



"Ich bin Ich"

ein Konzept zur Stärkung des Selbstbewusstseins
für Mädchen mit körperlicher und/oder geistiger Einschränkung
im Alter von 6 - 18 Jahren

Projektdauer: 2010-2013 • Projektbeginn: 2/2010

Kurzbeschreibung

Ziel dieses Projektes ist es, ein Konzept zur Gewaltprävention und Persönlichkeitsstärkung für Mädchen mit Behinderung im Alter von 6 - 18 Jahren zu entwickeln und durchzuführen.

Schwerpunkt liegt in der Arbeit mit Mädchen im Alter von 6 - 10 Jahren, da die meisten Projekte zur Gewaltprävention für diese spezifische Zielgruppe erst im jugendlichen Alter starten. Vorteil in der Arbeit mit jungen Mädchen ist, dass Verhaltensweisen noch nicht so gefestigt sind und die Lernbereitschaft hoch ist. In den drei Jahren sollen altersspezifische Konzepte entwickelt werden, die auf einander aufbauen, sodass die Mädchen in der Pubertät aufgeklärt, informiert und gestärkt auftreten können. Die Nachhaltigkeit des Projektes wird über Fachtag, Fachartikel, Ausstellung und Praxisleitfaden zum Ende des Projektes gewährleistet. Die Zielgruppe erfordert, dass in den Kursen zu zweit gearbeitet wird. In Kooperation mit Einrichtungen der Kinder- und Jugendhilfe und Behindertenhilfe sollen jährlich kontinuierlich 60 - 80 Mädchen erreicht werden.

Schirmherrin des Projektes ist Angelika Gemkow, Landesbehindertenbeauftragte NRW

Träger

Das BellZett ist ein gemeinnütziger Verein. Seit 1984 führen wir Maßnahmen zur Gewaltprävention und Persönlichkeitsstärkung für Mädchen ab 5 Jahren, Frauen jeden Alters, Multiplikatorinnen und Eltern durch. Unsere Konzepte sind gendersensibel, altersspezifisch und interkulturell ausgerichtet.

Ziel unserer Tätigkeit ist die Förderung des psychischen und physischen Selbstvertrauens von Mädchen und Frauen. Dies verwirklichen wir durch Angebote zur Selbstbehauptung und Selbstverteidigung nach dem frauenspezifischen Ansatz des WenDo sowie durch Maßnahmen zur präventiven Bewegungs- und Körperarbeit, die auf die Schaffung eines positiven Körpergefühls, die Wertschätzung des eigenen Körpers sowie auf die Auseinandersetzung mit den eigenen Ängsten, Grenzen und Stärken ausgerichtet ist.

Das BellZett finanziert sich über Mitglieds- und Teilnehmerinnenbeiträge, Spenden, Projektgelder und Honorare. In den Bereichen Angebote für Frauen mit Behinderung und ältere Frauen, Frauen mit traumatischen Erfahrungen erhält das BellZett im Rahmen eines Leistungsvertrages mit der Stadt Bielefeld eine Förderung.

Jährlich erreichen wir circa 700 - 1000 Mädchen und Frauen aus Bielefeld und Umgebung.

Das BellZett engagiert sich in kommunalen, regionalen und überregionalen Facharbeitskreisen. Es ist vertreten im: Mädchenbeirat der Stadt Bielefeld, im AK "Frauen/Mädchen und Gesundheit, Migrationskonferenz, AK "MiNa - Mädchen im Netz aktiv" des sozialkriminalpräventiven Rat (SKPR) Bielefeld, Stadtsportbund und auf Landesebene in der LAG Mädchenarbeit und im Fußball- und Leichtathletikverband NRW. Seit 1996 ist das BellZett Mitglied im Paritätischen.

In den letzten drei Jahren ist das BellZett mit drei Preisen ausgezeichnet worden:

2007: 1. Preis beim INITIATIVEN Preis des Paritätischen Jugendwerks für ein Projekt mit Mädchen mit geistigen Einschränkungen

2007: Förderpreis des DPWV Bielefeld für das innovative Kooperationsprojekt "Stressbewältigung für Frauen mit traumatischen Erfahrungen" in Zusammenarbeit mit Wildwasser e.V. Bielefeld.

2008: Auszeichnung mit dem "Goldenen Hammer" des Landesjugendrings NRW für das Projekt "Fratz!", das interkulturell ausgerichtet ist und sich an Mädchen mit und ohne Migrationshintergrund im Alter von 5 - 11 Jahren richtet. Dieses Projekt wird gefördert von Aktion Mensch (2/07-2/10).

Tätigkeitsbereiche des BellZett:

- Selbstbehauptungs- und -verteidigung für Mädchen und Frauen (WenDo)
- Gesundheitsförderung durch Bewegungsangebote, wie Yoga, Qigong, Taijiquan, Autogenes Training, Pilates, Feldenkrais, Stressbewältigung durch Achtsamkeit
- Bewegungsangebote zur Persönlichkeitsstärkung: Fitness, Tanzen, Stimmtraining, Laufen, Kommunikationstraining
- Fortbildungen, Ausbildungen, Weiterbildungen für: Lehrerinnen, Pädagoginnen, Erzieherinnen, Schulsozialarbeiterinnen, Mitarbeiterinnen im Innen- und Außendienst (z.B. Stadtverwaltung, Berufsgenossenschaft, Krankenkassen, usw.) zum Thema Gewaltprävention, Persönlichkeitsstärkung, Selbstsicherheit, Konflikttraining und Gesundheitsförderung

Ziel aller Angebote des BellZetts ist es, Mädchen und Frauen in ihrem Selbstbewusstsein zu stärken. Die besondere Stärke des BellZett ist es, Konzepte zielgruppenspezifisch auszurichten und diese Konzepte immer wieder den aktuellen Anforderungen anzupassen (z.B. Thema Internet und Chatten bei jugendlichen Mädchen). Desweiteren zeichnet das BellZett als gemeinnützigen Verein aus, dass die Mitarbeiterinnen sich im Rahmen von Arbeitsgruppen für die Belange von Mädchen und Frauen einsetzen und somit Einfluss auf die gesellschaftlichen Strukturen nehmen können.

Das BellZett verfügt über eigene Räumlichkeiten. Die Angebote zur Gewaltprävention finden in unseren Räumen oder extern in Kooperation mit Einrichtungen der Kinder- und Jugendhilfe sowie Schulen und Gleichstellungsstellen statt. Zwei Drittel der Mädchenarbeit findet in Bielefeld statt, ein Drittel im Umkreis von 50 km. Speziell im Fortbildungsbereich ist das BellZett über die Landesgrenzen hinaus bekannt.

Zielgruppe

- Das Projekt „Ich bin Ich“ wendet sich schwerpunktmäßig an Mädchen mit körperlicher und/oder geistiger Einschränkung im Alter von 6 - 18 Jahren. Im Fokus stehen die jüngeren Mädchen, da es in dieser Altersgruppe an gewaltpräventiven Konzepten fehlt und die Mädchen in diesem Alter sehr gut für Maßnahmen der Gewaltprävention und Persönlichkeitsstärkung erreichbar sind. In dieser Altersgruppe möchten wir in Kooperation mit Integrationsschulen und Trägern der Kinder- und Jugendhilfe ein inklusives Angebot entwickeln, durchführen und etablieren und auch Mädchen ohne Behinderung erreichen.
- Neben den Mädchen werden wir in geringem Umfang auch die Eltern und andere Bezugspersonen wie LehrerInnen einbeziehen, damit sie informiert sind und speziell die Mädchen im Grundschulalter unterstützen können.

- Über den Fachtag, die Kooperationen und den Projektbeirat werden MultiplikatorInnen und (Fach-)Öffentlichkeit angesprochen.
- Das Projekt richtet sich mit konkreten Kursangeboten jährlich an durchschnittlich 60 - 80 Mädchen aus Bielefeld und Umgebung

Bedarf

Mädchen und Frauen mit Behinderungen sind in besonderem Maße von physischer, psychischer und auch von sexualisierter Gewalt und Ausbeutung betroffen. Wissenschaftliche Studien belegen, dass besonders oft Frauen und Mädchen mit Kommunikationsbeeinträchtigungen durch geistige Behinderungen oder Gehörlosigkeit sexualisierte Gewalt erleben. Dies trifft in besonderem Maße auch behinderte Mädchen und Frauen, die aufgrund von Pflege- oder Betreuungsbedürftigkeit in spezifischen Abhängigkeitsverhältnissen leben. Weder Familien noch Einrichtungen der Behindertenhilfe sind Schonräume vor sexualisierter Gewalt, da die Täter häufig aus dem Verwandten- oder professionellen Helferkreis kommen. Darüber hinaus erleben Mädchen mit Einschränkungen oftmals Ausgrenzung und Bevormundung. Aufgrund ihrer Behinderung wird ihnen weniger zugetraut, sie erleben von klein auf negative Fremdeinschätzungen.

Unwissenheit über Formen von (sexualisierter) Gewalt, von Möglichkeiten des Selbstschutzes und der Selbstverteidigung verschärfen ihre Machtlosigkeit. Oftmals erleben Mädchen den Blick auf die eigene Körperlichkeit und auf sich Selbst als defizitär. Maßnahmen zur Persönlichkeitsstärkung und zur Entwicklung eines positiven Selbstwertgefühls sind eine wichtige Voraussetzung für die Entwicklung einer eigenen, positiven Identität.

Eine der wirksamsten Präventionsmöglichkeiten vor Gewalt ist es, die Betroffenen selbst möglichst früh zu stärken, damit sie Grenzüberschreitungen und Übergriffen besser entgegen treten, sich wehren oder Hilfe holen können.

Die Kursangebote im BellZett sind grundsätzlich für Mädchen und Frauen in besonderen Lebenslagen (Gewalterfahrung, körperliche und geistige Einschränkung, Traumata) offen und werden auch genutzt. Die Erfahrung zeigt aber, dass manchmal eine homogene Kursgruppe den Zugang zum Thema Gewaltprävention erleichtert, sich die Teilnehmenden sicherer fühlen und besser entspannen können, um mit Lust zu lernen und den Mut zu entwickeln, neue Bewegungsräume (innere und äußere) zu erobern und sich in einer heterogenen Gruppe sicherer bewegen zu können. Der Bedarf an inklusiven Angeboten in Bielefeld ist da, aber es gibt Vorbehalte und Hürden bei der konkreten Umsetzung. Wir möchten im Rahmen eines Netzwerkes aus Kinder- und Jugendhilfe und Behindertenhilfe neue Schritte gehen und Rahmenbedingungen für konkrete Angebote entwickeln, diese exemplarisch durchführen und kommunizieren.

Das BellZett verfügt über Erfahrungen in der Arbeit mit Mädchen und Frauen mit Behinderungen. Über die Erfahrungen in diesem Arbeitsfeld berichtet der Verein im Behindertenbeirat und im sozialkriminalpräventiven Rat der Stadt Bielefeld.

Seit Jahren kooperiert der Verein mit Einrichtungen der Kinder- und Jugendhilfe, mit städtischen Fachbehörden, wie dem Jugendamt der Stadt Bielefeld, mit Gleichstellungsstellen im Umkreis von 50 km oder (Förder-)Schulen und führt Maßnahmen der Gewaltprävention mit Mädchen ab 5 Jahren durch. Wir möchten unsere Kooperationen nutzen, um mit diesem neuen Projekt speziell die Mädchen mit Behinderungen in allen Altersstufen von 6 - 18 Jahren zu erreichen und das Thema der Inklusion in die Kooperation einfließen lassen. Die Maßnahmen sollen als Gruppenangebote im Nachmittags- oder Freizeitbereich entweder in externen Räumlichkeiten, die sich im Lebensraum der teilnehmenden Mädchen befinden, oder in den Räumlichkeiten des BellZett stattfinden.

Die Arbeit des BellZetts im Mädchenbereich ist über die Stadtgrenzen hinaus bekannt und ausgezeichnet worden. Das neue Projekt, das schwerpunktmäßig die Belange der Mädchen mit Behinderung in den Fokus nimmt, wird sowohl von den zukünftigen Kooperationspartnern als auch vom Jugendamt der Stadt Bielefeld befürwortet.

Im ersten Jahr soll ein Projektbeirat mit Vertretern der Behindertenhilfe (Lebenshilfe, Behindertensportgemeinschaft, integrative Kindertagesstätte Windspiel, Förderschulen) und der Kinder- und Jugendhilfe (Sportjugend, Die Falken, Pro Familia, Träger der Offenen Ganztagschule, Jugendring, ev. Gemeindedienst), der Jugendhilfeplanung der Stadt Bielefeld gebildet werden. Er soll 3 - 4 mal im Jahr tagen. Aufgabe des Beirates ist die fachliche Begleitung des Projektes mit dem Schwerpunkt Vernetzung von Behindertenhilfe und Kinder- und Jugendhilfe, Entwicklung von übertragbaren Rahmenbedingungen für mehr Inklusion im Freizeitbereich. Vertreter aus den Fachbehörden der Stadt Bielefeld werden an dem Projektbeirat teilnehmen. So können Ergebnisse und Ideen aus dieser Vernetzung mit städtischer Planung bezüglich Inklusion verbunden werden oder neue Projekte initiieren.

Ziele

- Mit dem Projekt möchten wir Mädchen mit Behinderungen stärken, gemeinsam Sozial- und Handlungskompetenzen zu entwickeln, Kommunikations- und Konfliktstrategien zu entwickeln und einzuüben. Wir möchten sie ermutigen, eigene Stärken zu entdecken, vorhandene (oder verschüttete) Fähigkeiten zu kräftigen und Ressourcen freizusetzen. Mädchen nehmen Grenzerletzungen wahr und lernen sich zu schützen, zu wehren und zu behaupten.
- Mit dem Kursangebot möchten wir Mädchen unterstützen, ihr Recht auf Selbstbestimmung wahrzunehmen. Wir möchten das Körper- und Selbstbild der Mädchen stärken und damit die Selbstakzeptanz und Selbstwertüberzeugung. wir möchten sie ermutigen, neue Räume zu erobern. Mädchen mit Behinderungen entwickeln und stärken ihre Beziehungsfähigkeiten, wie Empathie und Sensibilität für die inneren Befindlichkeiten, Offenheit in der Kommunikation von Gefühlen, Bedürfnissen und Wünschen. Mädchen erhalten altersgerechte Aufklärung und Informationen über Sexualität, Gewalt und Übergriffsformen.
- Eltern und Bezugspersonen der Mädchen werden über Gewaltformen informiert und sensibilisiert.
- Wir möchten mit diesem Projekt das Bewusstsein für Inklusion stärken und erste Schritte der Umsetzung gehen. Es wird ein Netzwerk zwischen Trägern der Behindertenhilfe und der Kinder- und Jugendhilfe aufgebaut.
- In der Projektzeit werden Konzepte zur Gewaltprävention und Persönlichkeitsstärkung für Mädchen mit unterschiedlichen Behinderungen im Alter von 6 - 10 Jahren entwickelt, erprobt und evaluiert.
- Bestehende Konzepte für Mädchen mit Behinderungen im Alter von 11 - 18 Jahren werden überarbeitet, erweitert, umgesetzt und evaluiert.
- Verlässliche Kooperationen mit Einrichtungen der Kinder- und Jugendhilfe, der Behindertenhilfe, Selbsthilfegruppen, Förderschulen, Behindertensportgemeinschaften und anderen Sportvereinen werden auf- und ausgebaut.
- Die Öffentlichkeit wird durch Medienarbeit, Fachtag und Praxisleitfaden sensibilisiert.
- Es wird ein Medium entwickelt, das die Mädchen nach der Kursteilnahme mitnehmen können und das sie an die Inhalte des Kurses erinnert, um so die Wirkung des Erlernten nachhaltig zu vertiefen.

Aktivitäten, Inhalte und Methoden

Im Fokus des Projektes stehen die Kursangebote für die Mädchen. Gearbeitet wird nach dem WenDo-Konzept, ein Selbstbehauptungskonzept, das geschlechtsspezifisch, ganzheitlich und partizipativ ausgelegt ist. Methodisch wird mit Körperübungen zur Wahrnehmung, Durchsetzung, Kraft spüren, Entspannung, Stimme - laut und leise sein - gearbeitet. In Rollenspielen werden Lösungen für konfliktreiche, unangenehme, angstmachende Situationen erprobt, in Gesprächen wird über Befindlichkeit und Gefühle gesprochen. Alle Methoden werden den Bedürfnissen der Mädchen nach Alter und Art der Einschränkung angepasst.

Pro Halbjahr werden mindestens 3 wöchentliche Kurse á 1,5 Stunden mit 14 - 20 Terminen sowie 2 - 3 Kompakt-Kurse durchgeführt. Die Kompakt-Kurse können während der Ferienzeit als Tagesveranstaltungen stattfinden oder als Zwei-Tages-Veranstaltungen am Wochenende. Ein- bis zweimal im Jahr soll ein Mutter-Tochter und Mutter-Sohn-Seminar durchgeführt werden. Zeitlicher Umfang pro Seminar: 8 - 10 Zeitstunden am Wochenende. Bei diesem Seminar geht es um Qualitätszeiten von Mutter und Kind. Die Mütter werden als Bezugspersonen unterstützt, ihre Töchter oder Söhne zu begleiten, zu stärken und sich über das Thema "Grenzen setzen" mit anderen Müttern auszutauschen.

Die Kurse werden in den Räumen des BellZett oder vor Ort, wo die Mädchen leben durchgeführt. Die Kurse werden von zwei Trainerinnen geleitet und die Höchstteilnehmerinnenzahl beträgt 10 Mädchen. So können die Mädchen angemessen betreut werden. Jede Kursphase wird mit einer Aufführung des Erlernten abgeschlossen. Hier können die Mädchen Gäste einladen, die sie gerne dabei hätten.

Im zweiten Jahr möchten wir ein Kursabschlussfest mit mehreren Kursen gemeinsam gestalten, wenn die Rahmenbedingungen es ermöglichen. So könnten Mädchen aus unterschiedlichen Altersgruppen, mit unterschiedlichen Einschränkungen zusammen kommen. Geplant ist auch eine integrative Veranstaltung für Mädchen mit und ohne Behinderung. Ein erster Schritt aus der vertrauten, homogenen Gruppe in einen neuen Raum der Begegnung und des Kennenlernens (Inklusion).

Die halbjährlichen Kurse werden von zwei Elterninformationsveranstaltungen begleitet. Im Anschluss an die Kurstermine besteht für Eltern und Mädchen die Möglichkeit mit den Trainerinnen eventuelle Fragen im Einzelgespräch zu klären.

Nach der Teilnahme an einem Kurs erhalten die Mädchen ein Stärkesymbol/Safety-Card. Dieses Medium soll in einfacher Sprache gestaltet und auch auf die Bedürfnisse sehbehinderter Mädchen angepasst werden. Dieser Gegenstand soll die Mädchen mitten im Alltag an das "nein- sagen", an den Mut erinnern.

Im dritten Projektjahr ist neben den Kursen auch eine Ausstellung geplant, die wir gemeinsam mit den Mädchen erarbeiten. Mit verschiedenen Medien (Foto, gemaltes Bild, Lied, Skulptur) wird eine Performance entwickelt, die die Inhalte, das Erlernte und das Besondere der Kurse aus Mädchensicht zeigt.

Zum Ende der Projektzeit wird ein Fachtag durchgeführt, der die Ergebnisse und die Perspektive des Projektes vorstellt. Hier wird auch die Performance der Mädchen präsentiert.

Zur Nachhaltigkeit werden alle Ergebnisse und Konzepte in einem Praxisleitfaden zusammengefasst. Die gewonnenen Erkenntnisse werden somit anderen MultiplikatorInnen zugänglich gemacht. Er soll so aufgebaut sein, dass er unterstützend und motivierend wirkt, Mädchen mit Behinderungen in ihrem Selbstwertgefühl zu stärken und ihnen neue Handlungsmöglichkeiten für den Alltag an die Hand geben.

Dokumentation und Öffentlichkeitsarbeit

- Halbjährliche Evaluation und Dokumentation der Kursergebnisse (incl. Fotos aus Mädchenkursen, Abschlussfesten)
- Öffentlichkeitsarbeit: lokale/regionale Presse, Rundfunk, Fachpresse; Vorstellung der Ergebnisse in Fachgremien: im Mädchenarbeitskreis Bielefeld (Mitarbeiterinnen aus Jugendzentren und von freien Trägern der Kinder- und Jugendhilfe, die Mädchenangebote vorhalten), im Mädchenbeirat der Stadt Bielefeld (gewählt vom Jugendhilfeausschuss der Stadt Bielefeld) und im Behindertenbeirat der Stadt Bielefeld etc.
- Projektbeirat: jährliche Vorstellung der Projektergebnisse und -entwicklung, Schwerpunktthema: Netzwerkarbeit zwischen Behindertenhilfe und Kinder- und Jugendhilfe
- Erarbeitung einer Ausstellung mit den Mädchen als Dokumentation ihrer Lerngeschichte mit Fotos, Bildern, Gegenständen, Skulpturen, Komposition eines Liedes
- Stärkesymbol und/oder Safety-Card für Mädchen mit Sehbehinderung und in einfacher Sprache
- Fachtag: regional - Ergebnispräsentation, Perspektiven, Netzwerkbildung
- Praxisleitfaden: Curriculum für Mädchen im Alter von 6 - 10 Jahren, 11 - 14 Jahren und 15 - 18 Jahren - praxisorientiert
- Vorstellung der Inhalte in den Kooperationseinrichtungen
- Abschlussdokumentation: Dokumentation der Entwicklungsschritte, Türöffner und Stolpersteine in der Arbeit mit Mädchen mit unterschiedlichen Einschränkungen/ Behinderungen, Bedeutung von Kooperation und Netzwerk

Nachhaltigkeit

- Kursangebote für Mädchen im Grundschulalter auf Honorarbasis in Kooperation mit Einrichtungen der Kinder- und Jugendhilfe, mit Förderschulen oder Gleichstellungsstellen in Bielefeld und Umgebung.
- Kursangebot für die unterschiedlichen Altersgruppen im Rahmen des Bellzett-Kursprogramms, finanziert über Kursgebühren.
- Fortsetzung der Zusammenarbeit mit den Kooperationspartnern: Mädchenangebote, Elterninformationsveranstaltungen, Fortbildungen für MitarbeiterInnen der Kooperationspartner zum Thema Gewaltprävention und Persönlichkeitsstärkung auf Honorarbasis
- Kooperation und Vernetzung
- Qualifizierungsangebote für Multiplikatorinnen, die die Inhalte des Projektes im eigenen Arbeitsfeld implementieren wollen. Der Praxisleitfaden wirkt dabei einladend und unterstützend, die Inhalte in der eigenen Institution umzusetzen.
- Mutter-Tochter-Seminar und Mutter-Sohn-Seminare werden weiterhin über das BellZett angeboten und müssen von den Eltern finanziert werden.
- Weiterführende Themen bleiben die Jungenarbeit und die Inklusion oder Integration von Mädchen (und Jungen) mit und ohne Behinderungen. Im Projekt erprobte Schritte und entstandene Kontakte, z.B. zum Arbeitskreis Jungenarbeit, werden weiter entwickelt und vertieft.