

## KONTAKT



### Projektkoordination:

Katja Schierbaum  
Tel. 0177-5669249  
katja.schierbaum@bellzett.de

### Projektleitung:

Kerstin Schachtsiek  
kerstin.schachtsiek@bellzett.de

### BellZett e.V.

Sudbrackstr. 36a  
33611 Bielefeld  
Tel. 0521-122109

[www.bellzett.de](http://www.bellzett.de)

### Spenden Sie für BellZett!

Sie wollen die gewaltpräventive Arbeit des BellZett unterstützen? Bitte fragen Sie uns an oder spenden Sie für »Gewaltprävention«.

### Bankverbindung:

IBAN: DE43 4805 0161 0062 0087 01  
BIC: SPBIDE3BXXX; Sparkasse Bielefeld

Mit freundlicher Unterstützung durch



Foto: LSB MRW, Andrea Bowinkelmann | Layout: aigiko.de



# peer2peer WenDo

Gendersensible Gewaltprävention  
für Mädchen\*<sup>1</sup>  
Ein Kooperationsangebot für  
Jugendeinrichtungen

<sup>1</sup> Das \* soll deutlich machen, dass es mehr als zwei Geschlechter gibt und »Mädchen« und »Frauen« sozial konstruiert sind.

[www.bellzett.de](http://www.bellzett.de)

## Gewaltprävention als »peer2peer« im BellZett?

Kinder und Jugendliche erleben auf vielfältige Weise Gewalt. Neue Studien belegen, dass es unter Gleichaltrigen viele Übergriffe gibt. Mädchen\* sind von Mobbing, Ausgrenzung und (sexualisierter) Gewalt durch gleichaltrige Peers besonders häufig betroffen.

Im BellZett haben wir uns auf gendersensible Gewaltprävention spezialisiert. Wir stärken Mädchen\* und junge Frauen\* durch Selbstbehauptung und Selbstverteidigung.

Mit diesem Projekt erreichen wir nicht nur die Einzelne, sondern auch die Gruppe der Peers.

### Es geht darum:

- Kultur des Hinschauens einzuüben
- zu lernen persönliche Grenzen und die Grenzen anderer wahrzunehmen und zu achten
- Verantwortung für sich selbst und andere zu übernehmen
- Sozialverhalten lernen
- Stärkung der Solidarität
- Selbstwirksamkeit

**Zielgruppe:** Mädchen\* von 7 – 11 und 12 – 15 Jahren

**Umfang je Kurs:** max. 12 Stunden

**Formate:** Die Kurse können als Projektwoche oder als laufendes Angebot durchgeführt werden. Das Format richtet sich nach dem Bedarf der Einrichtung. Bitte sprechen Sie uns an.

**Projektlaufzeitraum:** Bis Dezember 2022



Das Projekt setzt die Ziele in drei Phasen um.

## 1.

### Grundkurs (1. – 3. Jahr)

In den Grundkursen lernen die Mädchen\* den WenDo Ansatz kennen. Sie erlernen Selbstbehauptungsstrategien und Techniken zur Selbstverteidigung und Persönlichkeitsstärkung.

**Inhalt:** Übungen zum Thema Körpersprache und Stimme, Grenzen setzen, behaupten und akzeptieren, Kooperationsspiele, Wahrnehmungs- und Entspannungsübungen, Rollenspiele, Selbstverteidigungstechniken.

## 2.

### Aufbaukurs (2. & 3. Jahr)

In den Aufbaukursen werden die Inhalte aus dem Grundkurs vertieft. Zudem werden die Mädchen\* mit Hilfe unseres »peer2peer« Programms ausgebildet, das Erlernte an andere weiterzugeben und Gleichaltrige gewaltpräventiv zu unterstützen.

**Inhalt:** Wahrnehmungsübungen, Kommunikations- und Konfliktlösungsstrategien, eigene Einstellungen und Werte reflektieren, Geschlechterhierarchien und andere Diskriminierungen wahrnehmen und sich für einen fairen, geschlechtersensiblen und gewaltarmen Umgang einsetzen.

## 3.

### Abschluss (3. Jahr)

Event im BellZett mit gemeinsamen Aktivitäten und Auszeichnungen für die Teilnehmerinnen.