



# Mädchen sind anders, Jungen auch

6 Vorschläge zur Genderarbeit in der Praxis  
von Jugendarbeit und Schule

## Vorwort

Familiäre Strukturen und gesellschaftliche Gepflogenheiten prägen uns. Die Sozialisation von Mädchen und Jungen wird immer noch durch Geschlechterstereotypen geprägt. Nach wie vor befassten sich viele junge Frauen und vor allem viele junge Männer erst zum Zeitpunkt der Familiengründung mit Fragen rund um die Vereinbarkeit von Beruf und Familie. Da diese Aspekte auch gerne als Privatsache angesehen werden, fehlen vielfach Gelegenheiten, sich im Diskurs mit anderen Gleichaltrigen oder mit Erwachsenen ausserhalb der Familie dazu auszutauschen, wie die eigene Lebensgestaltung aussehen könnte. Dies ist neben allen strukturellen Hindernissen mit ein Grund, dass sich junge Leute oft unbeabsichtigt in alten Rollenaufteilungen wiederfinden: Der Mann übernimmt die Hauptverantwortung für das Familieneinkommen und richtet seine Berufswahl auf diesen Umstand aus, die Frau übernimmt die Hauptverantwortung für die ganzen Vereinbarkeitsaspekte.

Es braucht ein bewusstes, aktives Gegensteuern, um diese subtilen Selbstsortierungsmechanismen auszugleichen und Frauen und Männern gleiche Chancen zu eröffnen. Nur durch das Wissen um die eigenen Stereotypisierungen und ein kritisches Hinterfragen ist eine reflektierte Lebensplanung möglich. Hier setzt der Werkzeugkoffer „Mädchen sind anders, Jungen auch“ an. Mit der Toolbox möchten das Kompetenzzentrum Integration und Gleichstellung des Kantons St. Gallen und das Amt für Gesellschaft, Kanton Appenzell Ausserrhoden, Lehrpersonen und Fachleute aus der Jugendarbeit dabei unterstützen, in diesem Sinne aktiv zu werden. Wir präsentieren Ihnen sechs Vorschläge, mit Jugendlichen ab Sekundarstufe I auf spielerische und reflektierende Weise die Wirkung von Rollenstereotypen zu erkennen und den Ursachen auf den Grund zu gehen.


Die Mädchen und Jungen, aber auch ihre erwachsenen Begleiterinnen und Begleiter, erweitern ihren Horizont zu Rollenvorstellungen und schärfen das Bewusstsein für die Entwicklung eines Lebenslaufs jenseits von Klischeebildern. Dabei kommen die einzelnen Module ohne erhobenen Zeigefinger daher, sondern bringen Dank überraschender und unkonventioneller Methoden Spass in die Thematik. Die Module können einzeln oder kombiniert in beliebiger Reihenfolge umgesetzt werden.

Ein spezieller Dank geht an dieser Stelle an Wiebke Tennhoff für ihre wertvolle wissenschaftliche Mitarbeit.

Wir wünschen Ihnen viel Erfolg beim Ausprobieren!



Sylvia Huber  
Leiterin Kompetenzzentrum  
Integration und Gleichstellung  
Kanton St.Gallen



Lars Thoma  
Leiter Amt für Gesellschaft  
Departement Inneres und Kultur  
Kanton Appenzell Ausserrhoden

## **Chancen und Fallstricke: Wissenswertes rund um die Arbeit an Genderthemen<sup>1</sup>**

In der Arbeit mit Jugendlichen ist eine grundsätzlich wertschätzende Haltung zentral. Nur so kann ein vertrauensvolles Klima entstehen. Spiele und Methoden, deren Zielsetzung eine Reflexion über Geschlechterstereotype beinhaltet, fordern häufig ein hohes Mass an Offenheit von den Mädchen und Jungen. Ihre Meinung wird erfragt, sie sollen eventuell Zukunftsvorstellungen mit einer Gruppe teilen, vielleicht geht es sogar um Beziehungen, den eigenen Körper oder Sexualität. Und dies alles in einer Lebensphase, die von Unsicherheit und Veränderungen geprägt ist und in der Konformität, Coolness und Gruppenzugehörigkeit eine sehr wichtige Rolle für die Jugendlichen spielen. Es ist daher besonders wichtig, die geäußerten Antworten und Ideen wertschätzend zu kommentieren. Dies gilt besonders auch für Situationen, in denen es beispielsweise um Familienmodelle oder Formen des Zusammenlebens geht. Unter Umständen empfinden einzelne Jugendliche ihre Familiensituation als abgewertet, wenn sie den Eindruck bekommen, dass diese nicht dem (implizit) propagierten Modell entspricht.

Bei der Arbeit mit dem hier vorgestellten Material ist ebenfalls darauf zu achten, dass Geschlechterbilder sehr stark vom jeweiligen Sozialisationshintergrund geprägt werden.

Auch wenn die Äusserungen der Teilnehmenden (TN) manchmal nicht den Idealen der Gleichberechtigung von Männern und Frauen folgen, bieten sie wichtige Ansätze für die Analyse des Ist-Zustandes für die Pädagoginnen und Pädagogen: Wo stehen die einzelnen Jugendlichen? Was ist ihnen wichtig? Wie reagiert die Gruppe darauf, wird die Äusserung abgelehnt oder erfährt sie Zustimmung? Solange die Äusserungen den Spielregeln entsprechen, die in der Situation gelten, sollten sie wertschätzend behandelt werden. Oft hilft es sich zu vergegenwärtigen, dass die Abgrenzung gegenüber Erwachsenen ein normaler Entwicklungsschritt von Jugendlichen ist und häufig mit Provokation, Übertreibung oder der Verwendung einer drastischen Sprache einhergeht.

### **Spielregeln definieren**

Die hier vorgestellten Spiele und Aktivitäten können sowohl in der Schule, in der Offenen Kinder- und Jugendarbeit als auch an Workshop Tagen durchgeführt werden. Da die Aktivitäten die TN an vielen Stellen (implizit) auffordern, sich zu öffnen und sich möglicherweise zu sensiblen Themen zu äussern, ist es wichtig, dafür einen geschützten Rahmen zur Verfügung zu stellen. Je nach Setting kennt die Gruppe sich unterschiedlich gut, und es gibt mehr oder weniger feste Regeln für den Umgang miteinander. Bevor eine einzelne Aktivität oder eine Einheit gestartet wird, sollten Spielregeln mit den Jugendlichen gemeinsam festgelegt werden, die den Umgang miteinander thematisieren. Z. B.: Wir lachen miteinander, aber keine und keiner wird ausgelacht. Etwas Privates von sich zu erzählen ist mutig, wir erzählen nichts weiter und bewerten die Aussagen auch nicht. Alle sollen etwas erzählen dürfen, niemand muss. Meinungen und Empfindungen sind unterschiedlich. Wichtig und hilfreich ist es, wenn die TN bei ihren Äusserungen bei sich bleiben, zum Beispiel: „ich finde, .. für mich ist klar.. etc.

Auf die gemeinsam vereinbarten Regeln können die TN und die Gruppenleitung (GL) im weiteren Verlauf verweisen, wenn es nötig sein sollte. Bei längeren gemeinsamen Prozessen empfiehlt es sich zudem, die Regeln zu visualisieren und aufzuhängen. Wenn die GL den Eindruck hat, dass

---

<sup>1</sup> Das Wort „Gender“ stammt aus dem Englischen. Es steht für die Geschlechtsidentität des Menschen als soziale Kategorie (z. B. im Hinblick auf seine Selbstwahrnehmung, sein Selbstwertgefühl oder sein Rollenverhalten)

keine positive und tolerante Stimmung in der Gruppe vorherrscht, sollte sie die Spiele entsprechend abändern oder das Setting anpassen: Oft können Präsentation oder Erarbeitungsphasen statt in der Gesamtgruppe in Kleingruppen oder geschlechtshomogenen Untergruppen erfolgen.

### **Die Rolle der Gruppenleitung**

Wie in vielen anderen Bereichen ist auch bei der Beschäftigung mit dem Thema Geschlecht die Rolle der Erwachsenen, die die Aktivitäten begleiten, zentral. Die GL entscheidet durch ihre Lenkung mit, wie sich die Diskussionen entwickeln. Sie sollte sich daher darüber klar sein, welche Ziele sie verfolgt, wenn sie Spiele anbietet, die das Thema Geschlecht in den Mittelpunkt rücken. Viele dieser Aktivitäten, die beispielsweise im Internet zu finden sind, hören an dem Zeitpunkt auf, an dem die allgemein bekannten Geschlechterstereotypen erwähnt wurden – und stellen sie damit eher als gegeben dar, als dass sie sie hinterfragen. Um das vertiefte Nachdenken über Geschlechtergerechtigkeit anzuregen, sind daher Diskussionen und Raum für den Austausch genauso wichtig, wenn nicht wichtiger als die Aktivität selbst. Mithilfe von offenen Fragen kann die GL dazu beitragen, dass individuelle Rollenbilder und Stereotypen hinterfragt werden.

Ausserdem sind die Vorbildfunktion und der Erfahrungsvorsprung der GL wichtig:

*Vorbildfunktion:* Die Arbeit an Geschlechterstereotypen ist immer eine Auseinandersetzung mit der eigenen Sozialisation und Prägung. Dies gilt auch für die GL.

Wenn Jugendliche zu Offenheit, Neugier und nicht-stereotypen Aktivitäten ermutigt werden sollen, ist es kontraproduktiv, wenn sie selbst von den TN nur bei geschlechtstypischen Tätigkeiten beobachtet werden kann, oder wenn sie während ihrer sonstigen Arbeit den Jugendlichen häufig stereotype Spielvorschläge macht. Authentizität ist in der Arbeit mit Kindern und Jugendlichen sehr wichtig, daher kann die GL thematisieren, wenn sie bestimmte Dinge weniger gerne tut als andere, sie sollte jedoch die Bereitschaft zur Weiterentwicklung zeigen, die wir selbst häufig auch von Jugendlichen einfordern.

*Erfahrungsvorsprung:* Mädchen und Jungen wachsen heute in einer Umgebung auf, die ihnen signalisiert, dass sie alle gleiche Chancen haben und ihre Ziele und Wünsche verwirklichen können, egal woher sie kommen oder welchem Geschlecht sie zugehören. Dies ist gut und erstrebenswert – gleichzeitig ist das Erwachsenwerden häufig von der Erkenntnis begleitet, dass dies nicht immer stimmt. Die gesellschaftlichen Verhältnisse und insbesondere die vorherrschenden Geschlechterstereotypen beeinflussen unsere Lebensentscheidungen und unseren Alltag (wie die Berufswahl, das Interesse für bestimmte Themen, die Entscheidung Kinder zu bekommen etc.). Die GL, die diese Erfahrung bereits gemacht und reflektiert hat, kann den Jugendlichen helfen, über diese Fragen nachzudenken. Dabei können Erfahrungen aus der eigenen Biographie durchaus einfließen.

*Die folgenden drei Aktivitäten („Thesenbarometer“, „Wenn ich 30 bin“ und „Was kostet das Leben?“ sind thematisch aufeinander abgestimmt. Sie können hintereinander oder auch einzeln durchgeführt werden. Mit der Methode Thesenbarometer können beispielsweise auch andere Themen bearbeitet werden.*



# 1

## Thesenbarometer zu Genderthemen– Wo stehst du?<sup>2</sup>

Jeder Start in ein neues Thema braucht einen aktivierenden Einstieg. Obwohl die Methode keinen expliziten Bezug zum Thema Gender aufweist, ist sie doch gut geeignet, um Meinungen abzufragen und in ein Thema einzusteigen. Sie wirkt dabei auf zwei Arten aktivierend: sie ermöglicht einen lockeren Einstieg mit körperlicher Aktivität und fördert unter Umständen Kontroversen.

	Eine Methode zum Abfragen von Einstellungen und Bewertungen zu einem festgelegten Themengebiet, in diesem Beispiel der Vereinbarkeit von Beruf und Privatleben. Für Gruppen verschiedener Altersstufen, einfach vorzubereiten, als Einstieg zur weiterführenden Arbeit an Gender-Themen geeignet.
<b>Ziele</b>	Die TN werden sich der eigenen Position in Bezug auf wichtige Lebensfragen bewusst und setzen sich mit möglichen anderen Haltungen der Gruppenmitglieder zu diesem Thema auseinander. Die GL erhält einen Meinungsüberblick und Stimmungsbild zu Genderfragen. Welche Tätigkeiten, Aufgaben und Rollen halten die Jugendlichen für angemessen für Frauen und Männer? Dies dient ihr als Ausgangspunkt für die Planung weiterer Aktivitäten.
<b>geeignet für</b>	TN ab 12 Jahren in einer Gruppe, ab ca. acht Personen
<b>Dauer</b>	ca. 15 Minuten
<b>Material</b>	Malerklebeband oder Schnur, zwei Zettel, Stift

**Vorbereitung** Ein Malerklebeband wird auf den Fussboden geklebt. Zudem wird je ein Zettel mit „Ja! Richtig! 100 Prozent!“, sowie mit „Nein! Absolut falsch! 0 Prozent!“ beschriftet und an den jeweiligen Enden oder gegenüberliegenden Wänden platziert. Mit zwei Klebestreifen wird mittig auf der geklebten Linie ein Zwischenraum abgeteilt. Dieser steht für „vielleicht“ bzw. markiert eine Grauzone.

### Ablauf

Die GL liest vorbereitete Thesen vor (siehe folgende Beispielthesen). Die TN positionieren sich auf dem Kreppband und bringen damit ihre Zustimmung oder Ablehnung zum Ausdruck.

Die Leitung hat nun die Möglichkeit, die Teilnehmenden schlaglichtartig zu befragen, z. B.: „Möchtest du kurz begründen, warum du hier stehst?“, „Was denkst du zu der These?“

<sup>2</sup> Miguel Diaz; Rolf Tiemann: Methoden zur Förderung sozialer Kompetenzen und zur Berufs- und Lebensplanung von Jungen. Ein Reader für die soziale Gruppenarbeit mit Jungen erstellt vom Bremer JungenBüro und dem Projekt Neue Wege für Jungs <http://neue-wege-fuer-jungs.de/Neue-Wege-fuer-Jungs/Praxis/Methodenreader>

### *Beispiel Vereinbarkeit von Beruf und Privatleben*

mögliche Thesen:

- „Frauen und Männer sollten sich die Hausarbeit teilen.“
- „Männer müssen eine Familie ernähren können.“
- „Kinder sollten im ersten Jahr von der Mutter betreut werden.“
- „Männer sind die besseren Erzieher.“
- „Die Mutter und der Vater sollten sich zusammen um Kinder kümmern.“
- „Frauen haben die Hauptverantwortung im Haushalt.“
- „Frauen sind die besseren Chefs.“
- „Es gibt Berufe, für die Männer besser geeignet sind als Frauen.“
- „Wenn ein Paar ein Kind hat, sollte der Mann Teilzeit arbeiten.“
- „Frauen sollten häufiger in technischen Bereichen arbeiten.“

### **Anmerkungen**

Die Thesen dürfen provokant sein, in jedem Fall sollten sie zugespitzt sein, so dass die TN sich schnell eine Meinung bilden können. Generell sind zwei Varianten denkbar, die je nach Zielsetzung gewählt werden können: Wenn die TN die jeweilige These (an)diskutieren sollen, ist es sinnvoll, wenige Thesen auszuwählen und einzelne TN zum jeweiligen Standpunkt zu befragen. So ist ein vertiefter Einstieg in ein Thema möglich. Sollen die TN einen ersten Überblick über ein Thema erhalten, kann es sinnvoll sein mehrere Thesen vorzustellen, ohne diese vertieft zu diskutieren.

Dabei ist zu beachten, dass die TN nicht das Gefühl bekommen, für ihre Meinung verurteilt zu werden, insbesondere, wenn sie mit dieser „alleine dastehen“. Gleichzeitig ist zu verdeutlichen, dass viele der Thesen auf Geschlechterstereotypen beruhen. In der Diskussion muss die GL darauf achten, dass sich diese Stereotypen nicht verfestigen.

# 2

## Wenn ich 25 oder 30 bin...<sup>3</sup>

Die meisten Jugendlichen haben noch keine genaue Vorstellung davon, wie sie später einmal leben möchten. In dieser Aktivität geht es darum, sich die Zukunft möglichst konkret auszumalen und sich verschiedene Möglichkeiten vorzustellen, wie Arbeit und Privatleben sich vereinbaren lassen.



<b>Kurzbeschreibung</b>	Das Spiel ist eine Phantasiereise in die eigene Zukunft. Im Zentrum stehen Fragen zur Erwerbsarbeit und zu verschiedenen Lebensmodellen.
<b>Ziele</b>	Die TN setzen sich mit ihren Zukunftsvorstellungen auseinander und lernen im Austausch verschiedene Lebensentwürfe kennen. Im Gespräch mit den anderen - und durch die Impulse der GL - werden Themen wie Geschlechterrollen und damit verbundene Lebensvorstellungen der Jugendlichen thematisiert.
<b>geeignet für</b>	sechs bis zehn Personen, ab 12 Jahren
<b>Dauer</b>	ca. 40 Minuten
<b>Material</b>	Zettel und Stifte, eventuell Tafel, Flipchart oder Pinnwand, eventuell ruhige Hintergrundmusik

### Ablauf

Die TN machen es sich im Liegen oder Sitzen bequem oder sitzen so, dass sie untereinander keinen Sichtkontakt haben. Die GL erzählt zur Einstimmung eine kurze Rahmengeschichte, diese kann je nach Anlass und Gruppe variieren.

#### *Beispiel Rahmenerzählung*

Heute möchte ich etwas mehr über dich und deine Zukunft erfahren. Und zwar eine Zukunft, die du für wahrscheinlich hältst. Klar ist es möglich, dass du mal im Lotto gewinnst, aber besonders wahrscheinlich ist es nicht. Hast du schon mal darüber nachgedacht, wie du später leben möchtest? In den folgenden Minuten nehmen wir uns hierfür Zeit. Nimm jetzt dafür eine entspannte Haltung ein und versuche dich auf dich selbst zu konzentrieren.

Momentan gehst du noch zur Schule, in die siebte Klasse. Wenn du die Schule abschliesst, wirst du 18 sein. Wie geht es weiter?

Nach dieser Einleitung kann die GL eine kurze Zeit verstreichen lassen. Nun stellt die GL Fragen, die die TN dabei unterstützt, sich die eigene Zukunft vorzustellen.

<sup>3</sup> Miguel Diaz; Rolf Tiemann: Methoden zur Förderung sozialer Kompetenzen und zur Berufs- und Lebensplanung von Jungen. Ein Reader für die soziale Gruppenarbeit mit Jungen erstellt vom Bremer JungenBüro und dem Projekt Neue Wege für Jungs <http://neue-wege-fuer-jungs.de/Neue-Wege-fuer-Jungs/Praxis/Methodenreader>

Nun kann die GL die Phantasiereise ausklingen lassen und die TN haben fünf Minuten Zeit, um sich Notizen zu ihrem Tag mit 30 zu machen. Anschliessend stellen sich die TN ihre Tagesabläufe gegenseitig vor. Die GL stellt dabei Fragen, die Reflexionen und Diskussionen über Geschlechterrollen anregen.

Fragen: du bist ca. 25	Fragen: du bist ca. 30
Wie wohnst du? Mit wem lebst du dort?	Hast du eine Familie? wer sind die Familienmitglieder? Wieviel Zeit hast du für die Familie?
Wann stehst du auf?	Hast du eine Arbeitsstelle?
Wohin gehst du nach dem Frühstück?	Mit wem verbringst du die Mittagspause?
Was machst du dort?	Wer erledigt die Hausarbeit?
Wer erledigt die Hausarbeit?	Hast du Freizeit? Wie und mit wem verbringst du diese?
Wie und mit wem verbringst du deine Freizeit? Hast du Hobbies?	Gehst du in den Ausgang? Mit wem und wohin?

**Anmerkung**

Diese Aktivität ist für die Beschäftigung mit Geschlechterrollen sehr fruchtbar, da sich die Jugendlichen aktiv mit unterschiedlichen Lebensentwürfen auseinandersetzen. Hierbei werden Fragen zu Arbeitsleben, Beziehungen und Alltagsgeschehen und die damit verbundenen Vorstellungen von Männlichkeit und Weiblichkeit thematisiert. So können zum Beispiel widersprüchliche Anforderungen an moderne Rollenbilder aufgedeckt und bearbeitet werden: Wie kann man gleichzeitig ein guter Vater und beruflich weiter kommen – und muss man das?

Diese Auseinandersetzung bietet auch Gelegenheit, verschiedene Formen des Zusammenlebens und des Arbeitens zu diskutieren (Patchworkfamilien; respektive Teilzeitarbeit oder freie Arbeitsverhältnisse)

Das sich vorzustellende Alter kann dem realen Alter der Jugendlichen angepasst werden. Für 12jährige ist 30 noch sehr weit weg. Werden beide Phasen berücksichtigt, ergibt sich Gesprächsstoff, in welchem Alter für Mädchen und Jungen jeweils wichtige Weichenstellungen erfolgen. (Familiengründung, Karrieregedanken etc.)

Die Rolle der GL ist zentral, ihr kommt die Aufgabe zu, die Äusserungen einerseits wertschätzend zu kommentieren und andererseits vertiefende Fragen zu stellen, die zur Reflexion über Geschlechterrollen anregen.



Hierzu eignen sich Fragen zur Verteilung der Hausarbeit und der Kinderbetreuung, z. B. sagen heute viele Väter, dass sie ihre Kinder aufwachsen sehen wollen, wie siehst du das? Und was machst du, wenn deine Frau ganz andere Vorstellungen zur Verteilung der Hausarbeit und Kinderbetreuung hat als du? Andere Fragen können die berufliche Seite thematisieren: Wieviel muss man wohl arbeiten, um so eine tolle Wohnung zu bezahlen? Musst du als Arzt auch nachts arbeiten? Welche Ausbildung braucht man für solch einen Beruf? Ausserdem lohnt es sich zu ergründen, wessen Lebenslauf und welche Lebensmodelle als Vorbild gedient haben: Kennst du jemanden, der es genauso macht? Wenn du deinen Tagesablauf mit dem deiner Mutter/deines Vaters vergleichst, was fällt dir auf? Während der Aktivität können auch Unsicherheiten aufkommen: einige Vorstellungen können Ängste auslösen (z. B. Arbeitslosigkeit), andere Aspekte möchten die TN vielleicht nicht in der Gruppe teilen (z. B. den Wunsch, in einer gleichgeschlechtlichen Partnerschaft oder als Single zu leben). Die GL muss hier sensibel vorgehen und die Vorstellung in der Gruppe sollte freiwillig sein. Als Variante bietet sich der Austausch zu zweit an mit anschliessender Rückmeldung in die ganze Gruppe.

# 3



## Was kostet das Leben?<sup>4</sup>

Lebensentscheidungen, die von Frauen und Männern getroffen werden, ziehen unterschiedliche finanzielle Realitäten nach sich. Zum Leidwesen vieler Eltern haben Jugendliche oft lediglich eine sehr vage Vorstellung von den Kosten, die im Alltag anfallen.

<b>Kurzbeschreibung</b>	Die Jugendlichen erarbeiten das Budget eines „Erwachsenenlebens“. Wenn beide Aktivitäten nacheinander durchgeführt werden, können die imaginären Tagesabläufe aus dem Spiel „Wenn ich 30 bin...“ hier weitergesponnen und konkretisiert werden.
<b>Ziele</b>	Die TN setzen sich mit den Themen Berufswahl, Gehalt und Lebenshaltungskosten auseinander.
<b>geeignet für</b>	TN ab 12 Jahren in einer Gruppe, ab ca. sechs Personen
<b>Dauer</b>	ca. 45 Minuten, abhängig von der Gruppengröße

**Vorbereitung** Die GL recherchiert im Vorfeld, welche durchschnittlichen Kosten in verschiedenen Lebensbereichen der TN bestehen (z. B. Miete, Versicherungen, Lebensmittelkosten etc., entsprechend der Kategorien der untenstehenden Tabelle) und erstellt hierfür eine Liste. Ausserdem erstellt sie eine Liste mit dem durchschnittlichen Nettoeinkommen von Berufsanfängerinnen und Berufsanfänger in einigen Berufsgruppen. Spielgeld und das Arbeitsblatt zu Lebenshaltungskosten muss in ausreichender Menge bereitgestellt werden.

### Ablauf

Die TN erhalten zu Beginn ca. fünf Minuten Zeit, um sich in einer Murmelrunde mit ihrem Nachbarn oder ihrer Nachbarin über ihre Berufswünsche zu unterhalten. Am Ende sollen sie einen (möglichst realistischen) Beruf nennen, von dem sie sich vorstellen können, ihn zu ergreifen.

Nun nennen die TN in der Gruppe nacheinander ihren Wunschberuf und erfahren, wie hoch ihr Einstiegslohn wäre. Die GL verteilt Spielgeld in Höhe der jeweiligen Einkommen.

Die TN füllen die Tabelle der monatlichen Lebenshaltungskosten aus, hierbei können sie sich in Kleingruppen gegenseitig beraten. Die GL begleitet diesen Prozess punktuell und regt die Jugendlichen an, zu ergründen, wie realistisch die jeweiligen Einschätzungen sind.

Anschliessend erfolgt die offene Auswertung in der Gruppe, in deren Verlauf die GL auch die Liste mit den von ihr recherchierten Durchschnittsbeträgen präsentiert.

<sup>4</sup> Miguel Diaz; Rolf Tiemann: Methoden zur Förderung sozialer Kompetenzen und zur Berufs- und Lebensplanung von Jungen. Ein Reader für die soziale Gruppenarbeit mit Jungen erstellt vom Bremer JungenBüro und dem Projekt Neue Wege für Jungs <http://neue-wege-fuer-jungs.de/Neue-Wege-fuer-Jungs/Praxis/Methodenreader>

*Offene Einstiegsfragen:*

- Wie realistisch waren deine Schätzungen?
- Wo hast du Prioritäten gesetzt? Was war der teuerste Kostenpunkt deiner Liste, welches der günstigste?
- Was könnt ihr machen, wenn das Geld nicht reicht?
- Wo könnt ihr sparen und wo nicht?

*Fragen, die Genderaspekte thematisieren:*

- Was bedeuten dein Beruf und deine Vorstellungen von Freizeitgestaltung für deine Partnerin / deinen Partner?
- Wer erledigt die Hausarbeit – und wann?
- Wie wirken sich Kinder auf deine Finanzplanung aus?
- Wer oder was kann euch helfen, wenn ihr euch die Kindererziehung teilen möchtet?
- Was passiert finanziell, wenn es zur Trennung kommt?

**Anmerkungen**

Das Spiel sensibilisiert für die Machbarkeit der Wünsche bei dem entsprechenden Wunschberuf und andererseits für Fragen der Vereinbarkeit von Beruf und Familie. Dabei sollen verschiedene Lebensmodelle (z. B. das Leben als Familienernährerin oder Familienernährer, die Situation als Alleinerziehende oder Alleinerziehender- das Leben als Single) bezüglich ihrer finanziellen Konsequenzen reflektiert werden. Wieder ist hier die Rolle der GL entscheidend, die das Gespräch moderiert und für die Geschlechterthematik relevante Fragen formuliert. Dabei ist es hilfreich, wenn die GL anschauliche Beispiele aus ihrem eigenen Erleben beisteuern kann.

Neben Vorstellungen zu Partnerschaft und Vereinbarkeit von Beruf und Familie lassen sich im Rahmen dieser Aktivität auch Zukunftswünsche und –Ängste, sowie die Themen Schulabschlüsse, Berufswahl und Ausbildungsplatzsuche thematisieren. Dies ist durch die Fragen, die die GL während der gemeinsamen Auswertung stellt, steuerbar. Dabei ist es zentral, trotz allem Realitätsbezug die Jugendlichen nicht zu entmutigen.

## Arbeitsblatt

<b>monatliche Lebenshaltungskosten</b>	<b>Franken</b>
Miete, inkl. Nebenkosten (Heizung, Strom, etc.)	
Telefon, Internet, Natel	
Kleidung	
Lebens- und Genussmittel: Einkäufe, Restaurantbesuche, Tabak	
Versicherungen	
Körperpflege: Coiffeur, Kosmetik etc.	
Medien: Downloads, CDs, Bücher, Zeitungen	
Freizeit: Disco, Kino, Hobbies	
Sparbetrag für Reparaturen oder grosse Anschaffungen (wie Fernseher, Ferien etc.)	
Mobilität: Bus- und Bahnfahrten, Halbtax, Unterhalt eines Autos	
Sonstiges:	
<b>Gesamt</b>	

# 4



## »Frauenräume – Männerräume« - Unterwegs in Stadt und Dorf<sup>5</sup>

Oft merken wir im Alltag nicht mehr, dass in einigen Bereichen unterschiedliche Bedingungen für Männer und Frauen herrschen. Diese Rallye unterstützt die Sensibilisierung für solche Zusammenhänge.

<b>Kurzbeschreibung</b>	Während einer Rallye lösen die Jugendlichen verschiedene Aufgaben, um die Präsenz von Frauen und Männern im Stadtbild zu untersuchen.
<b>Ziele</b>	Verschiedene Orte und Alltagszenen werden beobachtet und daraufhin untersucht, ob und wie Frauen und Männer vorkommen oder wie sie angesprochen werden. Die Jugendlichen eignen sich dabei den Sozialraum an und lernen unbekannte Orte besser kennen.
<b>geeignet für</b>	mind. zwei Gruppen mit jeweils vier bis sechs TN
<b>Dauer</b>	ca. zwei bis vier Stunden (mit Auswertung)
<b>Material</b>	Ein kopierter Stadtplan pro Team, hierauf ist die Route verzeichnet, die Stationen sind nummeriert. Zettel und Stifte, Briefumschläge.

**Vorbereitung** Die GL stellt eine geeignete Route mit 5-6 Stationen zusammen. Die Beschreibung der Aufgaben wird den TN in nummerierten Briefumschlägen abgegeben (entsprechend der Nummer der jeweiligen Station). Die nachfolgenden Vorschläge zu Stationen der Rallye können durch die GL an die vorhandenen Gegebenheiten angepasst werden.

### Ablauf

Zu Beginn der Rallye wird ein gemeinsamer Treffpunkt verabredet, an dem die TN und die GL wieder aufeinander treffen.

Für die Rallye selbst werden die Gruppen entweder zeitversetzt losgeschickt, oder die Stationen werden je Gruppe unterschiedlich angegangen, so dass sich ihre Wege nicht überschneiden. Nach

<sup>5</sup> landesjugendring niedersachsen e.v.: Gender. Gender Mainstreaming in der Jugendarbeit. [http://www.ljr.de/fileadmin/productdownloads/GENDER2007\\_02.pdf](http://www.ljr.de/fileadmin/productdownloads/GENDER2007_02.pdf)

Möglichkeit ist die Rallye an einem Werktag durch zu führen, damit alle Aufgaben gelöst werden können.

*je nach den Gegebenheiten vor Ort sind folgende Aufgaben denkbar:*

- Auf dem Marktplatz: Schaut euch alle Denkmäler und Gedenktafeln im näheren Umkreis genau an. An wen wird erinnert? Welche beziehen sich auf einen Mann welche auf eine Frau?
- Berühmtheiten: Fragt Passantinnen und Passanten nach fünf weiblichen und fünf männlichen Berühmtheiten! Schreibt die Namen auf einen Zettel.
- Kinderbegleitung: Macht mal eine Pause und stellt euch 5 Minuten lang an die nächste Strassenecke. Dabei beobachtet die Kinder, die vorbeikommen: Wie viele sind mit einer Frau, wie viele mit einem Mann unterwegs? Macht eine Strichliste.
- Chauffeur: Stellt euch an eine Strasse, an der viele Autos vorbeikommen und beobachtet den Verkehr 5 Minuten lang. Wenn (mindestens) ein Mann und eine Frau im Auto sitzen, schreibt auf, wer am Steuer sitzt.
- Baustelle: Findet an einer Baustelle heraus, wie viele Frauen und Männer hier arbeiten (Tipp: Versucht, jemanden zu fragen, falls niemand in der Nähe ist, beobachtet eine Zeitlang.) Notiert die Zahlen und fragt nach den Gründen.
- Haarpracht: Sucht ein Coiffeur Geschäft. Wenn es einen Aushang mit Preisen gibt, vergleicht die Preise von je drei Leistungen/Angeboten für Frauen und für Männer. Falls es keinen gibt, geht hinein und fragt. Notiert das Ergebnis. Gibt es unterschiedliche Preise? Wenn ja, warum ist das so?
- Warenhaus: Schaut euch die Schaufenster eines grösseren Geschäfts an. z.B. ein Kleiderladen. Wie wird für die Produkte geworben? Wie viele Schaufensterpuppen stellen Frauen dar, wie viele Männer? Wofür werben die Puppen jeweils? Wie stehen sie da? Notiert dies in Stichworten.
- Rathaus/Stadtrat: Versucht bei einem Besuch im Rathaus oder Gemeindehaus herauszubekommen, wie viele Frauen und Männer im Gemeinderat/Stadtrat vertreten sind.

Die Ergebnisse der Rallye werden gemeinsam ausgewertet. Die Teams stellen nach einander ihre Ergebnisse vor (z. B. mündlich in einem Stuhlkreis, als Poster-Session, oder computergestützter Vortrag). Folgende Fragen eignen sich für das anschließende Gespräch: Was war besonders interessant, schwierig oder spannend? Was war so wie erwartet, was anders? Dann unterstützt die GL die Jugendlichen dabei, ihre Ergebnisse in Bezug auf Geschlechter- und Gerechtigkeitsfragen zu reflektieren und so Gedanken zur Situation von Frauen und Männern in dieser Gesellschaft zum Ausdruck bringen.

### **Anmerkungen**

Auch bei dieser Aktivität ist die Moderation und Lenkung der Diskussion durch die GL wichtig. Sinnvoll ist es, zunächst gemeinsam nach Erklärungen zu suchen und die Thesen der Jugendlichen abzuholen: Warum sitzen Männer häufiger am Steuer? Warum arbeiten nur wenige Frauen auf Baustellen? Gemeinsam lässt sich so auf die Suche nach Geschlechterstereotypen gehen. Damit diese nicht als Erklärungen stehenbleiben (z.B. es ist halt so, dass sich Frauen nicht für Autos interessieren), muss die Diskussion tiefer gehen. Die GL kann mit zusätzlichen Erläuterungen aufzeigen, was hinter den stereotypen Aussagen steht und dass Stereotypen das Verhalten von den meisten Frauen und Männern sehr stark beeinflussen. Ein Verstossen gegen das, was als vermeintlich „normal“ für eine Frau oder einen Mann gilt, zieht einen gesellschaftlichen Druck auf das Individuum nach sich. Hierfür können die Jugendlichen Beispiele aus ihrem Alltag anführen. Wo haben sie Stereotypen widersprochen, was war die Konsequenz?

# 5

## Sozialisationsrallye (Lebensweg eines Mädchens/eines Jungen nach Altersphasen)<sup>6</sup>



Auch bei dieser Aktivität handelt es sich um eine Rallye, allerdings stehen hier die Selbstbeobachtung und der Austausch in der gleichgeschlechtlichen Gruppe im Zentrum. Je nach Sozialisationshintergrund haben die Jugendlichen sehr unterschiedliche Erwartungen an ihren Lebensstandard.

<b>Kurzbeschreibung</b>	Während einer Rallye in einer gleichgeschlechtlichen Gruppe tauschen die Jugendlichen oder jungen Erwachsenen sich zu verschiedenen Themen ihrer Vergangenheit, sowie auch zu Zukunftsvorstellungen aus.
<b>Ziele</b>	Auseinandersetzung mit der Umwelt, Familie, Schule, Freunde und der eigenen Entwicklung. Erkennen, dass Geschlechterstereotypen in unterschiedlichen Lebensphasen wirksam sind.
<b>geeignet für</b>	Jugendliche und junge Erwachsene ab 16 Jahren in geschlechtshomogenen Gruppen bis 5 Personen
<b>Dauer</b>	ca. zwei Stunden für die Rallye (je nach Wegstrecke) und zwei Stunden für die Auswertung
<b>Material</b>	evtl. kopierter Stadtplan

**Vorbereitung** geeignete Orte für die Stationen heraussuchen (siehe Aufgaben, Station sechs kann ein öffentlicher Ort mit Sitzgelegenheit sein), Adresse auf den Aufgabenblättern eintragen, Präsentationsmethoden zur Auswertung vorüberlegen (z. B. Standbild, Rollenspiel oder Pantomime) und das entsprechende Material bereitstellen. (Bälle, Springseile etc.)

### Ablauf

Die Aktivität besteht aus einer Durchführungs- und einer Auswertungsphase.

#### Durchführung

Einteilung der Jugendlichen in Jungen- und Mädchengruppen. Begründung: Dadurch werden Unterschiede zwischen Mädchen und Jungen während der Rallye besser sichtbar. Zu Beginn dieser Rallye wird zunächst ein gemeinsamer Treffpunkt verabredet, an dem die TN und die GL wieder aufeinander treffen. Die TN bekommen je ein Aufgabenblatt (siehe unten). Dann ziehen die Gruppen los. Es ist sinnvoll, sie zeitlich versetzt loszuschicken, so dass sich ihre Wege nicht überschneiden.

#### Auswertung

Die Auswertung der Rallye erfolgt in der Gesamtgruppe, wird aber in den Kleingruppen vorbereitet. Für die Vorbereitung ihrer Kurzpräsentationen pro Altersphase werden die Jugendlichen er-

<sup>6</sup> Landesjugendring niedersachsen e.v.: Gender. Gender Mainstreaming in der Jugendarbeit. [http://www.ljr.de/fileadmin/productdownloads/GENDER2007\\_02.pdf](http://www.ljr.de/fileadmin/productdownloads/GENDER2007_02.pdf)



muntert, auch szenische Elemente (Standbild, kurze Rollenspiele etc.) zu nutzen. Ziel der Auswertung ist es, Aspekte, die die TN während der Rallye besprochen haben, darzustellen und die Erlebnisse der Jungen und Mädchen vergleichend gegenüber zu stellen.

Nach der Darstellung jeder Phase diskutieren die TN kurz Gemeinsamkeiten und Unterschiede zwischen den einzelnen Gruppen.

### **Anmerkung**

Wichtig sind bei dieser Aktivität die Leitung und Moderation durch die GL. Die Jugendlichen sollen in der Diskussion erfahren, dass es zwar Unterschiede in der Sozialisation von Mädchen und Jungen geben kann, aber ebenso Gemeinsamkeiten. Ferner ist darauf hinzuweisen, dass es innerhalb der Jungengruppe und innerhalb der Mädchengruppe auch grosse Unterschiede in der Sozialisation gibt. Die Jugendlichen sollten dazu angeregt werden, Gründe für Unterschiede in der Sozialisation zu suchen. Hierbei können folgende Fragen hilfreich sein: Wer war euer Vorbild und warum? Wie haben euch eure Geschwister oder ältere Bekannte geprägt? So rückt ins Blickfeld, dass das Geschlecht nur eine Kategorie ist neben Herkunft, Milieu etc.

Tipp: Mit jungen Erwachsenen kann auch die Pubertät thematisiert werden.

## Sozialisationsrallye für Jungen

Macht euch auf den Weg! Dabei könnt ihr...

- ... eure Umgebung besser kennen lernen
- ... ein Stück in eurer Vergangenheit zurückgehen.
- ... euch gegenseitig besser kennen lernen.
- ... Spass haben!

Einen guten Weg und viel Spass.

### 1. Station: Kita oder Kindergarten, falls keine Krippe vorhanden

Geht zu dieser Adresse:

---

Hier findet ihr eine Kita.

Seid ihr in einer Kita („Krippe“) gewesen?

Welche Erinnerungen habt ihr daran? Was war schön, was war schlecht?

Erzählt euch je eine Erinnerung, die ihr an eure Kita-Zeit habt (z. B. Spiele, Streitereien, Erlebnisse mit Freunden).

### 2. Station Schule

Euer erster Schultag! Wer hat euch begleitet?

Wer war mit euch in der ersten Klasse? Waren mehr Jungen oder mehr Mädchen in eurer Klasse?

Wie war das Gefühl bei der Einschulung (Angst, Stolz, Freude...)?

Hattet ihr eine Klassenlehrerin oder einen Klassenlehrer? Was habt ihr in den Pausen gespielt?

### 5. Station: Pubertät (nur für junge Erwachsene geeignet, sonst weglassen)

Ihr kommt langsam in die Pubertät. Der Körper verändert sich: die Statur, die Muskeln, die Stimme... Die Körperbehaarung nimmt zu, die Bartstoppeln wachsen.

Ab wann ging es los und wie ist das für euch?

Wie reagiert eure Umwelt (Vater, Mutter, Schwester, Bruder, Freunde, Mitschülerinnen,...) auf die Veränderungen? Gab es Kommentare?

Welche Veränderungen passieren neben den körperlichen noch?

Wie sieht es mit Liebe, Sex und Beziehungen aus: wer hat euch darüber aufgeklärt? Wie alt wart ihr da?

### 3. Station: Berufsträume

Ihr seid zwischen 6 und 10 Jahre alt! In diesem Alter träumen viele Kinder davon, was sie später einmal werden wollen.

Was wolltest du werden?

Geht zum Bahnhof und sucht euch einen ruhigen Platz. Beobachtet was passiert und welche Berufe hier sichtbar sind.

Lasst eure Gedanken zu den Berufswünschen in eurer Kindheit wandern und erzählt euch davon! Wie denkt ihr heute darüber? Lassen sie sich realisieren?

### 4. Station: Freunde & Freundinnen

Geht zum Spielplatz!

Freunde sind wichtig für jedes Alter oder?

Erzählt euch von eurem ersten besten Freund oder eurer ersten besten Freundin. Was habt ihr am liebsten zusammen gemacht?

Gab es Kommentare von anderen (Eltern, Geschwister, Jungen, Mädchen aus der Schule...) zu dieser Freundschaft?

Was war euch besonders wichtig in dieser Freundschaft? Was ist euch jetzt besonders wichtig in Freundschaften?

### 6. Station: Zukunftspläne

Geht zu dieser Adresse:

---

Setzt euch in einen Kreis.

Stellt euch nun vor, ihr wärt schon 25 Jahre alt. Wie lebt ihr mit 25?

Was macht ihr (Beruf? Studium? Hobbies?)

Habt ihr eine Beziehung? Wie stellt ihr euch eure Partnerin oder euren Partner vor? Habt ihr vielleicht schon ein oder mehrere Kinder? Und mit 30?

Tauscht euch über eure Zukunftspläne aus! Alles ist dabei wichtig: Beziehungen, Kinder, Beruf...

## Sozialisationsrallye für Mädchen

Macht euch auf den Weg! Dabei könnt ihr...  
... eure Umgebung besser kennen lernen  
... ein Stück in eurer Vergangenheit zurückgehen.  
... euch gegenseitig besser kennen lernen.  
... Spass haben!  
Einen guten Weg und viel Spass.

### 1. Station: Kita oder Kindergarten, falls keine Krippe vorhanden

Geht zu dieser Adresse:

---

Seid ihr in einer Kita („Krippe“) gewesen?  
Welche Erinnerungen habt ihr daran? Was war schön, was war schlecht?  
Erzählt euch gegenseitig je eine Erinnerung, die ihr an eure Krippen und/oder Kindergarten-Zeit habt (z. B. Spiele, Streitereien, Erlebnisse mit Freundinnen).

### 2. Station Schule

Euer erster Schultag! Wer hat euch begleitet?  
Wer war mit euch in der ersten Klasse? Waren mehr Mädchen oder mehr Jungen in eurer Klasse?  
Wie war das Gefühl bei der Einschulung (Angst, Stolz, Freude...)?  
Hattet ihr eine Klassenlehrerin oder einen Klassenlehrer? Was habt ihr in den Pausen gespielt?

### 5. Station: Pubertät (nur für junge Erwachsene geeignet, sonst weglassen)

Ihr kommt langsam in die Pubertät. Der Körper verändert sich: die Statur, die Brust beginnt zu wachsen, die erste Periode kommt und plötzlich habt ihr Haare, wo früher keine waren  
Ab wann ging es los und wie ist das für euch?  
Wie reagiert eure Umwelt (Vater, Mutter, Schwester, Bruder, Freunde, Mitschülerinnen,...) auf die Veränderungen? Gab es Kommentare?  
Welche Veränderungen passieren neben den körperlichen noch?  
Wie sieht es mit Liebe, Sex und Beziehungen aus: wer hat euch darüber aufgeklärt? Wie alt wart ihr da?

### 3. Station: Berufsträume

Ihr seid zwischen 6 und 10 Jahre alt! In diesem Alter träumen viele Kinder davon, was sie später einmal werden wollen.  
Was wolltest du werden?  
Geht zum Bahnhof und sucht euch einen ruhigen Platz. Beobachtet was passiert und welche Berufe hier sichtbar sind.  
Lasst eure Gedanken zu den Berufswünschen in eurer Kindheit wandern und erzählt euch davon! Wie denkt ihr heute darüber? Lassen sie sich realisieren?

### 4. Station: Freundinnen & Freunde

Geht zum Spielplatz!  
Freunde sind wichtig für jedes Alter oder?  
Erzählt euch von eurem ersten besten Freund oder eurer ersten besten Freundin. Was habt ihr am liebsten zusammen gemacht?  
Gab es Kommentare von anderen (Eltern, Geschwister, Jungen, Mädchen aus der Schule...) zu dieser Freundschaft? Was war euch besonders wichtig in dieser Freundschaft? Was ist euch jetzt besonders wichtig in Freundschaften?

### 6. Station: Zukunftspläne

Geht zu dieser Adresse:

---

Setzt euch in einen Kreis.  
Stellt euch nun vor, ihr wärt schon 25 Jahre alt. Wie lebt ihr mit 25?  
Was macht ihr (Beruf? Studium? Hobbies?)  
Habt ihr eine Beziehung? Wie stellt ihr euch euren Partner oder eure Partnerin vor? Habt ihr vielleicht schon ein oder mehrere Kinder?  
Und mit 30?  
Tauscht euch über eure Zukunftspläne aus! Alles ist dabei wichtig: Beziehungen, Kinder. Beruf...

# 6



## Identitätsbilder<sup>7</sup>

Die Aktivität „ Identitätsbilder“ stärkt die Selbstwahrnehmungsfähigkeit der Jugendlichen. Vom eigenen Körper ausgehend reflektieren die Jugendlichen Einflussfaktoren und Erwartungen, die an sie gerichtet werden.

<b>Kurzbeschreibung</b>	Es werden Körperumrissbilder erstellt, die in Einzelarbeit weiter aus- gestaltet und schliesslich in der Gruppe vorgestellt werden.
<b>Ziele</b>	Das Spiel regt zur kreativen Auseinandersetzung mit den eigenen Fä- higkeiten an. Die Jugendlichen denken über ihre Zukunftsvorstellun- gen nach und darüber, ob diese von Familien und Freundinnen oder Freunden beeinflusst werden.
<b>geeignet für</b>	4-12 Jugendliche ab 12 Jahren
<b>Dauer</b>	ca. eine Stunde
<b>Material</b>	grosse Papierrolle, Stifte, Zeitschriften, Kleber, sonstiges Bastelmate- rial

### Ablauf

Die TN erhalten ein grosses Papier für das Körperbild. Nun lässt sich jeder und jede von einer Per- son des Vertrauens die Körperumrisse nachzeichnen. In der anschliessenden Phantasiereise stellt die GL verschiedene Fragen. Die TN liegen dabei auf ihren Bildern und beantworten die Fragen lautlos für sich.

Nach der Phantasiereise hängt die GL die Fragen an die Wände. Die TN gestalten ihre Körperum- risse aus und ergänzen sie mit den Antworten zu ihrer eigenen Identität. Dabei kann gemalt, ge- schrieben, gezeichnet oder collageartig vorgegangen werden. Die Fragen dienen dabei als Anre- gung. Die Antworten werden in jene Bereiche des Körpers gezeichnet, wo sie nach dem eigenen Empfinden am besten hin passen.

Anschließend werden die Körperbilder ausgestellt und auf freiwilliger Basis präsentiert. Die TN be- schreiben, wie sie ihr Bild gestaltet haben und warum. Die GL kann dabei unterstützen, indem sie Fragen stellt, z. B.: Was gefällt dir besonders an dem Bild? Was weniger? Warum steht dieser As- pekt im Vordergrund?

Im Anschluss an die Präsentationen kann die Diskussion auf einer allgemeineren Ebene geführt werden, indem Gemeinsamkeiten und Unterschiede beleuchtet werden. Hierbei haben auch ge- schlechtsspezifische Aspekte Platz. (Siehe auch die Anmerkungen zum Sozialisationsrallye) Mögliche Leitfragen können hier sein: Wie geht ihr mit schwierigen Anforderungen um? Wer un- terstützt euch? Gibt es unterschiedliche Erwartungen an Mädchen und an Jungen? Wo gibt es Ge- meinsamkeiten in der Gruppe?

### Anmerkungen

<sup>7</sup> Bundesministerium für Unterricht und Kultur (1995): Aus der Rolle fallen. Praxishilfen für eine geschlechtsspezifische Pädagogik in der Schule. Wien (vergriffen); adaptiert durch den Verein Amazone im Rahmen des Projektes mach es gleich: gender & schule. [http://193.170.142.169/Joomla/images/fp\\_maches/machesgleichMappe.pdf](http://193.170.142.169/Joomla/images/fp_maches/machesgleichMappe.pdf)

### *Beispielfragen für die Phantasiereise*

#### **Innenwelt**

- Was kann ich besonders gut mit meinem Kopf?
- Was kann ich besonders gut mit meinen Händen?
- Was kann ich besonders gut mit meinen Füßen?
- Womit beschäftige ich mich am liebsten?
- Was sind meine Hobbys?
- Was sind meine Fähigkeiten und Stärken?
- Was liegt mir weniger?
- Was könnte sich daraus für meine Zukunft ergeben?

#### **Aussenwelt**

Welche Erwartungen haben...

- meine Familie?
- meine Freundinnen und Freunde?
- Wie gehe ich damit um?

Welche Anforderungen stellt...

- die Schule an mich?
- mein Hobby an mich?

Die Übung kann sowohl in geschlechtsgemischten, als auch in geschlechtshomogenen Gruppen durchgeführt werden. Wenn befürchtet wird, dass die TN Hemmungen haben sich zu exponieren oder Angst vor Hänseleien besteht, können die TN auch in geschlechtergetrennten Räumen arbeiten. Die Vorstellung der Körperbilder kann auch in Zweiertteams vorbereitet und durchgeführt werden. Generell ist darauf zu achten, dass die (gezeichneten) Körper nicht negativ kommentiert oder sexualisiert werden.