

## Zeitlicher Rahmen

Das Projekt ist auf 6 Tage à 1,5 Stunden geplant. Es kann je nach Möglichkeit z.B. auch zusammenhängend auf 3 Tage à 3 Stunden oder 2 Tage à 4,5 Stunden individuell vereinbart werden. Die Teilnahme der einzelnen Schülerinnen basiert auf Freiwilligkeit.

## Hinweise zur Anmeldung

Frühzeitige Terminabsprachen sind nötig, da es wegen personellen Ressourcen zu längeren Wartezeiten kommen kann.

Alle weiteren Vereinbarungen zur Anmeldung werden dann mit den jeweilig Zuständigen besprochen.

## Kosten

Es fallen keine Kosten an.

## Sonstiges

Eine verantwortliche, verbindliche Lehrkraft dient als Ansprechpartner/-in.

An den einzelnen Blöcken nimmt diese Lehrkraft nur nach Vereinbarung teil. Sie sollte in jedem Fall dafür sorgen, dass immer jemand als Ansprechpartner/-in zur Verfügung steht.

Für jeden Tag wird 1 Klassenzimmer (o.ä.) benötigt. Die Lehrkraft verpflichtet sich außerdem, alle nötigen Vorbereitungen zum Projekt zu übernehmen, z.B.

- Informieren der Schüler/-innen über das Projekt
- Austeilen und Einsammeln der Einverständniserklärung der Eltern
- Raumreservierung, Absprache mit den von den Schulstunden betroffenen Lehrkräften

## Kontakt



**Theresa Malcher**  
Mädchenarbeit Koralle

**Tel.:** 09191/7388-22

**E-Mail:** [theresa.malcher@kjr-forchheim.de](mailto:theresa.malcher@kjr-forchheim.de)



**Kreisjugendring Forchheim**  
**im Bayerischen Jugendring KdöR**  
Am Streckerplatz 3  
91301 Forchheim

**Tel.:** 09191/7388-0  
**Fax:** 09191/7388-10

**E-Mail:** [info@kjr-forchheim.de](mailto:info@kjr-forchheim.de)

**[www.kjr-forchheim.de](http://www.kjr-forchheim.de)**

# ALLES MEINS!

**Mein Körper. Meine Seele.  
Meine Meinung!**



**Schul- und Jugendraumprojekt**  
♥ NUR für Mädchen ♥



## Mädchenarbeit „Koralle“ im Kreisjugendring Forchheim

Gesetzliche Grundlage ist der § 9 Abs. 3 SGB VIII, der betont, dass die „unterschiedlichen Lebenslagen von Mädchen (...) zu berücksichtigen, Benachteiligungen abzubauen und die Gleichberechtigung von Mädchen (...) zu fördern“ sind.

Seit 1995 ist das Mädchenprojekt „Koralle“ beim Kreisjugendring Forchheim angesiedelt. Es richtet sich speziell an Mädchen. Diese werden in ihrer Entwicklung unterstützt und begleitet.

Die geschlechtsbewusste Arbeit bezieht sich auf die sich ständig ändernden Lebensverhältnisse der Mädchen, greift die verschiedenen Problemlagen auf, setzt bei den Ressourcen an und eröffnet Chancen, das Selbst-Bewusst-Sein von Mädchen zu stärken.

Der geschlechtshomogene Rahmen bietet den Mädchen den notwendigen „Schonraum“, bei dem sie, frei von männlichen Standards und Erwartungen, nur auf sich blicken. Sie werden dabei unterstützt, sich ihrer eigenen Fähigkeiten und Eigenschaften bewusst zu werden und neue Handlungsspielräume für sich zu entdecken.



## Was ist das Besondere an diesem Konzept?

Hintergrund des Projektes ist u.a. die Tatsache, dass Mädchen und Frauen nach wie vor von (sexueller) Gewalt betroffen sind, z.B. im familiären Umfeld, in ersten Verabredungen oder auch in Teenagerbeziehungen.

Bei dem Projekt geht es nicht um eine Individualisierung des Problems, sondern um eine präventive und aktive Bestärkung der Mädchen sich selbst-bewusst und selbst-bestimmt zu verhalten.

## Ziele

Mädchen sollen ...

- einen Zugang zu ihren Gefühlen erhalten, sie benennen und unterscheiden können
- ihren eigenen Körper kennen (lernen), u.a. durch wahrnehmen und einordnen der körperliche Reaktionen
- ihre Grenzen erkennen und verteidigen
- sich ihrer eigenen, unabhängigen Meinung bewusst werden und sie auch vor anderen vertreten
- um ihre Stärken und Ressourcen wissen und ihr Selbstbild durch das Fremdbild der anderen ergänzen

## Zielgruppe/Teilnehmerzahl

Mädchen der 6. - 8. Klasse aller Schultypen  
Maximale Teilnehmerinnenzahl: 20 Mädchen

## Ablauf und Inhalte

### 1. Einheit: Kennenlernen + Thematischer Einstieg „Selbstbewusstsein“

Neben der subjektiven Definition des Begriffs „Selbstbewusstsein“ werden Merkmale selbstbewussten Auftretens herausgearbeitet und durch Übungen nachempfunden und erlebt.

### 2. Einheit: Meine Gefühle

Zentrales Anliegen ist es, Kenntnisse über verschiedene Gefühle zu vertiefen bzw. zu differenzieren, den Nutzen von Gefühlen herauszuarbeiten, Verhaltensmöglichkeiten kennenzulernen sowie emotionale Situationen bei sich und anderen nachzuspüren.

### 3. Einheit: Mein Körper

Dass der eigene Körper eine große Rolle spielt, wird während der Einheit mit dem Blick auf folgende Aspekte verdeutlicht:

Die Wahrnehmung der nonverbalen Botschaften des Körpers, bewusstes Erleben und Einordnen der Körperempfindungen, Benennen der eigenen, weiblichen Körperteile und der ganz persönlichen Beziehung dazu.

### 4. Einheit: Meine Grenzen

Die Wahrnehmung und Wahrung der eigenen Grenzen und die der anderen steht bei den Übungen im Vordergrund. Nur wer seine Grenzen kennt, kann lernen, sich deutlich abzugrenzen, die Grenze klar benennen und auf deren Einhaltung bestehen.

### 5. Einheit: Meine Meinung

Für die Persönlichkeitsentwicklung ist eine eigene, ganz persönliche Meinung wichtig. Mädchen sollen sich damit auseinandersetzen und ihre Einstellungen gegenüber anderen vertreten lernen. (Themen u.a. Mädchen-sein, Freundschaft, Gewalt).

### 6. Einheit: Ich & meine Ressourcen

Um sich seiner selbst bewusst zu sein und sich selbst wertzuschätzen, ist es wichtig, seine Stärken, Fähigkeiten und Ressourcen zu kennen. Mit dem Fokus auf das Positive werden Mädchen stark, stolz und zuversichtlich auch schwierige Situationen gut meistern können.