUNDHEIT Schweiz“ zur Verfügung[11]
- Bildmaterialien und Informationen auf verschiedenen Sprachen zur Sexuellen Bildung sind zudem zu finden auf „zanzu – Mein Körper in Wort und Bild“[12]

[11] siehe » www.sex-i.ch/de/home/
[12] siehe » https://www.zanzu.de/de

Passendes Spiel

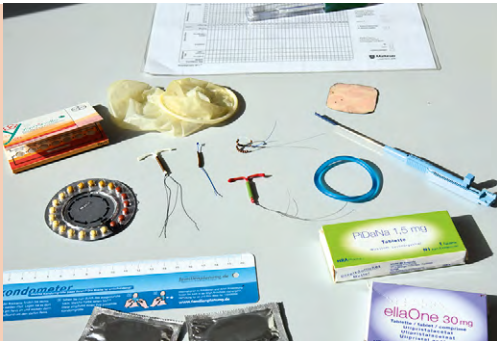
- *Grabbelsack* (siehe *Spielekoffer*)
  Diese Methode eignet sich gut als Einstieg ins Thema, da sie einen Überblick über die Bandbreite der mit Sexualität verbundenen Themen bieten und ein erstes Sprechen hierüber auf niedrigschwellige Art und Weise ermöglichen kann.

Weswegen wir den Begriff „Jungfernhäutchen“ an dieser Stelle in Anführungszeichen setzen und viele weitere spannende Erkenntnisse rund um dieses Thema, die (nicht nur) für geflüchtete junge Frauen relevant sind, findet ihr in der Broschüre „Mythos Jungfernhäutchen“ vom IFMGZ HOLLA e. V., zu beziehen unter » www.holla-ev.de/broschuere/

3.2 Verhütungsmethoden

Ziele

- Vermittlung von Wissen über Zweck, Sicherheit, Anwendung, Kosten, Vor- und Nachteile von Verhütungsmitteln sowie Zugang zu denselbigen
- Befähigung zu einem selbstbestimmten Umgang mit dem eigenen Körper und der eigenen Fruchtbarkeit



Zeit

- je nach Bedarf - mind. 2 Zeitstunden

Materialien

- Vielfalt an Verhütungsmitteln - idealerweise originale Anschauungsobjekte bzw. Musterexemplare[13], andernfalls Abbildungen
- „Paomis“: Geschlechtsorgane aus Plüsch[14]
- Holzpenisset zur Veranschaulichung der Größenspannweite[15]
- Broschüren:
- pro familia: „Verhütung (in Leichter Sprache)“[16]
- pro familia: „Verhütung – Zweisprachig“ (erhältlich auf Arabisch, Bulgarisch, Dari, Englisch, Französisch, Kroatisch, Polnisch, Rumänisch, Russisch, Spanisch & Türkisch)[17]
- Kondome zum Ausprobieren und ggf. Verteilen

Möglicher Ablauf

1. Einstimmung mit einer Fragerunde: „Welche Verhütungsmittel sind euch aus euren Heimatländern bekannt?“
2. Die Gruppenleitung bietet einen Input zu der Frage, wozu Verhütung gut ist.
   - Verhütung ungeplanter Schwangerschaften sowie Verhütung von HIV-Übertragung und Ansteckung mit sexuell übertragbaren Infektionen (nur Kondom und Frauenkondom)
3. Die Mädchen werden über die Sicherheit von Verhütungsmitteln (es gibt keinen hundertprozentigen Schutz, nicht einmal bei einer Sterilisation oder Vasektomie) informiert, ggf. wird der Pearl Index erklärt.

[13] gelegentlich verleihen Schwangerenberatungsstellen bzw. Familienplanungszentren Verhütungsmittelkoffer zu Anschauungszwecken
[14] erhältlich unter » www.part-of-mine.de/
[15] erhältlich unter » www.shop.profamilia.de/
[16] erhältlich unter » www.profamilia.de/publikation-forum-onlineberatung/publikationen/publikationen.html
[17] erhältlich unter » www.profamilia.de/interaktiv/publikationen/publikationen/in-fremdsprachen.html

4. Die Gruppenleitung informiert über die Kostenübernahme und Verfügbarkeit von Verhütungsmitteln in Deutschland:
   -> zwischen 14 und 18 Jahren vollständige Kostenübernahme durch die Krankenversicherung bei verschreibungspflichtigen Verhütungsmitteln
   -> zwischen 18 und 20 Jahren teilweise Erstattung
   -> bei über 20-jährigen ist die anteilige Übernahme nur in einigen Städten/ Kommunen durch örtliche Notfallfonds für Frauen mit geringem Einkommen und spezieller Notlage möglich.

5. Die Gruppe erhält einen Überblick über die verschiedenen Verhütungsmittel und -methoden; je nach Bedarf mit Infos zu Sicherheit, Preis, ggf. Altersbegrenzung, möglichen Nebenwirkungen sowie Vor- und Nachteilen.

6. Es werden ausführliche und anschauliche Informationen zur Kondombenutzung gegeben
   -> zusammen mit der Pille ist es das am häufigsten genutzte Verhütungsmittel unter Jugendlichen in Deutschland
   -> neben der Vasektomie ist es das einzige Verhütungsmittel für den Mann
   -> neben dem Frauenkondom ist es der einzige Schutz vor HIV und sexuell übertragbaren Infektionen
   -> es ist in verschiedenen Kondomgrößen verfügbar[18]
- Die Gruppenleitung informiert über die Pille danach (ggf. auch die Spirale danach).

Tipps, Hinweise und Erfahrungswerte

- Hilfreich ist es, eine Übersichtsliste mit Informationen zu den verschiedenen Methoden dabei zu haben (Sicherheit, Kosten etc.), die im Bedarfsfall genutzt werden kann.
- Informationen über Verhütungsmethoden auf verschiedenen Sprachen, die von o. g. Broschüren z. T. nicht abgedeckt werden (z. B. Tigrinya) stellt „SEXUELLE GESUNDHEIT Schweiz“ zur Verfügung[19]

Passendes Spiel

- *Kondomwettlauf* (siehe *Spielekoffer*)

[18] an dieser Stelle besteht die Möglichkeit, das „Kondometer“ der BZgA (kostenlos erhältlich in deutscher und englischer Sprache) zu verteilen: siehe » www.publikationen.sexualaufklaerung.de/
[19] siehe » www.sex-i.ch/de/home/

3.3 Weibliche Genitalverstümmelung (female genital mutilation – FGM)

Ziele

- Vermittlung von Wissen über die Praktiken der FGM und deren Verbreitung und Aktualität
- Schaffung eines Rahmens, in dem von FGM betroffene Teilnehmerinnen bei Bedarf über ihre Erfahrungen berichten können

Zeit

- ca. 2 Zeitstunden

Materialien

- Grafiken und Infos zum Thema FGM aus der Präventionsmappe „Körperwissen und Verhütung“ der BZgA[20]
- „Paomis“: Vulva/ Vagina- sowie Klitoris-Modelle aus Plüsch zum anschaulichen Erklären[21]

Möglicher Ablauf

1. Als Einstieg findet eine Fragerunde statt:
   - „Wem ist die Praktik der FGM bekannt?“
   - „Wisst ihr über die (rechtliche und tatsächliche) Situation in euren Herkunftsländern in Bezug auf FGM Bescheid?“
   - „Wisst ihr über die (rechtliche und tatsächliche) Situation in Deutschland Bescheid?“
2. Die Gruppenleitung gibt Informationen zu FGM:
   - die verschiedenen Stufen der FGM
   - die Begründung der Praktik durch die Ausübenden
   - Hauptverbreitungsgebiete
   - die rechtliche Situation
   - ggf. die Auswirkungen der FGM auf den weiblichen Körper
3. Eine Fragerunde wird eröffnet.
4. Abschließend gibt die Gruppenleitung den Teilnehmer*innen die Möglichkeit, über ihre Befindlichkeiten im Hinblick auf das Thema FGM zu sprechen.

[20] erhältlich unter » www.bzga.de/infomaterialien/
[21] erhältlich unter » www.part-of-mine.de

Tipps, Hinweise und Erfahrungswerte

- Das Thema ist sehr sensibel, da es möglicherweise für einige Teilnehmer*innen mit traumatischen Erlebnissen zusammenhängen und als Trigger dienen kann (eigene Genitalverstümmelung, Todesfälle aufgrund von FGM in der Familie, Bedrohung durch FGM als Fluchtursache etc.); wir haben es nur thematisiert, wenn der Wunsch der Teilnehmer*innen aufkam, darüber zu sprechen.
- Insbesondere, wenn Teilnehmer*innen von FGM betroffen sind, sollte darauf geachtet werden, nicht nur über negative körperliche Folgen zu sprechen, sondern auch darüber, dass das sexuelle Lustempfinden sich nicht auf funktionsfähige äußere Geschlechtsorgane reduziert und dass Forschungsergebnisse besagen, dass einige Frauen z. B. auch ohne den äußerlich sichtbaren Teil der Klitoris noch orgasmusfähig sind.

Insgesamt kann es eine Herausforderung sein, einen einseitigen „westlich“ geprägten Blick auf das Thema zu vermeiden.

- Zur Information für die Gruppenleiter*innen können Informationen vom „Deutschen Netzwerk zur Überwindung weiblicher Genitalverstümmelung“ hilfreich sein:
  » www.netzwerk-integra.de/

4. SELBSTREFLEXION, ROLLENBILDER & GESELLSCHAFT

4.1 Normen, Werte und das Leben in Deutschland

Ziele

- wertschätzender Austausch über Gegebenheiten wie z. B. Rechte, Gesetze, Bräuche und Traditionen im Herkunftsland und in Deutschland
- Kennenlernen von Unterschieden und Gemeinsamkeiten im Herkunftsland und in Deutschland
- Sensibilisierung für die Vielfalt von Normen und Werten innerhalb einer Gesellschaft

Zeit

- mind. 2 Zeitstunden

Materialien

- „Refugee guide – Eine Orientierungshilfe für das Leben in Deutschland“, erhältlich in vielen verschiedenen Sprachen[22]
- ggf. Bildkarten (Augen, Nase, Ohr, Smileys mit verschiedenen Stimmungen, nachdenkende Person)
- Papier
- Stifte für alle Teilnehmer*innen

Möglicher Ablauf

1. Als Einstieg ins Thema erhalten die Teilnehmer*innen die Aufgabe, an ihre ersten Eindrücke zu denken, die sie von Deutschland hatten:

- jede Teilnehmer*in notiert ihre Eindrücke stichpunktartig
- es kann hilfreich sein, gezielte Fragestellungen vorzugeben, z. B. „Was habe ich gerochen/ gehört/ gesehen/ gefühlt/ gedacht?“
- als grafische Unterstützung eignen sich Bildkarten
- diese Übung kann in Einzel- oder Kleingruppenarbeit durchgeführt werden
- die Ergebnisse können auf freiwilliger Basis in der Gruppe vorgestellt werden

[22] kostenloser Download unter » www.refugeeguide.de/

2. Anschließend findet ein moderierter Austausch zum Leben in Deutschland statt, für den z. B. folgende Fragestellungen hilfreich sein können:
   - „Welche Unterschiede zu euren Heimatländern sind euch bereits in Deutschland aufgefallen?“
   - „Welche deutschen Eigenheiten oder Gegebenheiten findet ihr seltsam?“
   - „Gibt es Situationen, in denen ihr unsicher seid, wie ihr euch verhalten solltet?“
   - „Was vermisst ihr in Deutschland?“
   - auch können bestimmte Lebensbereiche der Teilnehmer*innen angesprochen werden, wie etwa Schule, Beziehungen, Gesundheit, Körperpflege, Kleidung, Religion etc.

Tipps, Hinweise und Erfahrungswerte

- Zusätzlich oder alternativ besteht die Möglichkeit, sich gemeinsam mit den Teilnehmer*innen den „Refugee guide – Eine Orientierung für das Leben in Deutschland“ durchzugehen und daraus ausgewählte Themen zu besprechen.
- Gelegentlich werden Normen und Bräuche verschiedener Kulturen, insbesondere die des Herkunftslandes und die des aufnehmenden Landes, gegeneinander aufgewertet.

Es ist hilfreich, von vornhinein klar zu stellen, dass es um einen wertschätzenden Austausch gehen soll, um auf diesem Wege mehr übereinander zu erfahren und das gegenseitige Verständnis zu erhöhen.

- Aus dieser Gruppenstunde ergeben sich häufig Themen und Fragestellungen, die in weiteren Einheiten bearbeitet werden können.

Passendes Spiel

- *Andere Länder, andere Sitten* (siehe *Spielekoffer*)
  Diese Methode dient entweder als kurzweiliger Einstieg ins Thema oder aber kann direkt als Grundlage für einen umfassenderen Austausch über Sitten und Bräuche im Herkunfts- und im aufnehmenden Land genutzt werden.

4.2 Wer bin ich und was macht mich aus?

Ziele

- sich Zeit nehmen können, um sich mit sich selbst auseinanderzusetzen
- Raum schaffen für die Reflexion über Eigenschaften und Merkmale, die die Teilnehmer*innen jeweils ausmachen/ charakterisieren

Zeit

- mind. 2 Zeitstunden

Materialien

- vorbereite Plakate in verschiedenen Sprachen „Wer bist du? – Ich bin…“
- Moderationskarten
- Stifte für alle Teilnehmer*innen
- je Teilnehmer*in zwölf Papierzettel (Größe A6)
- Aufgabenstellung (s. u.)
- Anregungen zur Reflexion (s. u.)
- vorbereite Zettel mit verschiedenen ‚provokanten‘ Eigenschaften (z. B. Regelbrecher*in, rebellisch, egoistisch, arrogant, schüchtern, Mitläufer*in)
- Geschenkband/ -schleife

Möglicher Ablauf

1. Als Einstieg in das Thema befassen sich die Mädchen gemeinsam mit möglichen Eigenschaften eines Menschen:

- die vorbereiteten Zettel mit verschiedenen Eigenschaften sind im Raum verteilt aufgehängt
- die Gruppenleitung verweist auf diese Zettel und betont, dass die Eigenschaften eines Menschen sehr verschiedene Bereiche umfassen können, z. B.:
- Charaktermerkmale: intelligent, sportlich, kommunikativ, modebewusst etc.
- Personenmerkmale: Frau, Tochter, Schwester, Schülerin, Afghanin etc.
- externe Merkmale: religiös, Vegetarier*in etc.
- auf Moderationskarten notieren die Mädchen ihre Assoziationen zu den folgenden Fragen: -> „Was sind Eigenschaften bzw. Merkmale?“ -> „Was charakterisiert uns Menschen?“ -> „Was macht uns aus?“

- die Dolmetscher*innen übersetzen die Assoziationen in die verschiedenen Sprachen
- die Ergebnisse werden für alle sichtbar aufgehängt

2. Die Mädchen setzen sich in Einzelarbeit mit der Frage auseinander „Wer bin ich?“:
   - jede Teilnehmer*in erhält einen Stift und die zwölf vorbereiteten Zettel
   - die vorbereiteten Plakate sind im Raum verteilt aufgehängt
   - die Gruppenleitung liest nacheinander die unten aufgeführten Aufgaben vor, die jeweils übersetzt werden und von den Mädchen mit ausreichend Zeit bearbeitet werden können
3. Mit den unten stehenden Anregungen zur Reflexion können die jungen Frauen bei Bedarf in einen Austauschprozess treten. Dabei kann die gesamte Gruppe zusammen kommen oder auch einzelne Sprachgruppen.
4. Abschließend rollen die Teilnehmer*innen ihre Zettelchen zusammen und umwickeln diese mit Geschenkband. Auf diesem Wege können sie ihre Sammlung als Erinnerung und als Geschenk an sich selbst mit in den Alltag nehmen und daraus Kraft schöpfen.

Tipps, Hinweise und Erfahrungswerte

- Es ist wichtig, dass den Teilnehmer*innen durch die Assoziationsrunde zu Beginn deutlich wird, welche Bereiche ‚Eigenschaften‘ umfassen können, damit sie bei der weiteren individuellen Bearbeitung der Aufgaben ungefähr in diesem Rahmen bleiben. Falls die Anfangsrunde diesbezüglich keine Klarheit schafft, kann es erfahrungsgemäß passieren, dass die Teilnehmer*innen weniger über sich persönlich als vielmehr über die Strukturen und Systeme nachdenken, die sie geprägt haben.
- Wir haben des Öfteren die Rückmeldung von einzelnen Teilnehmer*innen erhalten, dass die Bearbeitung der Aufgaben ihnen Spaß gemacht habe, sie aber die Intention der Übung nicht verstanden hätten.

Darum ist es wichtig, zu Beginn der Gruppenstunde darauf hinzuweisen, dass eine Auseinandersetzung mit den eigenen Stärken, Werten, Ideen und Merkmalen hilfreich sein kann, um sich weiterentwickeln oder schwierigere Phasen überwinden zu können.

- Es ist sinnvoll, die einzelnen Aufgabenstellungen jeweils auf A4 auszudrucken und aufzuhängen, damit die Mädchen während der Bearbeitung noch einmal darauf schauen können. Idealerweise liegt eine Übersetzung der Aufgabenstellungen vor.
- Es müssen nicht alle Punkte bearbeitet werden (das ist in zwei Stunden in der Regel auch nicht machbar).
- Insbesondere bei dieser Thematik ist es wichtig, dass die Teilnehmer*innen nicht gedrängt werden, etwas über sich erzählen zu müssen.
- Diese Einheit ist so konzipiert, dass die Teilnehmer*innen vor allem mit sich beschäftigt sind. Dahinter steht die Idee, dass jede junge Frau zunächst den geschützten Rahmen benötigt, um sich ihrer selbst bewusster werden zu können. Anschließend kann jede für sich entscheiden, wie viel sie von dieser Erkenntnis preisgeben möchte.

Passende Spiele

- *Kennenlernspiele* (siehe *Spielekoffer*)
- *Ich schaue mich an* als Abschlussspiel (siehe *Spielekoffer*)

Aufgabenstellung

1. „Wer bist du? Schreibe neun Eigenschaften auf die Zettel."
2. „Lies dir selbst die Eigenschaften noch einmal vor oder lass dir die Eigenschaften von einer mit deiner Sprache vertrauten Person bzw. von einer Dolmetscher*in vorlesen."
3. „Vielleicht ist dir noch eine Eigenschaft eingefallen, die dir ganz wichtig ist, die du aber noch nicht aufgeschrieben hast. Du darfst sie auf den zehnten Zettel schreiben."
4. „Der elfte Zettel ist ein Joker. Er steht für eine Eigenschaft, die du dich vielleicht (noch) nicht traust, aufzuschreiben oder die du vergessen hast und die dir vielleicht im Verlauf der Übung noch einfallen wird. Du kannst gern ein geheimes Zeichen auf diesen Zettel machen."

DIE FOLGENDEN AUFGABEN KÖNNEN IN IHRER REIHENFOLGE VARIIEREN UND MÜSSEN NICHT ALLE DURCHGEFÜHRT WERDEN:

5. „Sortiere die Zettel nach der Wichtigkeit/ Bedeutsamkeit der notierten Eigenschaften."
6. „Über welche deiner Eigenschaften ärgerst du dich auch manchmal? Welche gefällt dir nicht so gut? Auf diesen Zettel malst du einen ärgerlichen Smiley."
7. „Welche deiner Eigenschaften ist eine große Stärke von dir? Eine Eigenschaft, die dir weiterhilft, wenn es dir nicht gut geht oder wenn du dich in einer schwierigen Situation befindest (innere Ressource). Auf diesen Zettel malst du einen lachenden Smiley."
8. „Entferne zwei deiner Eigenschaften aus deiner Sammlung.
   Wie fühlt sich die Vorstellung an, dass du diese Eigenschaften nicht mehr hättest?"
9. „Deine linke Nachbar*in darf wahllos eine Eigenschaft bei dir ziehen.
   Wie ist die Vorstellung, dass du diese Eigenschaft nicht mehr hast?"
10. „Die Gruppenleitung teilt dir eine neue, ‚provokante' Eigenschaft zu (z. B. Regelbrecher*in, rebellisch, egoistisch, arrogant, schüchtern, Mitläufer*in). Wie geht es dir mit dieser Eigenschaft? Du darfst entscheiden, ob du sie behalten möchtest oder sie wieder aussortierst. Welchen Platz darf die Eigenschaft in der Bedeutsamkeits-Reihe einnehmen?"
11. „Auf den zwölften Zettel darfst du nun noch eine Eigenschaft schreiben, die du gerne hättest oder noch erwerben möchtest."

ANREGUNGEN ZUR REFLEXION

Wichtig: Bei der Reflexion sollte niemand dazu aufgefordert werden, über persönliche Dinge reden zu müssen. Der Fokus der Reflexion ist auf etwaige Herausforderungen oder Erkenntnisse bei der Bearbeitung der einzelnen Aufgabenstellungen gerichtet. Wenn es die Situation hergibt, kann vereinzelt jedoch auch nach Eigenschaften gefragt werden.

DIE REFLEXION KANN IN DER GROSSGRUPPE ODER IN EINZELNEN SPRACHGRUPPEN STATTFINDEN. MÖGLICHE REFLEXIONSFRAGEN KÖNNEN BEISPIELSWEISE SEIN:

- „Wie ging es euch bei der Aufgabe? Was war leicht? Was war schwer?“
- „Habt ihr etwas Neues über euch gelernt?“
- „Was denkt ihr, woher kommen diese Eigenschaften, die ihr aufgeschrieben habt? Bei wem habt ihr sie beispielsweise erlernt? Gibt es auch Eigenschaften, die unabhängig von eurer Familie, Kultur und Gesellschaft sind?“
- „Wie ging es euch, als euch auf einmal Eigenschaften fehlten? Welche Eigenschaften habt ihr herausgenommen? Eher diejenigen, die am wenigsten wichtig waren oder die, die am wichtigsten waren?“
- „Welche ist eure ‚Stärke‘-Eigenschaft? Nutzt ihr sie bewusst im Alltag und vor allem in schwierigen Situationen?“
- „Wünscht ihr euch, dass ihr die ‚Schwäche‘-Eigenschaft verliert? Was würde dann anders sein?“
- „Welche eurer notierten Eigenschaften sind vielleicht vermeintlich typisch für Frauen? Wie wichtig ist euch die Eigenschaft, ‚weiblich‘ zu sein?“
- „Wie geht es euch mit der ‚Wunsch-Eigenschaft‘? Was müsste passieren, damit diese eure Eigenschaft wird?“
- „Wie ging es euch mit der Eigenschaft, die euch die Gruppenleiter*innen einfach gegeben haben? Hat sie euch geärgert, gefreut…? Welche Eigenschaft habt ihr bekommen? Habt ihr sie behalten?“
- „Habt ihr Fragen an die anderen Mädchen?“
- „Was denkt ihr: Warum ist es überhaupt notwendig oder sogar hilfreich zu wissen, welche Eigenschaften man selbst besitzt?“

4.3 Wie stelle ich mir meine Zukunft vor?

Ziele:

- Selbstreflexion sowohl über die aktuelle Situation als auch über zukünftige Wünsche und Vorstellungen in Bezug auf Themen wie z. B. Familie, Bildung, Beruf, Wohnen oder die Rolle in der Gesellschaft
- Auseinandersetzung mit gesellschaftlichen Erwartungen und Vorgaben

Zeit

- ca. 2 Zeitstunden

Materialien

- großes Blatt Papier (z. B. Packpapierrolle)
- verschiede Arten von Stiften
- alte Zeitschriften
- Scheren
- Klebestifte
- Hintergrundmusik

Möglicher Ablauf

1. Die Mädchen werden zu einer individuellen Auseinandersetzung mit ihren eigenen Zukunftswünschen angeregt:

- durch angenehmes Licht und Hintergrundmusik wird im Raum eine gemütliche Atmosphäre geschaffen
- das Papier wird ausgebreitet und die anderen Materialien darauf platziert
- die Teilnehmer*innen nehmen darum Platz
- die Gruppenleitung erklärt, dass die Mädchen ihre Wünsche in einer frei wählbaren Form zu Papier bringen können, mögliche Anregungen können wie folgt aussehen:
- „In was für einer Gesellschaft willst du leben?“
- „Wie soll dein Alltag aussehen?“
- „Welchen Schul- bzw. Berufsabschluss willst du erreichen?“
- „Was sind deine Vorstellungen bzgl. Kindern und Familie?“
- „Wie möchtest du deine Freizeit gestalten?“
- „Wo wirst du leben?“

- „Welche Rolle spielen kulturelle oder religiöse Aspekte in deinem Leben?“
- „Was möchtest du können?“
- „Wird dein ‚Frau sein‘ eine große Bedeutung haben?“

2. Anschließend haben die Mädchen Zeit, sich mit den (Auf-)Zeichnungen der Anderen auseinander zu setzen und darüber gegebenenfalls bereits miteinander ins Gespräch zu kommen.
3. Die Gruppenleitung schaltet die Musik aus und moderiert einen Austausch in der gesamten Gruppe zu den Zukunftsvisionen. Mögliche Fragen könnten z. B. sein:

- „Welche anderen Zukunftsvisionen sind euren Vorstellungen ähnlich?“
- „Welche Zukunftsvisionen findet ihr interessant, weil sie ganz anders sind als eure eigenen?“

Im Idealfall kann sich anschließend ein Gespräch über verschiedene Lebensvorstellungen entwickeln. Die Diskussion darf dazu anregen, sich bezüglich dieser Themen auch über Gegebenheiten in den einzelnen Herkunftsländern auszutauschen. Wichtig ist, darauf zu achten, dass die Teilnehmer*innen einen wertschätzenden Umgang mit den Wünschen und Visionen der anderen Mädchen bewahren.

4. Im Anschluss findet eine Reflexionsrunde zum Arbeitsprozess und zum Austausch in der Gruppe statt, die Gruppenleitung kann dazu beispielsweise mit diesen Fragen anregen:

- „Was war ganz neu für dich?“
- „Was überrascht dich?“
- „Gab es auch etwas, was dich ein wenig geärgert hat oder was du nicht verstehen kannst?“
- „Was hast du bei deinem Bild eventuell vergessen und würdest es gerne in dein Zukunftsbild integrieren?“

5. Bei Bedarf können die Teilnehmer*innen ihrer eigenen Zukunftsvision noch Elemente hinzufügen.
6. Zum Abschluss haben die Mädchen die Möglichkeit, ihr jeweils eigenes Bild auszuschneiden und mitzunehmen…
   … als Hilfe in mutlosen Zeiten
   … als Unterstützung, um nach vorn zu schauen
   … als Erinnerung beim Zweifeln darüber, ob man noch seinem Herzen folgt

Tipps, Hinweise und Erfahrungswerte

- Erfahrungsgemäß sind die Teilnehmer*innen anfangs etwas befremdet, wenn sie dazu aufgefordert werden, zu malen bzw. zu schreiben und diesen kreativen Freiraum nutzen zu dürfen. Wir haben beobachtet, dass einige Mädchen zunächst zögern, sich dieser kreativen Aufgabenstellung zu widmen. Wenn die Gruppenleiter*innen jedoch einfach beginnen, steigen die Mädchen schnell mit ein.
- Unserer Erfahrung nach beginnt der Austausch über die Zukunftsvisionen eher schleppend. Konkrete Fragen und Anregungen seitens der Gruppenleiter*innen können hilfreich sein.
- Die Moderation des Austausches und der Reflexion kann flexibel gestaltet werden: mal laufen lassen, mal durch gezielte Nachfragen in einen Rahmen bringen. Erfahrungsgemäß kann eine solche Diskussion, wenn sie einmal begonnen hat, lange dauern. Es ist sinnvoll, darauf zu achten, dass einzelne Gesprächsbeiträge nicht zu lang werden.
- Wertschätzung ist wichtig! Die Teilnehmer*innen erzählen von ganz persönlichen Vorstellungen und Ideen, vielleicht haben sie das noch nie in dieser Form und in einer Gruppe getan. Es ist wichtig, sie in ihren Beiträgen zu bestärken, zu loben und anzuerkennen, um sie in ihrem Selbstvertrauen stärken zu können.

4.4 Meine Ressourcen

Ziele

- Erlangung eines Verständnisses darüber, was der Begriff der (immateriellen) ‚Ressource' beinhalten kann
- Stärkung des Selbstbewusstseins und des persönlichen Entwicklungspotentials durch eine Reflexion über vorhandene und gewünschte Ressourcen

Zeit

- ca. 2 Zeitstunden

Materialien

- Moderationskarten in verschiedenen Farben
- Stifte für alle Teilnehmer*innen
- buntes Papier in DIN A3
- Locher
- Geschenkband
- Bastelanleitung für Papiertüten (aus dem Internet)
- weißes DIN A5-Papier für alle Teilnehmer*innen, gelocht und mit Band zum Umhängen durchzogen

Möglicher Ablauf

1. Einstimmung in das Thema mit einer Reflexion der eigenen Ressourcen:

- die Gruppe sitzt im Kreis
- jede Teilnehmer*in erhält eine leere Moderationskarte und einen Stift
- die Gruppenleitung erklärt, was eigene Ressourcen sein können, z. B. ein besonderes Talent oder eine Charaktereigenschaft, die von einem selbst als positiv oder hilfreich bewertet wird
- jedes Mädchen soll eine ihrer Ressourcen auf der Moderationskarte notieren, die Dolmetscher*innen unterstützen die jungen Frauen dabei, die Begriffe auf Deutsch aufzuschreiben

2. Die Gruppe tauscht sich über die Ressourcen aus:
   - alle Karten werden verdeckt in die Mitte gelegt und nacheinander aufgedeckt
   - zu jedem Begriff moderiert die Gruppenleitung einen Austausch darüber, ob sie diese Ressource an sich selbst auch beobachten oder ob sie diese gerne hätten
   - sobald alle Karten aufgedeckt sind, erraten die Teilnehmer*innen, welche Ressource welcher Person zuzuordnen sein könnte
3. In Einzelarbeit setzen sich die Mädchen weitergehend mit ihren eigenen Ressourcen auseinander:
   - die Mädchen verteilen sich im Raum und suchen sich einen angenehmen Ort
   - jede Teilnehmer*in erhält mehrere Moderationskarten in drei verschiedenen Farben und einen Stift
   - die Mädchen suchen sich zwei Personen aus ihrem Leben aus (z. B. aus der Familie, aus dem Freundeskreis, aus der Schule), die ihnen sehr wichtig sind
   - jeder dieser Personen sollen die Teilnehmer*innen eine Farbe der Moderationskarten zuordnen, die dritte Farbe ist für die jeweilige Teilnehmer*in selbst
   - die jungen Frauen überlegen nun, welche Ressourcen die ausgewählten Personen ihnen selbst jeweils zuschreiben würden

Die Gruppenleitung kann als Hilfestellung z. B. fragen: „Wenn ich deine beste Freundin fragen würde, was du besonders gut kannst und welche Eigenschaften sie an dir sehr schätzt - was würde sie antworten?“

   - jedes Mädchen notiert zu jeder der ausgewählten Personen mindestens drei Ressourcen auf den jeweiligen farbigen Moderationskarten
   - zudem notieren alle mindestens drei eigene Ressourcen
   - jede Teilnehmer*in sollte zehn Moderationskarten beschriftet haben (die Karte aus der Anfangsrunde, jeweils drei Karten der zwei ausgesuchten Personen und die drei eigenen zusätzlichen Ressourcenkarten)
4. Die Mädchen machen sich selbst ein Geschenk:
   - alle setzen sich wieder in den Kreis
   - zum Mitnehmen und Aufbewahren ihrer Ressourcen basteln die Teilnehmer*innen sich eine ‚Ressourcentüte‘, in die sie nach der Fertigstellung all ihre Karten legen können
5. Die Mädchen machen einander ein Geschenk:
   - jede Teilnehmer*in erhält ein weißes DIN A5-Papier, welches sie sich mit Hilfe des Bandes um den Hals binden und auf dem Rücken hängen lassen kann
   - jede Teilnehmer*in erhält einen Stift
   - die Gruppe geht langsam im Raum umher
   - jedes Mädchen notiert auf den Zetteln der anderen Teilnehmer*innen eine positive

Eigenschaft der jeweiligen Zettelinhaber*in in der eigenen Muttersprache
- diese Eigenschaften werden im Anschluss mithilfe der Dolmetscher*innen in die jeweilige Landessprache übersetzt
- auch diese Ressourcensammlungen können nach der Übung in den Ressourcentüten mitgenommen werden

Tipps, Hinweise und Erfahrungswerte

- Erfahrungsgemäß ist es für einige Mädchen schwierig zu verstehen, was mit dem Begriff der ‚Ressource' gemeint ist, daher sollten zu Beginn der Gruppenstunde einige Beispiele mit der gesamten Gruppe gesammelt werden.
- Insbesondere bei der letzten Übung sollte die Gruppenleitung betonen, dass die Rückmeldungen an die anderen Teilnehmer*innen wertschätzend erfolgen sollen.
- Wenn neue Mädchen dabei sind oder die Gruppe sich noch nicht gut kennt, kann es sein, dass es den Teilnehmer*innen schwer fällt, Eigenschaften der anderen Personen zu benennen bzw. aufzuschreiben. In diesem Fall bietet sich der Hinweis an, dass es nicht notwendig ist, viel über einen Menschen zu wissen, um positive Ressourcen zu erkennen, sondern dass viele Aspekte einer Person bereits automatisch bei einem Zusammentreffen wahrgenommen werden (positive Ressourcen könnten hier z. B. ein freundliches Lächeln, ein lebhaftes Wesen, ein höflicher Umgang etc. sein).

4.5 Rollenbilder
...und der Einfluss von Kultur auf diese Bilder

Ziele

- Auseinandersetzung mit der eigenen Geschlechtsidentität
- Reflexion des gelernten Rollenverhaltens
- Überprüfung der eigenen Stereotype bezüglich der Geschlechterrollen
- Reflexion über mögliche kulturelle Unterschiede im Hinblick auf Erwartungen an weibliches und männliches Rollenverhalten
- Bewusstmachung unserer schnellen Interpretation von Beobachtungen

Zeit

- ca. 2 Zeitstunden

Materialien

- stereotype männliche und weibliche Verkleidungsutensilien
- Schminkutensilien
- Schüssel mit Wasser
- Getränke
- Lebensmittel (z. B. Brot, Waffel)
- Flipchart
- Stifte

Das ‚Albatrosianer-Spiel'[23]

EINLEITUNG IN DAS SPIEL:
„Es soll heute um das Thema ‚fremde Welten' gehen und wir laden euch zu einer Reise auf die Insel ‚Albatros' ein. Hierzu benötigen wir zunächst eine weibliche und einen männlichen Inselbewohner*in. Wer von euch möchte diese beiden Rollen übernehmen?
Alle anderen werden Gäste auf der Insel ‚Albatros' sein.
Wir möchten jedoch nicht nur weibliche, sondern auch männliche Gäste haben. Wer kann sich vorstellen, einen männlichen Gast zu spielen? Alle männlichen Gäste kennzeichnen sich bitte als stereotyp männlich, z. B. mit einem aufgemalten Bart oder einem umgehängten Schlips.
Da wir gemeinsam mit den Inselbewohner*innen zuerst einiges vorbereiten müssen, bitten wir alle Gäste, für ein paar Minuten vor die Tür zu gehen."

VORBEREITUNG DES SPIELS (IN ABWESENHEIT DER GÄSTE):

- für jeden männlichen Gast wird ein Stuhl in einem Kreis aufgestellt
- für den männlichen Albatrosianer wird ein Stuhl in der Mitte des Kreises aufgestellt
- die Wasserschüssel, das Essen und die Getränke werden griffbereit platziert

Das Albatrosianer-Pärchen erhält in Abwesenheit der Gäste eine ausführliche Einweisung in die bevorstehende Zeremonie und ihre Rollen:

- Die Kommunikation während des Spiels erfolgt in einer eigenen albatrosianischen Sprache.
- Die Albatrosianer sind ruhige, reservierte, nette und liebevolle Menschen, die ihre Gäste nicht schikanieren.
- Berührungen werden nur in zeremonieller Weise durchgeführt, wie zum Beispiel bei Begrüßungen.
- Um die Gäste dazu zu bewegen, dass sie z. B. die richtige Position einnehmen oder bestimmte Handlungen ausführen, werden nur bestimmte Laute verwendet:
  -> Zischen bedeutet Missfallen
  -> Summen drückt Zufriedenheit und Einverständnis aus
  -> Klicken mit der Zunge heißt ‚Achtung!', Aufmerksamkeit gewünscht, Weitergabe faktischer Informationen
  -> Die Albatrosianer sind freundlich, aber sie zeigen ihre Gefühle während der Zeremonie durch keinen besonderen Gesichtsausdruck (z. B. Lächeln). Gäste, die während der Zeremonie lachen oder stören, werden durch ein Zischen ohne Zorn zur Ordnung gerufen.
- Das Albatrosianer-Paar kann sich den Ablauf der Zeremonie in Ruhe unter Mithilfe der Dolmetscher*innen aneignen.

[23] Dieses Spiel stammt nicht aus unser Feder, sondern ist unter dem Begriff ‚Albatros Planspiel' vielfach im Internet zu finden.

EINWEISUNG DER GÄSTE:

- Die Gäste werden darüber informiert, dass ihnen nun gleich der Besuch einer albatrosianischen Familie bevorsteht.
- Sie werden dazu aufgefordert, die Regeln der Gastfreundschaft zu achten.
- Ferner sollen sie durch Beobachtungen versuchen, den Sinn des albatrosianischen Verhaltens zu erkunden und ihre eigenen Verhaltensweisen anzupassen.
- Alle weiblichen Gäste werden dazu aufgefordert, ihre Schuhe auszuziehen

ABLAUF DER ZEREMONIE:
„Der Albatros-Mann sitzt auf einem Stuhl in der Mitte des Kreises, seine Frau kniet neben ihm auf dem Boden. Er hat Schuhe an, sie keine. Die Gäste werden in den Raum geführt.
Die erste Aktivität des Albatros-Mannes ist, den Besucherinnen zu verdeutlichen, dass sie nicht auf einem Stuhl sitzen sollen, sondern auf dem Boden. Umgekehrt sollen die Männer auf den Stühlen Platz nehmen.

NUN FOLGT DIE BEGRÜSSUNG:
Der Albatros-Mann steht auf und begrüßt jeden männlichen Gast der Reihe nach, indem er den Gast an den Schultern und der Taille anfasst und sein rechtes Bein mit dem rechten Bein des Gastes reibt. Nach dieser Begrüßung soll sich der Gast wieder setzen. Dann begrüßt die Albatros-Frau die weiblichen Gäste der Reihe nach. Sie kniet sich vor einer stehenden Frau nieder und gleitet mit ihren Händen an den Unterschenkeln bis zu den Füßen. Die Frauen sollen im Anschluss in einer knienden Position verweilen.
Nach der Begrüßung tritt eine Pause ein, in der alle einfach warten.

Als Nächstes wird eine Schüssel mit Wasser von der Albatros-Frau in den Kreis gebracht. Beginnend mit dem Albatrosianer tippen alle Männer nacheinander mit den Fingern ihrer rechten Hand ins Wasser und schwenken sie daraufhin graziös in der Luft, um sie zu trocknen. Die Albatrosianerin geht hierbei von Mann zu Mann und reicht das Wasser an. Die Hände der Frauen werden nicht gewaschen. Die Albatros-Frau kehrt für einige Minuten zu ihrem Platz zurück, ehe mit dem nächsten Teil begonnen wird. Während der Pausen in der Zeremonie, die absichtlich lang anhalten sollen, drückt der Albatros-Mann den Kopf seiner Frau leicht nach unten.

Nach einem Zungenklicken des Albatrosianers erhebt sich die Albatrosianerin und bietet jedem Mann, wieder beginnend mit dem Albatrosianer, Essen an. Sie nimmt ein wenig Speise mit ihrer Hand aus der Schüssel und füttert ihren Mann damit. Der Albatrosianer zeigt seine Befriedigung durch lautes Brummen und durch Reiben seines Bauches. Nachdem alle Männer gesättigt worden sind, werden die Frauen gefüttert. Dann kehrt die Albatrosianerin wieder zu ihrem Platz zurück.

Als Nächstes wird ein Getränk serviert. Wiederum lässt die Albatros-Frau zuerst ihren eigenen Mann aus dem Glas trinken, dann reicht sie es an die übrigen Männer weiter, und zum Schluss bekommen auch die Frauen zu trinken. Nach einer weiteren Pause erhebt sich das Albatrosianer-Paar und geht im Kreis herum, um mit den Gästen mit Zungenklicken zu kommunizieren. Ohne darauf hinzuweisen, wählen sie die Frau mit den größten Füßen und begleiten sie zur Mitte, wo sie kniend einen Platz neben dem Albatros-Mann einnehmen soll.
Schließlich wird zur Verabschiedung die Begrüßungszeremonie wiederholt. Der Albatrosianer verabschiedet alle männlichen, die Albatrosianerin alle weiblichen Gäste. Danach machen sie der noch knienden ausgewählten Frau klar, mit ihnen zu kommen und alle drei verlassen den Kreis."

DIE GRUPPENLEITUNG INITIIERT EINEN ERSTEN AUSTAUSCH:

- die Ideen werden auf der Flipchart gesammelt
- es werden folgende Impulsfragen gestellt:

-> „Wie habt ihr euch gefühlt?"
-> „Was könnten die Gründe für das Verhalten der beiden Albatrosianer gewesen sein?"
-> die Gruppenleitung beantwortet keine Fragen und kommentiert die Ideen der Teilnehmer*innen nicht

DIE GRUPPENLEITUNG LIEST DIE AUFLÖSUNG VOR:
„Die Frau hat in der Kultur der Albatrosianer einen höheren Stellenwert als der Mann. Die Erde ist heilig und Fruchtbarkeit wird gepriesen. Die Frauen sind, da sie keine Schuhe tragen, eins mit der Erde. Dass die Albatrosianer die Frau mit den größten Füßen auswählen, ist eine logische Folgerung aus der Beziehung Frau – Erde. Die Begrüßung der Frauen konzentriert sich auf die Füße und auf den Boden. Die Männer müssen auf Stühlen ohne direkten Erdkontakt sitzen. Nur die Frauen dürfen das Essen, das von der Erde stammt, zubereiten und servieren.

Der Albatrosianer drückt den Kopf seiner Frau nieder, denn es ist seine Pflicht, sie an die Heiligkeit des Bodens zu erinnern. Außerdem schützt er seine Frau dadurch vor Vergesslichkeit. Er trinkt und isst zuerst, um sie vor Schaden und Verunreinigung zu schützen.
Die Albatrosianer benutzen nur einen kleinen Teil ihrer Sprache, da sie meistens durch Gedankenübertragung (Telepathie) kommunizieren. Es genügen wenige Laute, um die Aufmerksamkeit auf sich zu lenken. Ihre Lebensweise und ihre Zeremonien genießen sie, weswegen sie zwischen den Handlungen lange Pausen einlegen. Diese werden als selbstverständlich und angemessen empfunden. Die Albatrosianer unterscheiden sich nicht von anderen Menschen; was sie tun, ist ‚normal'."

ABSCHLIESSEND FINDET EIN ZWEITER AUSTAUSCH STATT:

- die Gruppenleitung moderiert eine Diskussion zu der Frage, wie die Mädchen nun zu ihren ursprünglichen Vermutungen stehen, die sie beim ersten Austausch angestellt haben
- die Gruppe überlegt gemeinsam, wie sie zu diesen Vermutungen gekommen sind und wieso diese eventuell in eine ganz andere Richtung gingen

Tipps, Hinweise und Erfahrungswerte:

Diese Übung regt dazu an, mit der gesamten Gruppe in einen Austausch zu treten über Unterschiede in Bezug auf Geschlechterrollen in der jeweiligen Herkunftskultur der Teilnehmer*innen. Das Spiel soll zu diesem Austausch ermutigen, ohne dabei wertend zu werden. Die Teilnehmer*innen können dazu ermuntert werden, sich zu positionieren und den jeweils eigenen Standpunkt zu finden und zu vertreten.

- Die Übung kann in Länge und Umfang variieren. Es müssen nicht alle Zeremonie-Elemente verwendet werden.
- Erfahrungsgemäß sind die Teilnehmer*innen zunächst verunsichert und irritiert, können sich aber recht schnell auf das Spiel einlassen und verstehen die Regeln der Zeremonie auch ohne Anweisungen sehr schnell.
- In der Regel besteht nach der Übung ein hoher Rede- und Austauschbedarf. Wir haben die Erfahrung gemacht, dass die Mädchen unterschiedliche Themen zur Sprache gebracht haben, die wir in einer separaten Gruppenstunde noch einmal aufgegriffen haben, z. B. Begrüßungsregeln, Hygieneregeln, Verhaltensweisen zwischen Mann und Frau wie etwa Flirten oder Blickkontakt und religiöse Verhaltensweisen. Diese Themen könnten in einem Brainstorming gesammelt werden, um sie für weitere Gespräche zu nutzen.

4.6 Grenzsetzung und Selbstbehauptung

Ziele

- Auseinandersetzung mit der Definition von Selbstbehauptung
- Überprüfen und Erweitern der eigenen Verhaltensstrategien im Umgang mit Konfliktsituationen und Alltagsgewalt
- Austausch über eigene Erfahrungen mit Grenzüberschreitungen
- Stärkung des Selbstbewusstseins
- Steigerung von Vertrautheits- und Sicherheitsgefühlen in der Gruppe

Zeit

- ca. 2 Zeitstunden

Materialien

- ggf. Hilfsmittel für schauspielerische Darstellungen (Verkleidung o. Ä.)

Möglicher Ablauf

1. Die Gruppenleitung klärt mit den Teilnehmer*innen gemeinsam die Definition von Selbstbehauptung.
   -> die Fähigkeit, sich nach außen hin der eigenen Grenzen und Rechte bewusst zu sein und diese kommunizieren zu können
2. Austausch über grenzüberschreitende Situationen:
   - die Mädchen berichten von Situationen, in denen ihre persönliche Grenze überschritten wurde und wie sie auf diese Grenzüberschreitung reagiert haben
   - die Gruppenleitung gibt den Teilnehmer*innen die Möglichkeit, ihre Gefühle in dieser Situation zu verbalisieren
   - gemeinsam überlegt die Gruppe, welche alternativen Reaktionen auf diese Grenzüberschreitung möglich gewesen wären
3. In einem Rollenspiel werden grenzüberschreitende Situationen dargestellt und dazu mögliche Lösungsszenarien erarbeitet.
4. Die Gruppenleitung initiiert eine Nähe-Distanz-Übung zum Wahrnehmen der eigenen Grenzen (z. B. die Übung *Mein Prinzessinnengarten*, siehe *Spielekoffer*).
5. Abschließend findet eine Reflexion in der Großgruppe statt.

Tipps, Hinweise und Erfahrungswerte

- Die Gruppenleitung sollte darauf hinweisen, dass es zwar Techniken gibt, die die Selbstbehauptungskräfte und Selbstverteidigungsfähigkeiten erhöhen können, jedoch niemand sicher vor Übergriffen ist und dass (auch aufgrund des Wissens um Verteidigungsstrategien) bei einigen Menschen nach Grenzüberschreitungen Schuld- und Versagensgefühle auftauchen können.
- Unserer Erfahrung nach sollten die Ziele der Übungen (z. B. die Wahrnehmung der eigenen Grenzen) gegenüber den Teilnehmer*innen deutlich formuliert werden, da ihnen solche Methoden häufig fremd sind.

Rollenspiele werden von den jungen Frauen häufig sehr gut und gerne angenommen. Zudem bieten sie eine gute Möglichkeit, weitere Persönlichkeitsfacetten der Teilnehmer*innen kennenzulernen und teilweise überraschende Lösungsansätze entstehen zu lassen.

- Alternativ oder ergänzend ist auch eine Gruppenstunde bei einer Selbstverteidigungstrainer*in empfehlenswert, in der u. a. auch Techniken zur Körperhaltung, zum Einsetzen der Stimme und zur ganz praktischen Selbstverteidigung eingeübt werden können.

Passende Übung

- *Mein Prinzessinnengarten* (siehe *Spielekoffer*)

4.7 Menschenrechte

Ziele

- Kennenlernen der Artikel der Allgemeinen Erklärung der Menschenrechte
- Entwicklung eines eigenen Rechts- und Gerechtigkeitsverständnisses

Zeit

- ca. 1,5 Zeitstunden

Materialien

- Artikel der Allgemeinen Erklärung der Menschenrechte in verschiedenen Sprachen[24]
- Moderationskarten
- Stifte

Möglicher Ablauf

1. Einstimmung in das Thema mit einer Fragerunde: „Wenn ihr bestimmen dürftet – welche Menschenrechte wären euch wichtig?“
2. Jedes Mädchen erhält eine ‚Allgemeine Erklärung der Menschenrechte‘ in ihrer jeweiligen Sprache und bekommt ca. 5-10 Minuten Zeit, sich diese durchzulesen.
3. Die Gruppenleitung moderiert eine Diskussionsrunde z. B. mit folgenden Fragen:
   - „(Wie) werden diese Menschenrechte in deinem Heimatland umgesetzt?“
   - „(Wie) werden diese Menschenrechte in Deutschland umgesetzt?“
   - „Gibt es eine Verletzung der Menschenrechte, die dich besonders wütend macht?“
4. Die Mädchen sammeln ihre Ideen zu der Frage, bei welchen Menschenrechten sie Verbesserungsbedarf sehen, auf Moderationskarten.

Tipps, Hinweise und Erfahrungswerte

- Diese Übung kann die Teilnehmer*innen in engen Kontakt mit Erfahrungen bringen, die Ursache ihrer Flucht waren (die Artikel behandeln z. B. Themen wie Zwangsheirat, Folter oder Sklaverei).
- Häufig entdecken die Teilnehmer*innen auch Widersprüche in den Artikeln zum Leben in Deutschland (z. B. in Artikel 13: „Jeder hat das Recht, sich innerhalb eines Staates frei zu bewegen und seinen Aufenthaltsort frei zu wählen.“ Dies trifft für neu ankommende Geflüchtete in dieser Form so nicht zu).

[24] erhältlich unter » www.humanrights.ch/de/internationale-menschenrechte/aemr/text/

4.8 Diskriminierung

Ziele

- Austausch über diskriminierende Erfahrungen
- Reflexion des Gesellschaftsbildes
- Differenzierung von Vorurteil und Diskriminierung
- Reflexion eigener Vorurteile

Zeit

- ca. 2 Zeitstunden

Materialien

- Moderationskarten in drei bis fünf unterschiedlichen Farben
- drei Portraits von Menschen mit sehr unterschiedlichen prägnanten Merkmalen (z. B. Mensch mit Tätowierungen im Gesicht, geschminkter Mann, Frau mit Kopftuch etc.)
- drei Gesichtsmasken, die die Portraits der zuvor genannten Menschen zeigen
- Stifte
- Tesafilm/ Magnete/ Pins
- vier Stühle oder Kissen

Möglicher Ablauf

1. Als Einstieg in das Thema überlegt die Gruppe gemeinsam, aufgrund welcher Merkmale Menschen diskriminiert werden (Hautfarbe, Religion, Geschlecht etc.). Diese Merkmale werden auf Moderationskarten notiert und für alle sichtbar aufgehängt.
2. Erfahrungsaustausch zu eigenen Erfahrungen mit Diskriminierung aufgrund der verschiedenen Merkmale, die zuvor gesammelt wurden.
3. Jede geäußerte Diskriminierungserfahrung wird von der Gruppenleitung in solcher Art kommentiert, dass diese Erfahrung weggeführt wird von der Wahrnehmung einer grundsätzlich diskriminierenden Gesellschaft hin zu der jeweils diskriminierenden Person.
4. Je nach zeitlichem Rahmen werden drei bis fünf Portraits von Menschen mit sehr unterschiedlichen prägnanten Merkmalen aufgehängt; über jedem Portrait wird eine Moderationskarte in jeweils unterschiedlicher Farbe angebracht.
5. In Einzelarbeit soll jedes Mädchen ihre Assoziationen zu den jeweiligen Bildern auf Moderationskarten in der zugehörigen Farbe notieren.

6. Anschließend werden die Portraits im Raum verteilt aufgehängt und die jeweils zugehörigen Moderationskarten darunter angeordnet. Die Gruppe bewegt sich gemeinsam von Portrait zu Portrait, wobei die Gruppenleitung eine Diskussionsrunde zu der Frage moderiert, warum es zu unterschiedlichen bzw. ähnlichen Assoziationen gekommen ist. Dabei sollte schlussendlich das Konzept des Vorurteils herausgearbeitet werden.
7. Um den Unterschied zwischen Vorurteilen und diskriminierenden Handlungen greifbar zu machen, wird ein Rollenspiel initiiert:
   - die Gruppe versammelt sich im Kreis, in der Mitte stehen vier Stühle nebeneinander
   - drei Freiwillige nehmen auf den Stühlen Platz
   - die Gruppenleitung erklärt, dass diese Stühle Sitzplätze in einer Bahn seien
   - die Freiwilligen seien Fahrgäste, die ungezwungen interagieren können; gleich kämen drei verschiedene Fahrgäste nacheinander dazu, mit denen die Freiwilligen ebenfalls interagieren können
   - die Gruppenleitung setzt sich jeweils eine Gesichtsmaske auf und nimmt für ein jeweils etwa drei- bis fünfminütiges freies Rollenspiel den leeren Sitzplatz in der Bahn ein; dann steigt sie aus und kommt mit einer anderen Gesichtsmaske erneut dazu
   - die Freiwilligen können wechseln
   - die Freiwilligen können sich in ihrer Interaktion mit der jeweils vierten Person an den zuvor gesammelten Assoziationen orientieren
   - Anschließend wird in der gesamten Gruppe diskutiert, ob Unterschiede in der Interaktion zwischen den verschiedenen Personen zu beobachten waren; dabei sollte schlussendlich der Unterschied zwischen Vorurteil und Diskriminierung herausgearbeitet werden.

Tipps, Hinweise und Erfahrungswerte

- Da es häufig schwierig ist, die eigenen Assoziationen in Worte zu fassen, kann es für die Mädchen in Abhängigkeit von ihrem jeweiligen Deutschniveau einfacher sein, diese Aufgabe in ihrer jeweiligen Muttersprache zu bearbeiten und ihre Aufzeichnungen erst im Anschluss zu übersetzen.

In Abhängigkeit von den sprachlichen Gegebenheiten in der Gruppe ist es nicht notwendigerweise bedeutsam, die Differenzierung von Vorurteil und Diskriminierung mit diesen Begrifflichkeiten zu benennen; der Unterschied könnte beispielsweise auch über die Abgrenzung von Gedanken und Handlungen herausgearbeitet werden.

Warming Up-Spiele

AH-SO-KO-Zenkarate

Ziel des Spiels ist es, sehr schnell einer Sequenz aus Tönen und Gesten zu folgen, ohne dabei einen Fehler zu begehen. Drei Töne und Handbewegungen müssen von den in einem Kreis sitzenden Spieler*innen immer in der gleichen Reihenfolge durchgeführt werden. Die erste Bewegung besteht darin, einen symbolischen Messerstich an die eigene Kehle zu machen und dabei laut „AH“ zu rufen. Je nachdem, ob dazu die linke oder rechte Hand benutzt wurde, zeigen die Finger auf die rechte oder linke Nachbar*in, die nun mit der zweiten Bewegung an der Reihe ist. Diese besteht aus einem verfehlten Schwerthieb direkt über den eigenen Kopf und dem lauten Ausruf „SO“. Dabei zeigen die Finger wieder nach rechts oder links, und die jeweilige Nebenfrau ist mit der dritten Bewegung dran.
Diese Spieler*in macht einen symbolischen Karateschlag in die Mitte des Kreises, zeigt dabei auf eine beliebige Mitspieler*in und ruft laut „KO“. Die „Betroffene“ beginnt nun wieder mit dem ersten Teil der Ton- und Bewegungsfolge von „AH“ „SO“ „KO“. Die Spieler*innen, die einen Fehler machen, scheiden aus, haben aber die Aufgabe, die im Kreis verbliebenen Spieler*innen in deren Konzentration zu stören. Sie dürfen diese allerdings nicht berühren oder ihnen die Sicht versperren. Scheidet eine Spieler*in aus, setzt die verbliebene linke Nachbar*in das Spiel fort. Das Spiel ist zu Ende, wenn nur noch drei Spieler*innen - die neuen Zenkaratemeister*innen - im Kreis sitzen oder stehen.

Blickkontakt

Die Gruppe steht im Kreis und schaut zu Boden. Beim Signal der Spielleiter*in gucken alle eine zuvor heimlich ausgewählte Person an. Wenn sich zwei Blicke treffen, scheiden diese beiden Spieler*innen aus. Das Spiel geht so lange weiter, bis nur noch eine oder zwei Mitspieler*innen übrig sind.
VARIANTE: Wenn sich zwei Blicke treffen, müssen die beiden Spieler*innen schnell den Namen der jeweils anderen rufen. Die langsamere Spieler*in verliert und scheidet aus dem Spiel aus.

Drache-Ritter-Prinzessin

Dieses Spiel ist angelegt an das klassische „Schnick-Schnack-Schnuck“; allerdings kommt bei Drache-Ritter-Prinzessin der ganze Körper zum Einsatz, weswegen eine etwas größere freie Fläche benötigt wird. Das Spielfeld besteht aus einem Mittelpunkt und zwei Begrenzungslinien, jeweils etwa zwei Meter vom Mittelpunkt entfernt. Zwei Gruppen stehen sich, jeweils hinter ihrer Begrenzungslinie, gegenüber.
Jede Gruppe entscheidet sich für eine der folgenden Figuren:

DRACHE:	aufgerissener Mund, Hände zu Krallen, fauchendes Geräusch
RITTER:	aufrechte Körperhaltung, ein Bein nach vorn, mit den Händen wird Bogenschießen angedeutet, Geräusch eines fliegenden Pfeils („zirrr“)
PRINZESSIN:	auf ein Bein stehen und um sich selbst drehen, Geräusch „nanananana“

Der Drache frisst die Prinzessin. Die Prinzessin bezirzt den Ritter. Der Ritter erschießt den Drachen. Auf ein Kommando hin laufen beide Gruppen zum Mittelpunkt des Spielfeldes und stellen die ausgewählten Figuren dar. Je nach gewinnender oder verlierender Figur muss die jeweilige Gruppe nun fangen oder flüchten. Bei der Flucht versucht das Team, welches die Spielrunde verloren hat, hinter die eigene Begrenzungslinie zu gelangen. Wer gefangen wurde, bevor eine Flucht hinter die Spielfeldbegrenzung gelingen konnte, muss in das andere Team überwechseln. Das Spiel endet, sobald in einem Team nur noch eine Spieler*in übrig ist – die Gewinner*in!

Gordischer Knoten

Die Gruppe bildet einen engen Kreis und richtet alle Hände in die Mitte. Mit verschlossenen Augen reichen sich alle die Hände, sodass jede Hand mit der Hand einer Spielpartner*in verbunden ist. Sind alle Hände verbunden, beginnt die Auflösungsphase - diese erfolgt mit offenen Augen. Nun versucht die Gruppe, ohne auch nur eine Hand loszulassen, diesen Knoten durch Übersteigen, Durchschlüpfen, Drehungen etc. zu lösen, sodass sich ein Kreis bildet. Hinweis: Es kann vorkommen, dass am Ende zwei Kreise entstehen.

Hände kreuzen

Alle Teilnehmer*innen setzen sich im Kreis auf den Boden bzw. an einen Tisch, so dass die Hände nach vorn frei sind. Die linke Hand jeder Einzelnen liegt unter dem rechten Arm der linken Sitznachbar*in. Die rechte Hand liegt über dem linken Arm der rechten Sitznachbar*in. Nun klatschen die Hände im Uhrzeigersinn auf dem Boden und zwar in der Reihenfolge, wie sie auf dem Boden bzw. auf dem Tisch liegen (die Sitzposition der Personen ist egal). Wenn eine Hand zweimal klatscht, wechselt die ‚Kette' die Richtung. Begeht eine Spieler*in einen Fehler, muss sie die Hand, die den Fehler begangen hat, aus dem Spiel nehmen. Die Teilnehmer*in bleibt trotzdem sitzen. Beendet ist das Spiel, wenn nur noch eine Spieler*in übrig ist.

Zip-Zap-Zoooom

Zip-Zap-Zoooom ist ein kurzes Spiel zum Wachwerden und Fokussieren. Alle Spieler*innen stehen bequem im Kreis und müssen so schnell wie möglich ein „Zip", „Zap" oder „Zooom" weitergeben. Die Gruppe soll dabei einen schnellen, gemeinsamen, kraftvollen Rhythmus finden und sich beim Weitergeben und Empfangen des Geräusches immer der entsprechenden Nachbar*in zuwenden (Drehen aus der Hüfte und Blickkontakt). Ein „Zip" wird immer per Ausruf und ausgestreckter Hand an die linke Nachbar*in weitergegeben. Am besten startet man zu Beginn mit einer reinen „Zip"-Runde - diese geht einfach immer links im Kreis herum. Die Spielleitung kann das Tempo steigern, bis alle Teilnehmer*innen aufmerksam genug sind. Nun kann das „Zap" eingeführt werden, welches immer an die rechte Nachbar*in weitergeben wird. Das heißt, wer ein „Zip" bekommt, kann dieses entweder nach links weitergeben oder per „Zap" zurückgeben. Damit die Spieler*innen am anderen Ende des Kreises nicht einschlafen, gibt es als dritte Option noch das „Zoooom" - dieses kann man quer durch den Kreis einer beliebigen Mitspieler*in zukommen lassen.

Kennenlern-Spiele

Das Spinnennetz

Alle Spieler*innen stehen oder sitzen im Kreis. Die erste erhält ein Wollknäul und hält das eine Ende fest. Sie wirft dann das Knäul zu einer anderen Teilnehmer*in und nennt laut ihren Namen. Die Mitspieler*in fängt das Wollknäul auf, hält die Wollschnur nun auch fest, nennt ihren Namen und wirft es weiter. So entsteht ein Netz in der Mitte der Gruppe. Haben alle Spieler*innen ein Stück Wolle in der Hand, wird das Netz wieder abgebaut, indem die Wolle derjenigen Person zugeworfen wird, von der man es in der ersten Runde erhalten hat, und deren Namen genannt wird. Dies geht solange, bis das Netz komplett abgearbeitet ist. Alternativ können auch mehrere Runden gespielt werden, je nach Runde mit einem anderen Thema (Herkunftsland, Alter, Hobby, Stärke…)

Decken-Spiel

Die Teilnehmer*innen teilen sich in zwei Gruppen auf. Die beiden Gruppen werden durch eine hochgehaltene Decke voneinander getrennt, sodass sie sich nicht sehen. Die Gruppen bestimmen jeweils ein Gruppenmitglied, welches sich auf einen Platz unmittelbar vor der Decke setzen soll. Nachdem sich die beiden Personen vor die Decke gesetzt haben (sichtbar abgerückt von der restlichen Gruppe) wird die Decke fallen gelassen. Die Spieler*innen müssen so schnell wie möglich den Namen der auf der anderen Seite sitzenden Person nennen. Für die schnellere Mannschaft gibt es einen Punkt.

Gummibärchenbande

Die Spielleiter*in gibt eine Tüte mit Gummibärchen herum. Jede Teilnehmer*in soll sich so viele Gummibärchen herausnehmen, wie sie möchte. Allerdings sollen diese noch in der Hand behalten und nicht sofort gegessen werden. Außerdem sollen alle etwas abbekommen. Nachdem die Tüte herumgewandert ist, kommt die Auflösung: Jede Spieler*in muss reihum so viele Sachen über sich erzählen, wie sie Gummibärchen genommen hat, z. B. Name, Alter, Hobby, Eigenschaften der Person, Wohnort, Lieblingstier etc.
VARIANTE: Die anderen Teilnehmer*innen dürfen der jeweiligen Person so viele Fragen stellen, wie sie Gummibärchen hat.

Hallo! – Alles klar?! – Tschüss!

Alle Spieler*innen gehen im Raum herum. Wenn zwei sich treffen, sagen beide nacheinander folgende Worte: „Hallo!“ - „Alles klar?“ - „Tschüss!“ Anschließend laufen die Spieler*innen weiter im Kreis herum, bis sich alle einmal begegnet sind.

Namensjonglage

Es werden verschieden farbige Bälle benötigt. Alle Spieler*innen stehen oder sitzen im Kreis. Die erste nimmt den ersten Ball in die Hand. Sie wirft diesen einer anderen Spieler*in zu und sagt dabei ihren eigenen Namen. Die Spieler*in, die jetzt den Ball in der Hand hat, geht genauso vor etc. Nach einer Weile kommt ein andersfarbiger

Ball ins Spiel. Bei diesem Ball sagen die Spieler*innen den Namen der Teilnehmer*in, der sie den Ball zuwerfen. Sobald das Spiel weiterhin gut läuft, kommt der dritte Ball zum Einsatz: die Fänger*in sagt, von wem sie den Ball erhalten hat.

Reihenfolgen bilden

Alle Spieler*innen bewegen sich durch den Raum. Es darf nicht gesprochen werden. Nonverbale Kommunikation mit Händen und Füßen ist allerdings erlaubt. Die Gruppenleitung gibt nun eine klare Anweisung, wie die Gruppe sich zu sortieren hat (Beispiele siehe unten). Die Gruppe muss sich nun, ohne zu sprechen, in die richtige Reihenfolge bringen. Die Gruppe kann sich z. B. aufstellen nach…

- Alter
- Schuhgröße
- Geburtstag im Jahr
- Anfangsbuchstaben des Vornamens
- Körpergröße
- am weitesten entfernter Herkunftsort

Die Spielleiter*in überprüft im Anschluss, ob die Aufstellung korrekt ist (in dieser Phase darf wieder gesprochen werden).

Wahrheit und Lüge

Jede Teilnehmer*in überlegt sich drei Dinge, die sie über sich erzählen möchte (z. B. Hobbys, Erlebnisse, Interessen, Eigenschaften…). Zwei davon sind wahr, eine Sache soll frei erfunden sein. Nachdem die Spieler*in ihren Namen gesagt hat, erzählt sie die drei Dinge. Der Rest der Gruppe muss raten und darüber abstimmen, welcher Teil wohl gelogen ist. Das Ziel ist es, die Lüge möglichst glaubwürdig zu verkaufen, um nicht erwischt zu werden.

Zic-Zac

Alle Mitspieler*innen setzen sich in den Stuhlkreis bzw. stehen im Kreis. Für eine Mitspieler*in gibt es keinen Stuhl. Diese stellt sich in die Mitte des Stuhlkreises. Ziel dieser Mitspieler*in ist es, sich einen Stuhl zu ergattern. Dazu zeigt sie auf eine Mitspieler*in im Kreis und sagt entweder „Zic“ oder „Zac“. Bei „Zic“ muss die Ausgewählte den Namen ihrer linken Nachbar*in sagen, und bei „Zac“ den Namen ihrer rechten Nachbar*in. Macht die Spieler*in hierbei einen Fehler, muss sie mit der Mitspieler*in in der Mitte tauschen. Sagt die Spieler*in in der Mitte „ZicZic“, muss der Name der übernächsten linken Nachbar*in genannt werden. Selbiges bei „ZacZac“ nach rechts. Eine weitere Möglichkeit besteht darin, dass die Mitspieler*in in der Mitte „ZicZac“ sagt. Dann müssen alle Mitspieler*innen ihren Platz wechseln. Dabei kann die Mitspieler*in in der Mitte versuchen, einen freien Platz zu erwischen.

Zu den thematischen Einheiten passende Spiele

Andere Länder, andere Sitten *(» Normen, Werte und das Leben in Deutschland)*
Alle Teilnehmer*innen sitzen im Kreis. In die Mitte werden mehrere DIN A 4-Blätter gelegt, auf denen jeweils ein Landesname geschrieben steht (sowie idealerweise zur besseren bildlichen Darstellung eine Abbildung der passenden Landesflagge und ggf. ein Kartenausschnitt, auf dem das jeweilige Land zu sehen ist).
Zu jedem Land gibt es ein weiteres DIN A 4-Blatt, auf dem eine besondere Sitte des Landes steht (z. B. „Bei Regen laufen die Menschen auf die Straße und tanzen, um den Regen zu feiern" – Namibia, oder „In diesem Land ist öffentliches Naseputzen ein Tabu" – Vietnam; Anregungen für weitere national besondere Verhaltensweisen finden sich zuhauf im Internet). Die jeweiligen Sitten werden vorgelesen und die Teilnehmer*innen raten, zu welchem Land sie gehören.

Grabbelsack *(» Körperwissen und Sexualität)*
Ein Beutel wird mit Gegenständen gefüllt, die (im weitesten Sinne) etwas mit dem Thema Sexualität (und Liebe) zu tun haben. Mögliche Gegenstände können z. B. sein: Tampons, Binden, Menstruationstasse, Kondome, Deodorant, Intimwaschlotion, Rasierer, Dessous, Kerze, Bravo-Heft, AIDS-Schleife, Herz, Rose, Ehe-/Freundschaftsring, Lippenstift, Kreuz, Gleitgel und viele mehr. Die Teilnehmer*innen sitzen im Kreis und der Beutel wird herumgereicht. Jede Teilnehmerin zieht nacheinander einen Gegenstand und erzählt der Gruppe ihre Assoziationen hierzu.

Ich schaue mich an *(» Wer bin ich und was macht mich aus?)*
Anleitung an die Teilnehmer*innen: „Stellt euch vor, ihr würdet vor euch sitzen und ihr als reale Personen steht hinter euch. Ihr verwöhnt euch jetzt mal so richtig, denn ihr habt heute hart an euch und mit euch gearbeitet. Dafür habt ihr euch ein Lob verdient – sagt euch das ruhig einmal bzw. lobt euch (z. B. indem ihr euch auf die Schulter klopft). Weil es so anstrengend war, habt ihr euch auch eine Massage verdient. Massiert euch eine Runde – an den Schultern, am Rücken, an den Armen, am Kopf. Und zum Schluss: Umarmt euch und bedankt euch bei euch selbst.

Kondomwettlauf *(» Verhütungsmittel)*
Die Gruppe stellt sich in einem Kreis auf und wird durch Durchzählen (1-2-1-2 etc.) in zwei Teams aufgeteilt, wobei keine Teilnehmer*in eine Mitspieler*in ihres Teams direkt neben sich stehen haben darf (eine gerade Teilnehmer*innen-Anzahl ist für dieses Spiel Voraussetzung). Zwei Kondome werden aufgeblasen und zwei sich gegenüber stehende Spielerinnen aus verschiedenen Teams erhalten jeweils eines der luftgefüllten Kondome. Auf ein Startzeichen hin ist es nun die Aufgabe der Teams, die Kondome schnellstmöglich im Uhrzeigersinn an ihre Mitspieler*innen weiterzureichen. Gewonnen hat die Gruppe, welche es

schafft, das Kondom des jeweiligen gegnerischen Teams zu überholen.
SPIELVARIANTE: Die Spielleitung führt das Signal „Richtungswechsel“ ein. Daraufhin müssen die Kondome die Laufrichtung ändern. Zusätzlich dazu kann noch der Befehl „rund“ eingeführt werden, bei dem die Spieler*innen, die das Kondom gerade in der Hand halten, dieses einmal rund um den eigenen Körper führen müssen.
HINWEIS: dieses Spiel ist sehr spracharm, aber eher für Gruppen geeignet, die sich bereits länger kennen bzw. eine gute Gruppenatmosphäre entwickeln konnten und in denen das Thema Sexualität bereits Erwähnung gefunden hat.

Mein Prinzessinnengarten *(»Grenzsetzung und Selbstbehauptung)*
Als „Prinzessinnengarten“ ist bei dieser Übung die unsichtbare Grenze um einen Menschen herum gemeint, deren Überschreitung in bestimmten Situationen und von bestimmten Personen ein unangenehmes Gefühl entstehen lässt. Zwei Teilnehmer*innen stellen sich gegenüber in einem Abstand von ca. drei Metern auf. Teilnehmer*in A läuft in sehr langsamen Schritten auf Teilnehmer*in B zu, die sich nicht von der Stelle bewegt. Teilnehmer*in B bekommt die Aufforderung, dann „Stopp!“ zu sagen, wenn sie das Gefühl hat, dass Teilnehmer*in A an der Grenze zu ihrem „Prinzessinnengarten“ steht. Sie darf Teilnehmer*in A anschließend bitten, noch einige Schritte vor und zurück zu gehen, um ihre Grenzwahrnehmung zu präzisieren.

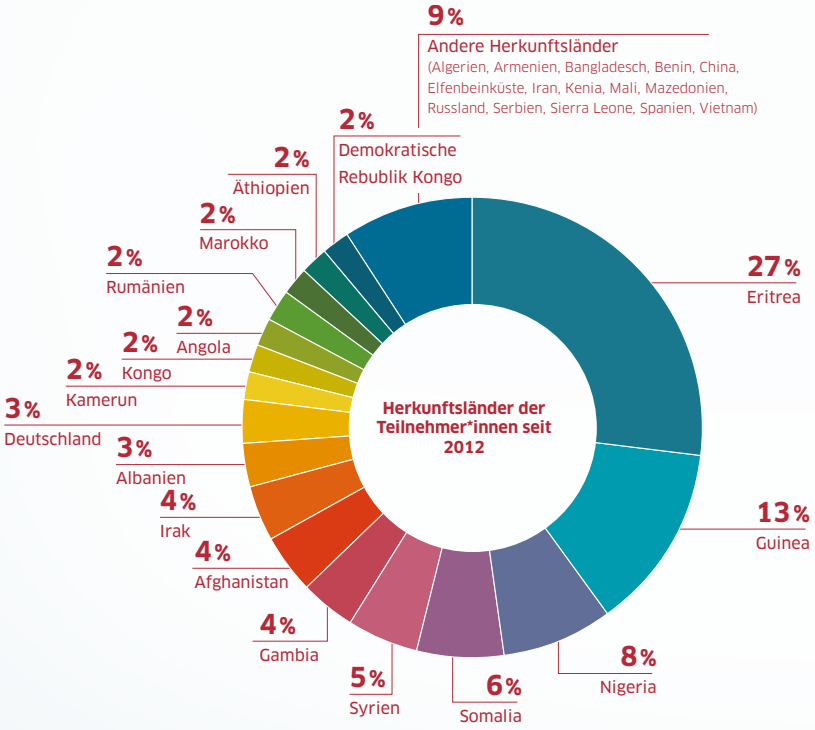
Im Anschluss wechseln die Teilnehmer*innen ihre Positionen. Diese Übung kann entweder so durchgeführt werden, dass sie immer nur zwei Personen zeitgleich durchführen und die restlichen Gruppenmitglieder beobachten oder aber alle Teilnehmer*innen stellen sich in zwei Gruppen gegenüber und machen die Übung gleichzeitig. Empfehlenswert ist ein Wechsel der Paare, da die Teilnehmer*innen auf diese Weise spüren können, dass das Gebiet des persönlichen Prinzessinnengartens je nach Gegenüber auch variieren kann.

Danksagung

Herzlich bedanken möchten wir uns bei Rodica, die dieses Gruppenangebot Anfang 2012 mit viel Engagement und Leidenschaft ins Leben gerufen hat. Auch geht ein großer Dank an Katha, die unser Projekt lange Zeit aktiv begleitet hat und auch jetzt immer noch unterstützt. Ebenso bedanken möchten wir uns bei allen ehemaligen Leiter*innen der Mädchengruppe: Alija, Katrin, Tanja und Rojda – es war eine tolle Zusammenarbeit mit euch.

Darüber hinaus möchten wir denjenigen Danke sagen, die uns im Laufe der Jahre ihre fachliche Expertise und ihr Engagement in verschiedenen Workshops für die Mädchen zur Verfügung gestellt haben sowie allen, die das Entstehen dieser Broschüre möglich gemacht haben.

Unsere Arbeit konnte jedoch nur mit Leben gefüllt werden durch das Interesse und die Energie der insgesamt knapp 200 jungen Frauen, die unser Angebot in den letzten sechs Jahren besucht haben.
Ein ganz großes Dankeschön an euch!



IMPRESSUM

Text
Rosa Becker
Erziehungswissenschaftlerin
Mitarbeiterin der GrünBau Jugendhilfe gGmbH

Elisabeth Langner
Dipl. Psychologin
Mitarbeiterin der AWO Beratungsstelle

Mareike Petrozza
Dipl. Sozialarbeiterin & Sexualpädagogin
Mitarbeiterin der AWO Beratungsstelle

Verantwortlich
Jörg Loose
Andreas Koch

Herausgeber
AWO Beratungsstelle für Schwangerschaftskonflikte,
Familienplanung, Paar- und Lebensprobleme
Klosterstr. 8-10
44135 Dortmund
Tel. 0231/9934-222
www.awo-dortmund.de/Beratung
beratungsstelle@awo-dortmund.de

GrünBau Jugendhilfe gGmbH
Unnaer Str. 44
44145 Dortmund
Tel. 0231/840960
www.gruenbau-dortmund.de/dienstleistungen/jugendhilfe
info@gruenbau-dortmund.de

Artwork
junglegraphic | Astrid Scheerer

Fotos
Marianne Schindler
Rosa Becker
www.pixabay.com

Stand: Dezember 2017
Die Erstellung dieser Broschüre wurde ermöglicht mit
Unterstützung des Landschaftsverbandes Westfalen-Lippe.

Arbeiterwohlfahrt
Unterbezirk
Dortmund

GrünBau

LWL
Für die Menschen.
Für Westfalen-Lippe.

Ministerium für Kinder, Familie,
Flüchtlinge und Integration
des Landes Nordrhein-Westfalen