

Fundiertes Wissen über:

- ▶ die Unterschiedlichkeit der Lebens- und Problemlagen von Mädchen und Jungen in unserer Gesellschaft
- ▶ die Bedeutung der Geschlechterrolle im Umgang der Mädchen und Jungen miteinander
- ▶ Angebote zur Gewaltprävention
- ▶ Hintergründe und Folgen von Gewalt (im Geschlechterverhältnis)
- ▶ regionale Hilfs- und Beratungsangebote
- ▶ ein breites Spektrum unterschiedlicher Methoden
- ▶ unterschiedliche Selbstverteidigungs- und Selbstbehauptungsstrategien und Techniken
- ▶ Anleitung von Rollenspielen
- ▶ gruppenpädagogische und gruppendynamische Prozesse

Selbstreflexion, persönliche Auseinandersetzung mit:

- ▶ der eigenen Geschlechterrolle
- ▶ dem eigenen, auch grenzüberschreitenden Verhalten
- ▶ der eigenen Lebensgeschichte / Gewaltbiographie
- ▶ der eigenen Rolle als Erwachsene/r in der Arbeit mit Mädchen und Jungen

Bereitschaft:

- ▶ zu kontinuierlicher Reflexion der eigenen Arbeit
- ▶ zum Austausch mit anderen Trainerinnen/ Trainern
- ▶ zur Offenlegung der eigenen Qualifikation und Ausbildung
- ▶ zur Wertschätzung der Erfahrungen und Fähigkeiten der Mädchen und Jungen
- ▶ zur Anpassung des Kurskonzeptes an die jeweiligen Gruppen

▶ Als Grundlage für die Qualitätskriterien gilt, dass Selbstverteidigungs- und Selbstbehauptungsangebote für Mädchen und Jungen sinnvoll, aber Kinder und Jugendliche nicht für ihren eigenen Schutz und ihre Sicherheit verantwortlich sind. Dies ist die Aufgabe von Erwachsenen.

Voraussetzung für eine sinnvolle Prävention ist ein Wissen über Hintergründe von Gewalt (im Geschlechterverhältnis) und ihre Auswirkungen sowie über eine Vielfalt von Handlungsmöglichkeiten. ▶

Arbeitsgruppe "Qualitätskriterien für Selbstbehauptungs- und Selbstverteidigungskurse"

Tel.: (0 41 61) 501 - 383 /- 314

Fax: (0 41 61) 501- 342

E-mail:

praeventionsrat@stadt.buxtehude.de



Unter Verwendung der Qualitätskriterien des Kriminalpräventionsrates der Stadt Lüneburg, der Gemeinde Rellingen und des Arbeitskreises Gewaltprävention für Frauen und Mädchen, Hamburg

QUALITÄTS-KRITERIEN

für Selbstbehauptungs- und Selbstverteidigungskurse



Anforderungen an Kurse und Projekte im Bereich Selbstbehauptung und Selbstverteidigung für Mädchen und Jungen



ANFORDERUNGEN AN KURSE & PROJEKTE:

Selbstbehauptung und Selbstverteidigung für Mädchen und Jungen

Organisation

- ▶ Differenzierung des Kurskonzeptes für Mädchen und Jungen nach Geschlecht, Alter und Lebenssituationen
- ▶ Altersspanne in einem Kurs möglichst klein (bis zwei, maximal vier Jahre Altersunterschied)
- ▶ In Mädchenkursen mindestens eine Frau als Kursleiterin
- ▶ In Jungenkursen mindestens ein Mann als Kursleiter
- ▶ Maximal 12 Teilnehmer/-innen pro Kurs bei einer Trainerin/einem Trainer
- ▶ Maximale Gruppengröße 16 Teilnehmer/-innen bei zwei Trainerinnen/Trainern
- ▶ Kursumfang mindestens 8, besser 10 Zeitstunden; bei kürzeren Kursen Aufbauangebote erforderlich
- ▶ Vor- und nachbereitende Elternangebote
- ▶ Geräumige und von außen nicht einsehbare Kursräume
- ▶ Teilnahme von Mädchen/Jungen mit Behinderung soll möglich sein

ANFORDERUNGEN AN KURSE & PROJEKTE:

Selbstbehauptung und Selbstverteidigung für Mädchen und Jungen

Ziele / Inhalte / Methoden

- ▶ Erhöhung des Selbstwertgefühls
- ▶ Erhöhung der Fähigkeiten zur Lösung von Konflikten
- ▶ Anknüpfung an Stärken der Mädchen und Jungen
- ▶ Orientierung an den individuellen körperlichen und geistigen Möglichkeiten, Fähigkeiten und Bedürfnissen der Mädchen und Jungen
- ▶ Orientierung der Gespräche, Rollenspiele und Übungen an der realen und befürchteten Gewalt der Mädchen und Jungen
- ▶ Vereinbarung von Regeln für eine vertrauensvolle Atmosphäre im Kurs
- ▶ Vermittlung von Hintergrundwissen
- ▶ Sensibilisierung für verschiedene Formen von Gewalt, Belästigung und Bedrohung
- ▶ Aufklärung über örtliche Beratungs- und Hilfsmöglichkeiten
- ▶ Erweiterung von Verhaltensmöglichkeiten über das übliche Verhalten von Mädchen und Jungen hinaus
- ▶ Einfache und effektive Techniken der Selbstverteidigung
- ▶ Berücksichtigung individueller und geschlechtsspezifischer Form der Selbstverteidigung und Selbstbehauptung
- ▶ Raum für persönliche Erfahrungen, Erlebnisse und Entscheidungen
- ▶ Möglichkeit der Entscheidung für oder gegen die Teilnahme an jeder Übung des Kurses
- ▶ Erarbeitung einer großen Bandbreite und Vielfalt von Handlungsmöglichkeiten der Selbstverteidigung und Selbstbehauptung
- ▶ Vertrauliches Behandeln von persönlichen Informationen der Mädchen und Jungen
- ▶ Gespräche und Rollenspiele zu Alltags-erfahrungen von Mädchen und Jungen
- ▶ Vermittlung der Gleichwertigkeit unterschiedlicher Strategien der Selbstbehauptung und Selbstverteidigung wie Sprache, Körpersprache, Flucht, Hilfe-suchen und körperliche Selbstverteidigungstechniken
- ▶ Übungen zur frühzeitigen Wahrnehmung von Gefahrensituationen (Angst als ein sinnvolles Alarmsignal)

