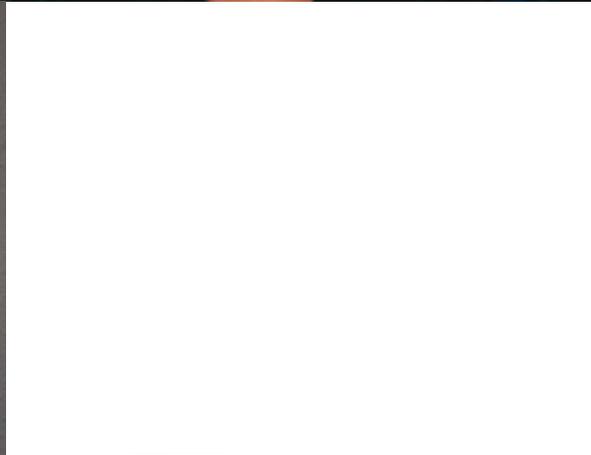




SUCHT | SCHWEIZ



DER KLEINE UNTERSCHIED

GENDERSENSIBLE
SUCHTPRÄVENTION



PÄDAGOGISCHES
BEGLEITHEFT

PRÄVENTION | HILFE | FORSCHUNG





Dieses Projekt wurde durch den Nationalen Alkoholpräventionsfonds sowie Förderstiftungen finanziell unterstützt.

Impressum

Herausgeberin:

Sucht Schweiz

Av. Louis-Ruchonnet 14

1003 Lausanne

021 321 29 11

info@suchtschweiz.ch

Autorinnen:

Marie-Louise Ernst, Nadia Rimann

© Sucht Schweiz 2020



INHALTSVERZEICHNIS

| | | | |
|--|-----------|---|-----------|
| VORWORT | 4 | FILM 3 „DU OPFER“ | 30 |
| 1 EINLEITUNG | 5 | Informationen zum Film | 30 |
| 1.1 Ziele | 5 | Vorschläge zum Einsatz des Films „Du Opfer“ | 32 |
| 1.2 Zielgruppen | 5 | Zahlen und Fakten | 33 |
| 1.3 Das Wichtigste in Kürze | 6 | Weiterführende Themen und Hinweise | 35 |
| 2 ARGUMENTARIUM FÜR EIN GENDERSENSIBLES VORGEHEN | 7 | FILM 4 „BIS HIERHER...“ | 36 |
| 2.1 Forschungsbelege | 7 | Informationen zum Film | 36 |
| 2.2 Wirksamkeit gendersensibler Suchtprävention | 11 | Vorschläge zum Einsatz des Films „Bis hierher...“ | 38 |
| 3 ZUM UMGANG MIT DEN FILMEN UND MATERIALIEN | 12 | Zahlen und Fakten | 39 |
| 3.1 Vor dem Einsatz der Filme | 12 | Weiterführende Themen und Hinweise | 41 |
| 3.2 Medienpädagogische Hinweise | 13 | FILM 5 „IN MEINER HAUT...“ | 42 |
| 3.3 Die sieben Filme im Überblick | 14 | Informationen zum Film | 42 |
| 3.4 Nutzung der Filme in verschiedenen Settings | 15 | Vorschläge zum Einsatz des Films „In meiner Haut...“ | 44 |
| 3.4.1 Setting Schule | 15 | Zahlen und Fakten | 45 |
| 3.4.2 Setting Offene Jugendarbeit | 16 | Weiterführende Themen und Hinweise | 47 |
| 3.4.3 Setting Verbandsjugendarbeit | 16 | FILM 6 „EIN STRESS KOMMT SELTEN ALLEIN“ | 48 |
| 3.4.4 Setting Elternarbeit | 17 | Informationen zum Film | 48 |
| FILM 1 „ICH...UND DIE ANDEREN“ | 18 | Vorschläge zum Einsatz des Films „Ein Stress kommt selten allein“ | 50 |
| Informationen zum Film | 18 | Zahlen und Fakten | 51 |
| Vorschläge zum Einsatz des Films „Ich...und die anderen“ | 20 | Weiterführende Themen und Hinweise | 53 |
| Zahlen und Fakten | 21 | FILM 7 „TYPISCH MÄDCHEN – TYPISCH JUNGS!“ | 54 |
| Weiterführende Themen und Hinweise | 23 | Informationen zum Film | 54 |
| FILM 2 „VOLL STARK!“ | 24 | Vorschläge zum Einsatz des Films „Typisch Mädchen – Typisch Jungs!“ | 56 |
| Informationen zum Film | 24 | Zahlen und Fakten | 57 |
| Vorschläge zum Einsatz des Films „Voll stark!“ | 26 | Weiterführende Themen und Hinweise | 59 |
| Zahlen und Fakten | 27 | 4 ANHANG | 60 |
| Weiterführende Themen und Hinweise | 29 | 4.1 Glossar | 60 |
| | | 4.2 Kopiervorlagen | 61 |
| | | 4.3 Quellenangaben zum Kapitel 2 | 77 |



Erweiterte und aktualisierte Auflage

Mit grosser Freude präsentieren wir eine zweite erweiterte und aktualisierte Auflage. Im Verlauf des Jahres 2020 wurde das Projekt „Der kleine Unterschied“ um zwei neue Kurzfilme ergänzt. Die Filme greifen weitere wichtige Themen auf, welche Jugendliche in dieser Lebensphase beschäftigen. Gemäss Studien gehören Stress und Überforderungserfahrungen für Mädchen zum Alltag. Und je höher das Stressempfinden ist, desto mehr wirkt sich dies negativ auf die psychische und physische Gesundheit der Mädchen aus. Ein grosses Tabu stellt für Jungen die Erfahrung dar, sich selbst als Opfer zu erleben. Dabei sind Jungen häufiger Opfer von psychischer oder physischer Gewalt als Mädchen. Darüber zu sprechen und sich Hilfe zu holen ist jedoch mit grosser Scham behaftet.

Die Erweiterung der Filmreihe trägt diesen beiden Thematiken Rechnung und bietet Lehrpersonen oder in der Jugendarbeit Tätigen Werkzeuge, um darüber zu reden und gemeinsam Coping-Strategien zu entwickeln. Das vorliegende Begleitheft wurde um zwei Kapitel, welche die beiden neuen Filme einführen, ergänzt. Weiter wurden alle Zahlen und Fakten auf ihre Aktualität überprüft und gegebenenfalls überarbeitet.

An dieser Stelle möchten wir uns ganz herzlich für das grosse Engagement und die tatkräftige Unterstützung der zahlreichen Jugendlichen, der Expertinnen und Experten, der Schulhäuser Riedtli, Lachenzelg und des Oberstufenzentrums Männedorf sowie der Bewohnerinnen und Bewohnern der Drehorte bedanken.

Marie-Louise Ernst und Nadia Rimann

Projektleiterinnen Sucht Schweiz

Vorwort

NICHT MEHR KIND UND NOCH NICHT ERWACHSEN

Teenager sind in einer Phase des Umbruchs. Fakt ist, dass Jugendliche mit einer Vielzahl an Entwicklungsaufgaben konfrontiert sind. Dazu zählen, die eigene Geschlechtsidentität zu finden, sich mit vorherrschenden Rollenbildern auseinanderzusetzen, sich in Gruppen zu behaupten, sich abzugrenzen oder mit medial vermittelten Schönheitsidealen zurecht zu kommen. In dieser reichen und turbulenten Lebensphase wird auch der Umgang mit Alkohol, anderen Substanzen und problematischen Verhaltensweisen ein Thema. Auch dabei beeinflussen die gängigen Männer- und Frauenbilder das Verhalten von Mädchen und Jungen.

Jugendliche in ihrer Entwicklung zu unterstützen, heisst denn auch, Verschiedenheiten zwischen den Geschlechtern in der Prävention zu berücksichtigen. Hier setzen die Kurzfilme von Sucht Schweiz samt pädagogischem Material an. Die sieben Anspieelfilme für den Unterricht oder gruppenbezogene Aktivitäten mit 13- bis 16-Jährigen greifen zentrale Aspekte aus den Lebenswelten von Mädchen und Jungen auf. Zusammen mit dem vorliegenden pädagogischen Begleitheft sollen die Filme Jugendliche in ihrer Entwicklung stärken.

Die Suche nach der eigenen Identität als Mann oder Frau wird von gesellschaftlichen Rollenbildern geprägt. Es ist wichtig, diese Geschlechterrollen kritisch zu betrachten sowie die eigenen Vorstellungen zu erweitern und von einander zu lernen. Ein starker Mann zu sein kann auch bedeuten, der betagten Grossmutter beim Essen zu helfen, wie es Luc im Film „Voll stark!“ vorlebt. Und ein mutiges Mädchen zu sein, heisst zum Beispiel, Nein zum Freund zu sagen und damit allenfalls die Beziehung aufs Spiel zu setzen, wenn Anna im Film „Bis hierher...“ eine Partypille von ihm ablehnt.

Wir bedanken uns herzlich bei den Mitgliedern der Begleitgruppe, den externen Fachpersonen und den Jugendlichen, die viel zum Gelingen dieses Projektes beigetragen haben.

Wir hoffen, Sie mit diesen Materialien in Ihrer Arbeit zu unterstützen, damit Suchtprävention unter Berücksichtigung von Genderaspekten noch wirksamer wird und die Präventionsbotschaften junge Menschen noch besser erreichen.

Irene Abderhalden

Ehemalige Direktorin Sucht Schweiz



1 EINLEITUNG

1.1 Ziele

Die sieben kurzen Anspielfilme und das pädagogische Begleitmaterial ermöglichen Ihnen als Lehrpersonen, Fachpersonen von Suchtpräventionsstellen sowie in der Offenen und der Verbandsjugendarbeit Tätigen, genderspezifische Aspekte von Suchtentwicklungen und problematischen Verhaltensweisen bei Jugendlichen zu thematisieren.

Die sieben kurzen Anspielfilme sowie die methodisch-didaktischen Anregungen und Hinweise

- zeigen auf, dass Suchtentwicklungen und problematische Verhaltensweisen unter anderem auch mit den Geschlechterrollen zusammenhängen;
- regen Mädchen und Jungen an, sich mit ihren je genderspezifischen Herausforderungen und Ressourcen auseinanderzusetzen;
- unterstützen Mädchen und Jungen darin, durch das Hinterfragen von Rollenbildern ihre eigene Geschlechterrolle zu erweitern, konstruktive Bewältigungsmöglichkeiten zu entwickeln und voneinander zu lernen.

1.2 Zielgruppen

13- bis 16-jährige Mädchen und Jungen sowie alle, die mit Jugendlichen arbeiten, Freizeit gestalten oder zusammenleben. Sie als pädagogisch Verantwortliche entscheiden, ob und welche Inhalte und Themen der Entwicklung der Jugendlichen entsprechen.



1.3 Das Wichtigste in Kürze

Das Begleitheft besteht aus drei Teilen. Im ersten Teil (Seiten 7-11) finden Sie ein Argumentarium, welches die Gründe für eine gendersensible Herangehensweise aufzeigt sowie Ausführungen zur Wirksamkeit einer gendersensiblen Suchtprävention. Im zweiten Teil (Seiten 12-17) stehen allgemeine Hinweise zum Umgang mit den Filmen und Materialien, die sieben Kurzfilme werden im Überblick dargestellt und es wird auf verschiedene Settings eingegangen, in denen die Filme eingesetzt werden können. Im dritten Teil (Seiten 18-59) wird jeder Anspieelfilm mit Informationen zu Inhalten, Vorschlägen zum Einsatz, Zahlen und Fakten sowie weiterführenden Themen und Hinweisen vorgestellt. Zum Schluss finden Sie ein Glossar, welches einige der verwendeten Begriffe klärt sowie Kopiervorlagen zu den Umsetzungsvorschlägen. Je nach Ihren zeitlichen Ressourcen für die Vorbereitung und Durchführung sind die Filme und das Begleitmaterial vielseitig einsetzbar.

15' Für die Vorbereitung

- Sehen Sie sich die Kurzfilme an, um sich einen Überblick zu verschaffen.
- Sehen Sie sich einen der Filme an und lesen Sie die Ausführungen zu diesem.
- Lesen Sie die medienpädagogischen Hinweise, welche bereits viele Anregungen zu den Filmen enthalten.

15' Für die Umsetzung

- Zeigen Sie den gewählten Film den Jugendlichen, mit denen Sie zu tun haben, um einen Einstieg in ein Thema zu haben, welches Sie ohnehin bearbeiten wollten (z.B. beim Film „Ich...und die anderen“ zum Thema Alkohol und Gruppendruck).

30' Für die Vorbereitung

- Lesen Sie die Zahlen und Fakten bei den einzelnen Filmen oder das Argumentarium, welche den Themen und Inhalten der Filme zugrunde liegen, um Ihr Engagement für eine gendersensible Suchtprävention zu begründen.

30' Für die Umsetzung

- Führen Sie einen Umsetzungsvorschlag durch, z.B. den Vorschlag A, B, C oder D zum Film „In meiner Haut...“.
- Bearbeiten Sie eines der Zahlen- und Faktenblätter mit Ihrer Gruppe.

45'-60' Für die Vorbereitung und Umsetzung

- Sie können als Jugendarbeiterin und Jugendarbeiter eine Abendveranstaltung im Treff durchführen, z.B. indem Sie je einen Mädchenspezifischen und einen Jungenspezifischen Film in geschlechtergetrennten Gruppen zeigen und diskutieren und die beiden Gruppen zum Abschluss austauschen lassen.
- Sie können als Lehrperson mit den Unterrichtsvorschlägen zu den einzelnen Filmen eine ganze Lektion gestalten.
- Sie führen einen Elternabend durch und können dazu die Vorschläge im Kapitel 3.4.4 nutzen.

Das sind einige Beispiele, die beliebig ergänzt werden können. Sie sollen Ihnen zeigen, dass es bereits mit wenig zeitlichem Aufwand möglich ist, die Filme und das Begleitmaterial zu nutzen.



2 ARGUMENTARIUM FÜR EIN GENDERSENSIBLES VORGEHEN

2.1 Forschungsbelege

Eine zentrale Entwicklungsaufgabe von Kindern und Jugendlichen ist es, die eigene Geschlechtsidentität zu finden. Neben den Eltern werden sie auf diesem Weg von Ihnen als Lehrerin, Lehrer, als Jugendarbeiterin, Jugendarbeiter oder als Leitende bei Jugendverbänden begleitet. Sie dienen den Jungen und Mädchen als Modelle – neben weiteren Vorbildern im realen Leben, in der Werbung oder in den Medien.

Auf dem Weg zum Erwachsenwerden begegnen Mädchen und Jungen die verschiedensten Suchtmittel oder Verhaltensweisen, welche sich durch ihre Wirkung auch eignen, sich als Mädchen/Frau oder als Junge/Mann darzustellen.

Es ist klar, dass sich Mädchen und Jungen auch innerhalb der Geschlechtergruppe unterscheiden, z.B. je nach sozialer und kultureller Herkunft. Trotzdem zeigen die im Heft präsentierten Zahlen, dass es diese genderspezifischen Unterschiede gibt. Weisen Mädchen und Jungen Abweichungen davon auf - z.B. Jungen, die besonders ängstlich oder Mädchen, die besonders mutig sind – fassen Sie das als Bereicherung auf. Sie zeigen, dass Geschlechterrollen veränder- und erweiterbar sind.

Im Folgenden finden Sie eine Zusammenstellung von Begründungen, welche für eine gendersensible Suchtprävention sprechen und zu den Themen der sieben Anspielfilme geführt haben. Die Quellenangaben finden Sie im Anhang 4.3.

„Ich...und die anderen“

Der Film wendet sich an Jungen und greift die Themen Gruppendruck, Dazugehören und Anerkennung finden auf. Jungenspezifisch sind unter anderem:

- Weniger als 1% der 11-jährigen Jungen konsumieren wöchentlich Alkohol. Dieser Wert steigt bis zu 11% bei den 15-Jährigen. Jungen trinken häufiger, und risikoreicher als Mädchen. Auch beim Konsum von illegalen Suchtmitteln sind die Zahlen bei Jungen deutlich höher als bei den Mädchen. Zudem neigen Jungen eher dazu, neue Produkte zu probieren, wie beispielsweise E-Zigaretten oder legale Cannabis-Produkte, die hauptsächlich CBD beinhalten.^{1,2}
- Jungen geben eher als Mädchen soziale Motive für den Alkoholkonsum an, zum Beispiel „weil es dann lustiger wird, wenn ich mit anderen zusammen bin“. Sie nennen auch Motive wie „um berauscht zu sein“ oder „weil ich gerne zu einer bestimmten Clique dazugehören wollte“.³
- Alkohol und andere Substanzen wie Dopingmittel helfen dabei, Stärke und Macht zu demonstrieren, dienen als Symbol für Grenzüberschreitungen, gleichen Unsicherheiten aus und werden als Kommunikations- und soziales Schmiermittel eingesetzt.^{4,5}



„Voll stark!“

Der Film wendet sich ebenfalls an Jungen und geht auf die Frage ein, was denn ein richtiger Mann sei. Hier stehen unter anderen folgende Fakten im Vordergrund:

- 77% der Jungen wünschen sich mehr Muskeln.⁶
- 15-jährige Jungen sind (mit Ausnahme der sexuellen Gewalt) häufiger von körperlicher Gewalt betroffen, als gleichaltrige Mädchen, sowohl in der Täter- als auch in der Opferrolle.⁷ Dabei erleben sie, dass die Opferrolle für einen Jungen (und für Männer) stärker tabuisiert wird.
- Deutlich weniger Jungen als Mädchen vertrauen sich jemandem an, wenn sie Opfer eines sexuellen Übergriffs wurden.⁸
- Ein Junge zu sein und ein Mann zu werden bedeutet auch heute noch, dass siegen, leisten, Konkurrenzverhalten, sich durchsetzen und Raum einnehmen gefördert werden. Das Streben nach Dominanz über Frauen und andere Männer schafft Hierarchien und damit den Druck, die eigene Position immer wieder zu beweisen. Das führt nicht selten zu auffälligem, risikoreichem und abweichendem Verhalten, zu dem auch der problematische Suchtmittelkonsum gehören kann.⁹
- Häufig fehlen der Vater und andere männliche Bezugspersonen in der Erziehung. Jungen sehen sich damit konfrontiert, dass zu Hause, in der Kindertagesstätte und in der Schule bis einschliesslich zur Mittelstufe vor allem Frauen tätig sind. Reale männliche Vorbilder im Alltag, die Identifikation ermöglichen, fehlen oft. So sind Jungen gezwungen, sich hauptsächlich an der Mutter und anderen Frauen in ihrer Umgebung zu orientieren, die das Weibliche bzw. Nicht-Männliche verkörpern. Die Vorstellung von Männlichkeit entsteht so vorwiegend aus einer negativen Abgrenzung zum Weiblichen (sicher nicht so sein und werden wie die Mutter, die Schwester, die Lehrerin etc.).¹⁰

„Du Opfer“

Der dritte jugendspezifische Film behandelt die Themen Opfer sein als Junge, verschiedene Perspektiven einnehmen, alles nur Spass?, Hilfe suchen und annehmen. Folgende Fakten und Überlegungen spielen dabei eine Rolle:

- Jungen sind deutlich häufiger Täter, Opfer und Beobachter von Gewalt als Mädchen. Dies ist ausser bei sexueller sowohl bei physischer als bei psychischer Gewalt der Fall.¹¹
- Aufgrund von Gewaltstatistiken ist davon auszugehen, dass es eine Diskrepanz zwischen ausgeübten, erfahrenen und angezeigten Gewaltdelikten gibt, da Opfer zu sein für Jungen und Männer in unserer Gesellschaft ein Tabu ist.¹²
- Gewalterfahrungen gehören oftmals als integraler Bestandteil zur Konstruktion einer männlichen Identität. Sich selber als Opfer zu sehen, ist dementsprechend nicht Teil von stereotyper Männlichkeit. Wird trotzdem über eine Gewalterfahrung berichtet, kommt zur erlittenen Scham die Angst dazu, als Opfer stigmatisiert zu werden.¹³
- Manche Jungen sind stärker gefährdet, Opfer oder Täter von physischer oder psychischer Gewalt zu werden. Jugendliche mit internalisierenden Problemen wie Depression, Einsamkeit und Isolierung, haben ein höheres Opferrisiko. Eine hohe Aggressionsneigung, geringe soziale Kompetenzen und Schwierigkeiten in der Schule sind Risikofaktoren dafür, Täter von physischer oder psychischer Gewalt zu werden. Täter haben andererseits auch ein erhöhtes Risiko, Opfer zu werden.¹⁴
- Opfererfahrungen, insbesondere, wenn sie tabuisiert werden, gehen oftmals im Erwachsenenalter mit schädlichem Substanzkonsum einher, u.a. auch als eine Form von Coping-Muster.¹⁵

Bei den Ausführungen zu den drei an Jungen gerichtete Filmen finden Sie im dritten Teil dieses Begleithefts Hinweise und Anregungen, wie Jungen angesichts der erwähnten Herausforderungen gestärkt werden können.



„Bis hierher...“

Der Film wendet sich an Mädchen und stellt die Themen Abgrenzung und Nein sagen können in den Vordergrund. In Zusammenhang mit dem Konsum von psychoaktiven Substanzen stehen unter anderen folgende Mädchenspezifischen Fakten:

- Aufgrund der Zahlen aus der Forschung kann festgehalten werden: Generell konsumieren Mädchen (und jungen Frauen) Alkohol weniger häufig, sowie weniger risikoreich und sozial auffällig als dies Jungen (und junge Männer) tun. Sie konsumieren auch weniger häufig legales Cannabis.^{16, 17}
- Die Risiken, die Mädchen und junge Frauen jedoch mit übermässigem Alkoholkonsum eingehen, beschränken sich nicht nur auf die unmittelbaren gesundheitsschädigenden Wirkungen des Alkohols. Sie sind unter Alkoholeinfluss auch stärker gefährdet, Opfer von Gewalt zu werden, unerwünschte sexuelle Kontakte einzugehen oder den Schutz vor ungewollter Schwangerschaft und sexuell übertragbaren Krankheiten zu vernachlässigen.¹⁸
- Im Vergleich zu Jungen konsumieren Mädchen deutlich mehr als Jungen häufiger psychoaktive Medikamente wie Schlaf- und Beruhigungsmittel oder entwickeln eher problematische Verhaltensweisen wie Essstörungen oder selbstverletzendes Verhalten.^{19, 20}
- Mädchen im Alter von 15 Jahren geben häufiger als gleichaltrige Jungen an, dass sie Alkohol trinken, um Probleme zu vergessen.²¹
- 22% der Mädchen (Jungen 8%) in der neunten Klasse gaben an, schon mindestens einmal einen sexuellen Übergriff erlebt zu haben, bei dem es zu körperlichem Kontakt kam.^{22, 23}

„In meiner Haut...“

Der Film richtet sich ebenfalls an Mädchen und greift die Themen Körperbild, Selbstwert und Schönheit auf. Als Mädchenspezifisch zeigt sich unter anderem:

- Mädchen haben generell ein viel kritischeres d.h. weniger gesundes Körperbild als Jungen.²⁴
- 57% der Mädchen im Alter von 15 Jahren möchten schlanker sein, 61% würden Teile ihres Körpers verändern und 20% unternehmen etwas um Gewicht zu verlieren.²⁵
- Je mehr Medien, welche ein Schönheitsideal von schlanken Mädchen und Frauen vermitteln, von Mädchen konsumiert werden, desto unzufriedener sind diese mit dem eigenen Körper.²⁶
- Mädchen und Frauen haben häufiger als Jungen und Männer die Sorge, nach einem Rauchstopp zuzunehmen.²⁷
- Psychoaktive Medikamente, Alkohol, Tabak oder Verhaltensweisen wie Essstörungen etc. können gemäss ihrer Wahrnehmung verschiedene Funktionen übernehmen: Sie helfen dabei, sich anzupassen, dienen als Mutmacher oder dienen der Gewichtsregulierung, erhöhen das Selbstwertgefühl und unterstützen bei der Bewältigung von Gewalterfahrungen.

„Ein Stress kommt selten allein“

Auch dieser Film nimmt eine Mädchenspezifische Perspektive ein. Er befasst sich mit Themen wie: Anforderungen von aussen, Erwartungen an sich selbst, sich davon distanzieren können und günstige Möglichkeiten der Stressbewältigung. Bei Mädchen spielen unter anderem folgende spezifischen Aspekte eine Rolle:

- Stresssignale wie Schlafprobleme, Gefühle der Niedergeschlagenheit, Kopf- und Bauchweh treten bereits bei 11-jährigen Mädchen häufiger auf als bei Jungen.²⁸



- Für mehr als die Hälfte der Mädchen (56%) sind Stress- und Überforderungserfahrungen Teil ihres Alltags. Als Hauptursache für Stress geben Mädchen die Schule an (66%), gefolgt von einer gleichzeitigen Häufung verschiedenster Anforderungen (64%) und dem Aussehen (27%).²⁹
- Mädchen, die sich gestresst oder gar sehr gestresst fühlen, sind weniger zufrieden mit ihrem Leben, fühlen sich weniger gesund und leiden eher unter verschiedenen psychischen Symptomen wie Traurigkeit, Zorn, schlechte Laune und Ängsten als gleichaltrige Mädchen.³⁰
- Stress in der Schule hängt mit einer grossen Leistungsorientierung zusammen. Diese Orientierung ist vornehmlich bei Mädchen verinnerlicht, d.h. dass Mädchen sich den Druck, erfolgreich zu sein, selbst auferlegen und dieser in ihrer Wahrnehmung nicht von aussen kommt. Gleichzeitig berichten Mädchen auch stärker als Jungen von Zukunftsängsten, woraus eine komplexe Situation entsteht, in welcher auch volle Leistungsbereitschaft nicht mit voraussichtlichen Erfolgen in Zukunft einhergehen muss.
- Mädchen gönnen sich im Vergleich zu Jungen weniger Ausgleich in Form von Ausgang, Hobbies und Sport. Sie handeln häufiger nach dem Motto „Augen zu und durch“ oder holen sich Hilfe bei Freundinnen und Familie. Zu hoher Druck und gefühlter Stress wirken sich negativ auf das Wohlbefinden aus.
- Substanzkonsum wird von Mädchen als Coping-Strategie selten verwendet. Verbreiteter sind ein gestörtes Essverhalten oder andere nach innen gerichtete schädliche Verhaltensweisen.

Bei den Ausführungen zu den drei an Mädchen gerichteten Filmen finden Sie im dritten Teil dieses Begleithefts Hinweise und Anregungen, wie Mädchen angesichts der erwähnten Herausforderungen gestärkt werden können.

„Typisch Mädchen – typisch Jungs!“

Der Film richtet sich an Mädchen und Jungen gleichermaßen und stellt das Thema Geschlecht in den Zusammenhang mit dem Umgang mit belastenden Situationen und Stress. Das zeigt sich unter anderem an folgenden Gegebenheiten:

- Die gesellschaftlichen Vorstellungen, wie Jungen und Männer oder Mädchen und Frauen zu sein und was sie zu tun haben, beeinflussen uns bewusst oder unbewusst. Den sozialen Erwartungen entsprechend reagieren Jungen und junge Männer eher mit Externalisierung z.B. in Form von aggressivem Verhalten, während Mädchen und Frauen zur Internalisierung tendieren. Mädchen empfinden beispielsweise häufiger Traurigkeit, Zorn, schlechte Laune und Ängste.³¹
- In der Schule werden mit dem Geschlecht verbundene Erwartungen wirksam, wenn (auch unbewusst) davon ausgegangen und erwartet wird, dass Mädchen im Lesen und Schreiben besser sind, während Jungen in Mathematik die Nase vorne haben.³²
- Die Berufswahl ist ebenfalls stark von Vorstellungen zur Geschlechterrolle beeinflusst. So wählen Jungen eher technische und naturwissenschaftliche Berufsrichtungen und Mädchen eher Berufe im Dienstleistungs-, Sozial- oder Gesundheitswesen.
- In Bezug auf Substanzen und problematische Verhaltensweisen werden Geschlechterstereotypen sichtbar, wenn Jungen Männlichkeit demonstrieren, indem sie möglichst viel Alkohol konsumieren oder wenn Mädchen eher legale Substanzen (z.B. psychoaktive Medikamente) einnehmen oder selbstverletzendes Verhalten zeigen.

Bei den Ausführungen zum Film im dritten Teil dieses Begleithefts finden Sie Hinweise und Anregungen, wie Mädchen und Jungen angesichts der erwähnten Herausforderungen gestärkt werden können.

2.2 Wirksamkeit gendersensibler Suchtprävention

Ausgangslage für die Filme und das pädagogische Begleitheft

Die in den Kurzfilmen angesprochenen Themen wurden aufgrund der aktuellen Erkenntnisse aus der Wissenschaft, in Zusammenarbeit mit Fachpersonen aus der Schul- und Jugendarbeit sowie zusammen mit Jugendlichen bestimmt. Diese Vorgehensweise ermöglichte es, realistische Szenen aus der Lebenswelt der Jugendlichen aufzugreifen und darzustellen. Die Filme sollen als Türöffner dienen für eine Auseinandersetzung mit genderspezifischen Herausforderungen und Bewältigungsstrategien im Jugendalter.

Merkmale einer wirksamen gendersensiblen Suchtprävention

- Werden Zielgruppen differenziert angesprochen, erhöht sich die Wirksamkeit präventiver Bemühungen. Die genderspezifische Ansprache der Jugendlichen sowie deren Bezugspersonen ermöglichen eine Auseinandersetzung mit geschlechtsrelevanten Themen.
- Präventionsaktivitäten müssen didaktisch über die kognitive Ebene der Wissensvermittlung hinausgehen und auch auf emotionaler Ebene wirken. Audiovisuelle Arbeitsmittel wie die vorliegenden Kurzfilme, welche einen interaktiven Austausch fördern, werden als besonders effektiv bewertet.
- Die Bereitschaft, etabliertes Verhalten zu hinterfragen und allenfalls zu ändern, ist im Zeitraum biographischer Veränderungen (z.B. zu Beginn der Pubertät) oder nach kritischen Ereignissen (z.B. Alkoholrausch) grösser. In den Filmen werden Situationen gezeigt, welche die Jugendlichen dazu anregen, ihr eigenes Konsum- und Risikoverhalten zu reflektieren. Der Ansatz, welcher in den Filmen verfolgt wird, greift männliche und weibliche Verhaltensweisen in Zusammenhang mit den Motiven und Ursachen von Substanzkonsum auf und ermöglicht eine Beschäftigung mit eigenen Rollenbildern und -modellen.
- Prävention ist dann besonders wirkungsvoll, wenn sie in den Lebensweltkontext der Jugendlichen eingebettet ist und deren Interessen entspricht. Die Filme wurden deshalb für den Einsatz in verschiedenen Settings konzipiert – Schule sowie Offene und Verbandsjugendarbeit. Die Wirksamkeit präventiver Bemühungen wird verstärkt, wenn es gelingt, verschiedene Akteure rund um die Jugendlichen einzubeziehen, z.B. die Schulsozialarbeit oder die Eltern.
- Programme, die die Lebenskompetenzen fördern, haben sich als wirksam erwiesen. Es geht dabei um die Vermittlung und das Training allgemeiner Lebensfertigkeiten wie Selbstwahrnehmung, Empathie, kritisches Denken, Stress- und Gefühlsbewältigung sowie der Fähigkeit, Entscheidungen zu treffen und Probleme zu lösen. Auch dafür können die Filme eingesetzt werden.
- Eine im Auftrag des Bundesamtes für Gesundheit BAG durchgeführte Studie kam zum Schluss: „Gendersensibles Arbeiten begünstigt das Erreichen der Zielgruppen, schafft bessere Bedingungen für Veränderungsprozesse, unterstützt dadurch Verhaltens- und Einstellungsänderungen und fördert die Zufriedenheit der Klientinnen und Klienten.“³³



3 ZUM UMGANG MIT DEN FILMEN UND MATERIALIEN

3.1 Vor dem Einsatz der Filme

Was es vor dem Einsatz der Filme und Materialien zu beachten gilt

- Führen Sie das Thema Sucht und Suchtmittelkonsum ein, bevor Sie die Filme zeigen. Es fällt den Jugendlichen dann erfahrungsgemäss leichter, den Bezug der Filme zu Sucht herzustellen. Sie können dies tun, indem Sie zuerst die Faktenblätter mit der Klasse oder Jugendgruppe bearbeiten. Weitere Hinweise, finden Sie z.B. unter shop.addictionsuisse.ch/de/schule/33-47-alles-klar-hbsc-2018.html
- Zeigen Sie anhand der aktuellen Zahlen auf, dass eine Mehrheit der Jugendlichen nicht oder nicht übermässig Substanzen konsumiert oder problematische Verhaltensweisen aufweist.
- Wenn immer möglich, arbeiten Sie zu zweit mit der Klasse oder Jugendgruppe. Eine männliche Bezugsperson arbeitet mit den Jungen und eine weibliche Bezugsperson mit den Mädchen. Gewinnen Sie dafür Mitarbeitende der Schulsozialarbeit, von Suchtpräventionsstellen oder Arbeitskolleginnen und -kollegen. Beim Film „Typisch Mädchen - typisch Jungs!“ können die beiden geschlechtergetrennten Gruppen zusammengeführt werden.
- Vermeiden Sie Wertungen. Es geht nicht darum, den Mädchen oder Jungen gewisse Verhaltensweisen abzutrainieren, sondern darum, einschränkende Rollenvorstellungen abzubauen und mehr Vielfalt in den Ausdrucksformen der eigenen Geschlechterrolle zu ermöglichen.
- Obschon es jungenspezifische und mädchenpezifische Filme gibt, können Sie alle Filme jeweils auch mit der anderen Geschlechtergruppe anschauen. Überlegen Sie sich, welche jungenspezifischen Filme Sie auch den Mädchen und welche mädchenpezifischen Filme Sie auch den Jungen zeigen und mit ihnen bearbeiten wollen. Vorschläge dazu finden Sie bei den einzelnen Filmen.

Meine eigenen Rollenbilder

Wichtige Voraussetzung für gendersensible Arbeit ist die persönliche Auseinandersetzung mit den eigenen Bildern von Weiblichkeit und Männlichkeit. Folgende Fragen zur Selbstbeobachtung in der Rolle der Moderatorin/des Moderators können als Vorbereitung hilfreich sein:

- Überlegen Sie gemeinsam mit Kolleginnen oder Kollegen, welche Muster Sie als Lehrerin/Lehrer, als Jugendarbeiter oder Sozialpädagogin, als Leitende in der Verbandsjugendarbeit an Jungen und Mädchen weitergeben.
- Wie viel Aufmerksamkeit erhalten Mädchen/Jungen von mir (Lob, Tadel, Blickkontakt, Aufforderungen)?
- Wie viel Initiative geht von Mädchen/Jungen aus (Fragen, Einwände, Antworten, Zwischenrufe)?
- Wie oft werden Mädchen/Jungen von mir oder von Mitschüler/innen/n unterbrochen?
- In welcher Form verbessere ich die von Mädchen und Jungen falsch gegebenen Antworten (argumentativ, autoritär)?



3.2 Medienpädagogische Hinweise

Die Auseinandersetzung mit den Filmen ermöglicht und vereinfacht es, die Situationen in den Filmen und viele weitere reale Situationen aus verschiedenen Blickwinkeln zu betrachten.



Methoden-Box:

Kurzbeschreibung

Filme wirken als Projektionsflächen für Wünsche und Vorurteile der Betrachtenden. Beim Nacherzählen des Kurzfilmes kann aufgezeigt werden, dass jeder Betrachter und jede Betrachterin unterschiedlich auf Bilder und Situationen reagiert und sie entsprechend interpretiert. Zu fragen: Was zeigt der Film? Was haben wir soeben gesehen? kann als Einstieg in die Auseinandersetzung mit dem Film und dem eigenen Erleben dienen. In einem zweiten Schritt können Sie die Jugendlichen dazu ermuntern, verschiedene Perspektiven einzunehmen: zu Beginn die Perspektive der FILMFIGUR und danach die ICH- und AUSSEN-Perspektive.

Perspektiven-Wechsel

Der Wechsel zwischen ICH-Perspektive, FILM-Perspektive und AUSSEN-Perspektive ermöglicht:

- Sich in andere hineinzusetzen.
- Sein eigenes Verhalten im Vergleich mit anderen zu sehen.
- Festzustellen, was einem selbst wichtig ist und was man nicht kann, wo man stark ist und wann man sich unwohl fühlt.

Halbzeit

Stoppen Sie nach der ersten Szene den Film und stellen Sie die Frage: Wie könnte sich die Situation weiterentwickeln? Diskutieren Sie verschiedene Varianten (bei den jungen- und Mädchenspezifischen Filmen möglich).

Schlüsselmomente

Fragen Sie nach Situationen im Film, welche Aufmerksamkeit auf sich ziehen. Welches sind für dich die wichtigsten Momente im Film?

Verbinden Sie die Suche nach Schlüsselmomenten mit einem (thematischen) Beobachtungsauftrag: Achtet auf alle Situationen, bei denen jemand vor eine Entscheidung gestellt wird. Worum geht es bei der Situation? Wie entscheidet sich die Person? Weshalb? Was würdet ihr machen?

Merkmal-Suche

Fordern Sie die Jugendlichen auf, in den Filmen nach sichtbaren Merkmalen zu suchen: Bspw. Stärken und Schwächen der Filmfiguren / positive und negative Wirkung von psychoaktiven Substanzen / Wie stehen die Filmfiguren zueinander? (Freunde, Kolleginnen und Kollegen, Liebespaar)

Jugendliche achten in einem zweiten Schritt auf unsichtbare Merkmale: Bspw. Motive, Konsumtypen, Risikotypen, Konsummuster. Aus welchen Gründen entscheiden sich die Filmfiguren für oder gegen einen Konsum? Welche Risiken gehen die Filmfiguren ein?

3.3 Die sieben Filme im Überblick

Aufbau der Filme:

Jeder Film besteht aus zwei Szenen, welche jeweils nach demselben Prinzip ablaufen. In der ersten Szene wird eine alltägliche Situation gezeigt, in der sich ein Mädchen oder ein Junge befinden kann. Die Szene spitzt sich zu, indem die Hauptfigur immer näher an den Betrachter herangezoomt wird – bis auf Augenhöhe, dann kommt ein Schnitt. Die zweite Szene beginnt mit derselben Einstellung mit Fokus auf dem Gesicht der Hauptfigur, schnell wird aber klar, dass sich diese nun in einer komplett anderen Situation befindet. Es wird von der Hauptfigur weggezoomt, die Szene entwickelt sich weiter, bis der Film mit einer direkten Frage zum Gezeigten endet.

| | |
|--|--|
| <p>Film 1 </p> <p>Themen Gruppendruck, Dazugehören, Anerkennung finden</p> |  |
| <p>Film 2 </p> <p>Themen Geschlechterrolle, Geschlechtsidentität, Männlichkeiten</p> |  |
| <p>Film 3 </p> <p>Themen Opfer sein, verschiedene Perspektiven einnehmen, darüber reden</p> |  |
| <p>Film 4 </p> <p>Themen Abgrenzung, Nein-Sagen (in Beziehungen), Selbstbewusstsein</p> |  |
| <p>Film 5 </p> <p>Themen Körperbilder, Schönheitsideale, Geschlechterrolle</p> |  |
| <p>Film 6 </p> <p>Themen Leistungsdruck und Stress thematisieren, Coping- Strategien kennenlernen</p> |  |
| <p>Film 7  </p> <p>Themen Voneinander lernen im Umgang mit Belastungen</p> |  |



3.4 Nutzung der Filme in verschiedenen Settings

Wie bereits erwähnt, sind die Filme und Materialien in verschiedenen Settings und für unterschiedliche Zielgruppen einsetzbar. Im Folgenden finden Sie Ausführungen zu den Settings: Schule, Offene Jugendarbeit, Verbandsjugendarbeit und Elternarbeit.

3.4.1 Schule

Dieses Lehrmittel richtet sich nach den Grundsätzen des Lehrplans21 und Bildung für Nachhaltige Entwicklung (BNE).

Lehrplan21:

Das Lehrmittel ist kompetenzorientiert. Der Einbezug der Lebenswelt der Jugendlichen, aktivierende Aufgabenstellungen und das Nachdenken über das eigene Lernen werden in den Filmen sowie in den Vorschlägen zur Umsetzung berücksichtigt, erläutert und gefördert.

Mehrere fächerübergreifende Themen des Lehrplans21, welche unter der Leitidee Nachhaltige Entwicklung stehen, werden in den Kurzfilmen angesprochen: Gesundheit, Geschlecht und Gleichstellung, Politik, Demokratie und Menschenrechte. Weiter finden sich mögliche Bezüge, welche von diesen Themen aus zum Fachbereichslehrplan Natur, Mensch, Gesellschaft (NMG) gemacht werden können: mehr Informationen dazu unter www.lehrplan21.ch

Bildung für Nachhaltige Entwicklung (BNE):

Um den Unterricht bezogen auf die Leitidee einer Nachhaltigen Entwicklung zu planen und durchzuführen, empfiehlt sich die Orientierung an den folgenden didaktischen Prinzipien: Zukunftsorientierung, vernetzendes Lernen und Partizipation. Das vorliegende Lehrmittel bietet Umsetzungsbeispiele dazu.

Die Unterrichtsvorschläge orientieren sich zudem an den Kompetenzen, wie sie die Bildung für Nachhaltige Entwicklung fordert. Mehr Informationen dazu: www.education21.ch/sites/default/files/uploads/pdf-d/bne/kompetenzen/Kompetenzen_erlaeutert_Spider_2018.pdf

Sie sind:

Eine Lehrperson: Sie kennen Ihre Klasse am besten und wissen, welche Filme Sie zeigen und wie Sie diese einsetzen möchten. Fühlen Sie sich nicht sicher genug, gewisse Themen anzusprechen, können Sie evtl. der/die SchulsozialarbeiterIn, ein/e Themenverantwortliche/r in Ihrer Schule oder eine Fachperson der zuständigen Suchtpräventionsstelle unterstützen.

Eine/Ein Themenverantwortliche/r: Dieses Begleitheft bietet Ihnen Hintergrundinformationen, ein Argumentarium sowie konkrete Unterrichtsvorschläge zum Einsatz der Filme. Unterstützen Sie die Lehrpersonen fachlich bei der Auseinandersetzung mit dem Thema und didaktisch bei der Umsetzung im Unterricht.

Ein/e Schulsozialarbeiter/in: An der Schnittstelle von Sozialarbeit und Schule befinden Sie sich in einer guten Situation, um Jugendliche und Lehrpersonen gleichermaßen für Herausforderungen, Belastungen und Bewältigungsstrategien zu sensibilisieren.



3.4.2 Offene Jugendarbeit

Jugendliche geben an, dass sie besonders viel Vertrauen zu Jugend- und Sozialarbeitenden haben. Diese Voraussetzung ist für die Arbeit mit persönlichen und vielleicht vertraulichen Themen ein grosser Vorteil.

Wenn Sie in der Offenen Jugendarbeit tätig sind, kennen Sie die Eigenheiten und Rahmenbedingungen in diesem Setting selber am besten. Die Jugendlichen kommen in ihrer Freizeit in die Jugend- oder Quartiertreffpunkte – was eine ganze Reihe an Konsequenzen für die Arbeit an einem Thema sowie an einer Filmvorführung mit sich bringt.

Schenken Sie dem Beginn der Filmvorführung besondere Aufmerksamkeit. Wir empfehlen eine kurze Einstimmungsübung durchzuführen, bevor der erste Film gezeigt wird. Dies ermöglicht, die Konzentration der Jugendlichen zu bündeln und ihnen die Möglichkeit zu geben, den Raum zu verlassen, wenn sie kein Interesse am Thema haben oder nicht in Stimmung sind.

3.4.3 Verbandsjugendarbeit

Der Einsatz der Materialien ist an unterschiedliche Rahmenbedingungen und Zielgruppen anpassbar. Es ist entscheidend, ob es sich um einen Leiter- und Leiterinnenkurs handelt, um eine Gruppenübung oder die Vorführung in einem Lager. Je nachdem kann unterschiedlich tief auf das Thema eingegangen werden:

- Wenn Sie nur wenig Zeit haben, sich in das Thema einzulesen, finden Sie Zusammenfassungen zu den einzelnen Filmen in den Faktenblättern
- Möchten Sie sich tiefer mit der Thematik auseinandersetzen, finden Sie Anregungen zum Einsatz der Filme unter -> Vorschläge zum Einsatz der Filme
- Bereiten Sie das Thema für einen Leiterinnen- oder Leiterkurs vor, empfehlen wir Ihnen das ganze Heft mit allen Hintergrundinformationen zu lesen.



3.4.4 Elternarbeit

Die Kurzfilme können und sollen auch in der Elternarbeit eingesetzt werden. Wie bereits im Kapitel 2.2 erwähnt, wird die Wirksamkeit von gendersensiblen Präventionsmassnahmen erhöht, wenn Bezugspersonen von Jugendlichen aus verschiedenen Settings einbezogen werden. Hier zwei Vorschläge für eine Veranstaltung mit Eltern:

Meine eigene Pubertät (Zeitbedarf ca. 40 min.)

- Beginnen Sie mit einer kurzen Einführung zu den Themen der Filme „Voll stark!“ und „In meiner Haut...“ (Was ist ein richtiger Mann, Rollenvorstellungen von Männlichkeiten bei den Jungen sowie Körperbild, Selbstwert und Schönheit bei den Mädchen) und zeigen Sie den Zusammenhang dieser Themen mit Suchtentwicklungen auf.
- Anschliessend zeigen Sie die beiden Filme.
- Fordern Sie die Eltern auf, sich in gleichgeschlechtlichen Zweiergruppen auszutauschen und dabei jede der folgenden Fragen mit einem neuen (wenn möglich gleichgeschlechtlichen) Gegenüber zu diskutieren:
 - a. Was ist mir beim Mädchenspezifischen Film aufgefallen und was beim Jungenspezifischen?
 - b. Welche Erinnerungen habe ich an meine Pubertät? Wie habe ich meine Pubertät erlebt?
 - c. Wie war das Verhältnis zu meiner Mutter? Wo hat sie mich unterstützt? Was war hilfreich?
 - d. Wie war das Verhältnis zu meinem Vater? Wo hat er mich unterstützt? Was war hilfreich?

Fazit im Plenum: Wo haben mich mein Vater / meine Mutter hilfreich unterstützt und wie nutze ich dies in der Erziehung meiner Kinder?

Eltern und Jugendliche – neu zusammengewürfelt (Zeitbedarf ca. 60 Minuten)

Sie haben mit der Klasse oder der Jugendgruppe die Umsetzungsvorschläge zu den Filmen „Ich...und die anderen“ und „Bis hierher...“ bearbeitet und die Mädchen und Jungen haben dazu die vorgeschlagenen Rollenspiele durchgeführt. Nun laden Sie die Eltern und die Jugendlichen gemeinsam zu einem Elternabend ein. Stellen Sie Tische und Stühle im Raum so auf, dass die Eltern in kleinen Gruppen (max. 5 Personen) zusammensitzen können.

- Beginnen Sie mit einer kurzen Einführung zu den Themen der beiden Filme (Gruppendruck, Anerkennung finden bei den Jungen sowie Abgrenzung, Nein sagen können bei den Mädchen) und deren Zusammenhang mit Suchtentwicklungen.
- Anschliessend zeigen Sie die beiden Filme.
- Fordern Sie dann die Mädchen und die Jungen auf, ihr Rollenspiel zu zeigen.
- Danach sollen sich die Mädchen und Jungen an die Tische begeben, jedoch nicht zu den eigenen Eltern. Damit eröffnet sich den Eltern und Jugendlichen die Möglichkeit, viele Fragen einmal mit „fremden“ Eltern resp. Jugendlichen zu diskutieren.
- Sie können an den einzelnen Tischen die gleichen oder unterschiedliche Fragen diskutieren lassen, z.B. Was glauben wir als Vater/Mutter, wünschen sich Töchter resp. Söhne von ihren Eltern? Was wünschen sich die anwesenden Mädchen und Jungen von ihren Eltern? Was können Mütter, was Väter tun, um ihre Töchter oder Söhne bei Problemen mit den angesprochenen Themen zu unterstützen?

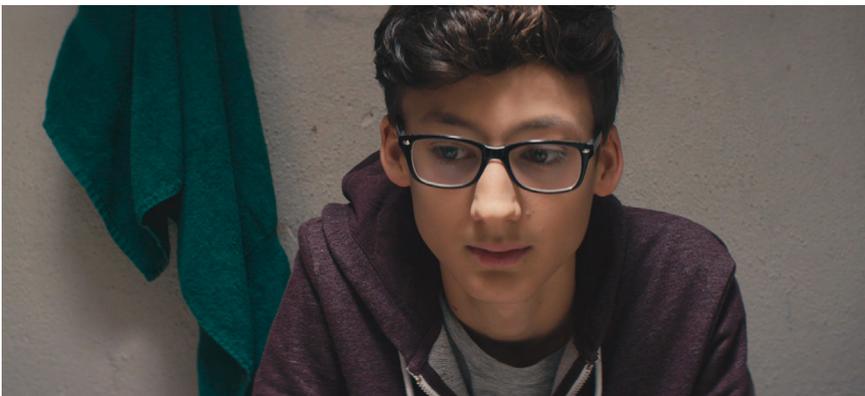


FILM 1 „ICH...UND DIE ANDEREN“

Informationen zum Film

Übergeordnete Ziele:

- Jungen können besser mit Gruppendruck umgehen.
- Jungen kennen für sich verschiedene Möglichkeiten, Anerkennung zu finden.
- Jungen setzen sich mit den Konsequenzen ihres Verhaltens auseinander.



Zusammengefasst: Der erste Film behandelt das Thema Gruppendruck. Ein Junge – Dominic – möchte seinen Klassenkameraden beweisen, dass er kein Feigling ist, schlägt an der Party einer Mitschülerin über die Stränge und betrinkt sich bis zur Bewusstlosigkeit.

Szene 1: Die Szene spielt in einer Umkleidekabine. Fünf Jungs ziehen sich nach dem Sport um. Einer fragt, wer am Abend alles an die Party von Lara komme. Als Dominic sagt, er käme auch, lachen die anderen nur. Einer der Jungs prahlt damit, dass er seinem Vater eine Flasche Alkohol gestohlen habe, die er am Abend mitbringen will. Die anderen sind beeindruckt. Ein Junge sagt zu Dominic, dass er sich ja eh nicht zu kommen getraue, die anderen machen sich über ihn lustig und verspotten ihn als feiges Huhn. Dominic geht das sichtlich nahe.



Szene 2: Die Party, ein Wohnzimmer. Zoom auf Dominic. Er liegt bewusstlos am Boden vor dem Sofa, man sieht, dass er sich übergeben musste. Im Zimmer herrscht Chaos, überall liegen Flaschen herum, man hört laute Musik, die anderen Jugendlichen sind betrunken. Dann hört und sieht man Blaulicht und Polizeisirenen. Ein Junge geht zu Dominic und versucht, ihn zu wecken und vor den „Bullen“ zu warnen, dieser reagiert aber nicht. Alle verlassen den Raum, zum Teil hektisch zum Teil lachend und angetrunken. Dominic bleibt allein zurück. Man hört seine Gedanken aus dem Off: „**Ich möchte halt dazugehören. Was hättest denn du gemacht?**“



Themen, die der Film anspricht

Empfehlungen zur Unterstützung/Stärkung

Umgang mit Gruppendruck

Der Druck in der Peer-Gruppe ist für manche Jungen sehr hoch, was sie jedoch kaum zeigen. So werden mehrheitlich Jungen Opfer destruktiver Gruppendynamik.

Nicht dazugehören oder anerkannt zu werden, ist sehr belastend und kann ein Risikofaktor für eine Suchtentwicklung sein.

Jungen beginnen oft in der Gruppe, Substanzen zu konsumieren.

- Reflektieren Sie mit den Jungen zusammen, in welchen Situationen sie sich gut und selbstbewusst fühlen und in welchen sie überfordert und hilflos sind.
- Wenn ein Junge in seiner Clique gefoppt wird, weil er nicht gerne Alkohol trinkt, so bestärken Sie ihn in seiner Meinung und besprechen Sie mit ihm, wie er sich wehren kann, ohne die anderen zu verletzen.
- Thematisieren Sie die Wichtigkeit von Verbündeten, wenn es in einer Gruppe brenzlich wird: Wenn man sich nicht traut, in einer Gruppe seine Meinung zu äussern, hilft es, einen Verbündeten zu suchen. Oft denken nicht alle Mitglieder der Gruppe dasselbe.

Teil einer Peer-Group sein

Zu einer Gruppe zu gehören ist für Jungen ungemein wichtig, sie fühlen sich in Gruppen stark und sicher. Um dabei zu sein und dazuzugehören, müssen sie jedoch etwas leisten – auffallen, frech sein oder eine Mutprobe bestehen.

- Bringen Sie unausgesprochene Erwartungen und Regeln von Gruppen zur Sprache: Als Mitglied einer Gruppe hat man oft das Gefühl, dass die Gruppe etwas von einem erwartet/ dass ein bestimmtes Verhalten zulässig oder unzulässig ist/ dass von der Gruppe Druck auf das eigene Verhalten ausgeübt wird.
- Helfen Sie ihnen, sich in verschiedenen Rollen wahrzunehmen bspw. in der Rolle des Täters, des Mitläufers, des Opfers oder in der Rolle als Unterstützender für den Schwächeren.

Umgang mit den Konsequenzen eines Verhaltens

Jungen wissen oft Bescheid über Risiken und vergleichen diese mit dem Nutzen. Riskantes Handeln kann nicht ausschliesslich damit begründet werden, dass die Jugendlichen die Konsequenzen falsch einschätzen. Ein Grund für riskantes Verhalten liegt in der Suche nach Aufmerksamkeit, die Jungen wollen von gleichaltrigen Jungen und Mädchen bewundert werden und nehmen dafür mögliche negative Konsequenzen in Kauf. Sie versuchen, die Grenzen eines bestimmten Verhaltens zu erfahren und kosten neue Freiheiten aus.

- Ermuntern Sie die Jugendlichen, über ihr Risikoverhalten nachzudenken: In welchem Verhältnis stehen Risiken, Konsequenzen und der Gewinn an spannenden, allenfalls neuen Erfahrungen?

Aufbau von Konsumkompetenz

Das Hineinwachsen in die Konsumkultur einer Gesellschaft gehört zu den unumgänglichen kollektiven Entwicklungsaufgaben.

Jugendlicher Risikokonsum kann den Einstieg in suchtriskanten Konsum und Selbstschädigung darstellen, ist aber häufig als Phase im Rahmen der Bewältigung von altersspezifischen Entwicklungsaufgaben zu sehen.

- Regen Sie mit altersangemessenen Übungen zur Selbstreflexion über Konsummuster an (siehe medienpädagogische Hinweise und Umsetzungsvorschläge).
- Zeigen Sie anhand der aktuellen Zahlen auf, dass eine Mehrheit der Jugendlichen nicht oder nicht übermässig Substanzen konsumiert oder problematische Verhaltensweisen aufweist. Siehe dazu: Zahlen und Fakten zum Film „Ich...und die anderen“ sowie Weiterführende Themen und Hinweise.

Vorschläge zum Einsatz des Films „Ich...und die anderen“

A. Arbeit mit dem Film

Jungen können besser mit Gruppen-
druck umgehen.

B. Rollenspiele

Jungen werden sich der eigenen
Emotionen und Gedanken bewusst, Empa-
thie und Fähigkeit zu Perspektivenwechsel
werden gefördert.

Jungen setzen sich mit den Konsequenzen
ihres Verhaltens auseinander.

C. Arbeit mit dem Film

Die Mädchen setzen sich mit den
im Film gezeigten Herausforderungen und
Bewältigungsstrategien auseinander.

Die Mädchen reflektieren ihr eigenes Ver-
halten in ähnlichen Situationen.

Wie umsetzen? ca. 45 Min

10' Halbzeit

Film nach der ersten Szene in der Garderobe
stoppen. Zwei Fragen an die Jungs: Was passiert
jetzt mit Dominic? Vermutungen sammeln.
Anschliessend fragen: Was würdest du an seiner
Stelle tun?

10' Kurzbeschreibung

Zweite Szene des Films zeigen. Frage an die
Jungs: Was habt ihr gesehen? Was ist passiert?

5' Schlüsselmomente

Ganzen Film evtl. ein zweites Mal schauen.
Beobachtungsauftrag: Achtet darauf, wie die Film-
figuren zueinander stehen.

15' Perspektiven-Wechsel

Mögliche weitere Fragen: Wie geht es nun weiter?
Konsequenzen für Dominic? Konsequenzen für die
anderen? Was würdet ihr an Stelle der anderen
Jugendlichen tun?

5' Abschluss der Lektion

Würdigung des Gesagten. Zusammenfassung.

Wie umsetzen? ca. 45 Min

30' Rollenspiel 1

Zeigen Sie den Film. Danach bilden die Jungen
Vierergruppen, jeder spielt einmal die Rolle
von Dominic. Die anderen drei versuchen, ihn
zu provozieren, fordern ihn heraus (wie Szene
in der Umkleidekabine). Einer der drei anderen
übernimmt die Führung, ein zweiter macht mit
und der dritte beobachtet (greift einmal nicht ein,
einmal ist er Mitläufer und einmal versucht er,
Dominic zu unterstützen).

Der Schüler, der Dominic spielt, versucht, sich mit
Worten zu wehren, für sich einzustehen.

Fragen

Wie fühlt es sich an in der Rolle als Dominic? Was
kann ich sagen, wie kann ich für mich einstehen?
Wo sind meine Grenzen? Muss ich mich immer
beweisen? Ist es möglich, darüberzustehen, sich
nicht von anderen beeinflussen zu lassen?

Wie fühlen sich die anderen in der Gruppe? Was
macht es für einen Unterschied, wenn der Dritte
nur beobachtet, mitmacht oder für das „Opfer“
Partei ergreift?

Beschreibt mögliche Konsequenzen, die Dominic
nun tragen muss (2. Szene). Bspw. Konfrontation
mit der Polizei, mit seinen Eltern.

15' Rollenspiel 2

Montag nach der Party in der Schule. Dominic
trifft auf die anderen. Was kann er ihnen sagen?
Fühlen sich die anderen verantwortlich?

Wie umsetzen? ca. 30 Min

10' Halbzeit

Film nach der ersten Szene in der Garderobe
stoppen. Zwei Fragen an die Mädchen: Was pas-
siert jetzt mit Dominic? Vermutungen sammeln.
Anschliessend fragen: Was würdet ihr an seiner
Stelle tun?

10' Kurzbeschreibung

Zweite Szene des Films zeigen. Frage an die Mäd-
chen: Was habt ihr gesehen? Was ist passiert?

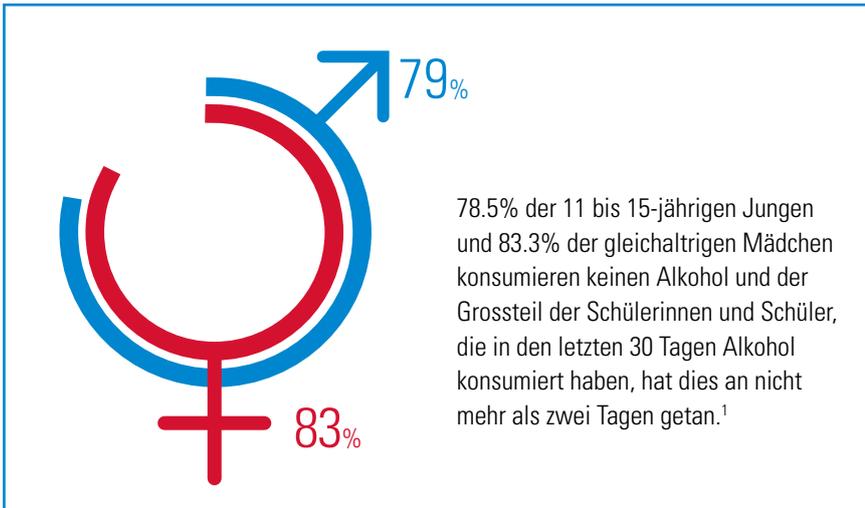
10' Perspektiven-Wechsel

Mögliche weitere Fragen: Habt ihr schon solche
Szenen beobachtet? Seid ihr selber schon einmal
in eine ähnliche Situation geraten? Was würdet
ihr an Stelle der anderen Jugendlichen tun? Wie
könnte Dominic unterstützt werden?

D. Zahlen und Fakten zum Film „Ich...und die anderen“ ♂

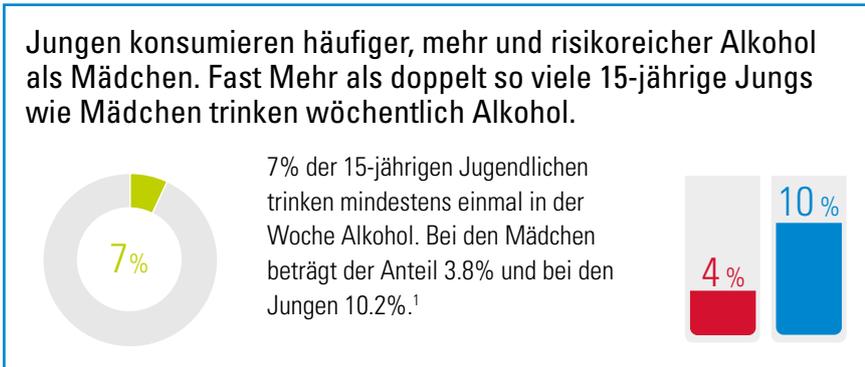
Generell gilt:

Die Mehrheit der Jugendlichen in der Schweiz trinkt keinen Alkohol oder hat nur vereinzelte Erfahrungen damit. Und übrigens: Der Verkauf und die Abgabe von Bier und Wein an unter 16-Jährige ist verboten. Für Spirituosen und Alcopops gilt die Altersgrenze von 18 Jahren.



„Ein richtiger Mann muss schon ein paar Gläser vertragen können.“

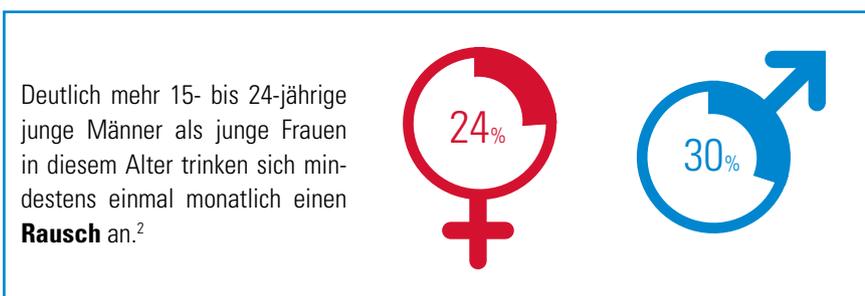
„Wer nicht trinkt, ist kein richtiger Mann.“



Aufgabe

In Zweiergruppen Sätze besprechen anhand der folgenden Fragen und dann im Plenum diskutieren.

- Stimmen diese Aussagen? Bist du damit einverstanden?
- Warum, denkst du, trinken Jungs mehr als Mädchen?
- Was ist für dich ein „richtiger Mann“?



WESHALB IST DAS SO?

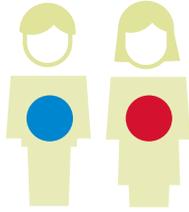
- > Mädchen vertragen Alkohol aufgrund ihrer körperlichen Unterschiede in der Regel weniger gut als Jungen.
- > Jungen benutzen Alkohol auch als Mittel, um als cool zu gelten und Stärke zu zeigen.
- > Bei Mädchen wird übermässiger Alkoholkonsum negativer bewertet.
- > Jungen trinken öfter, um eine gute Zeit zu haben, Mädchen um Probleme zu vergessen.



INFORMATIONEN FÜR LEHR- UND LEITUNGSPERSONEN



Männer haben durchschnittlich einen geringeren Körperfettanteil und einen höheren Körperwasseranteil als Frauen.



Frauen haben im Verhältnis zum Körpergewicht durchschnittlich mehr Körperfett und weniger Körperwasser als Männer.

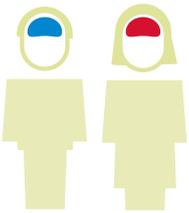
Alkohol hat nicht die gleiche Wirkung auf den Körper von Frauen und Männern.



Alkohol löst sich in Wasser besser als in Fett, darum führt die gleiche Menge konsumierten Alkohols bei Frauen zu einer höheren Alkoholkonzentration im Blut als bei Männern. Frauen vertragen Alkohol also in der Regel weniger gut als Männer.



Den sozialen Erwartungen entsprechend reagieren Jungen und Männer bei Stress und Belastungen eher zu Externalisierung z.B. in Form von Wutausbrüchen, aggressivem Verhalten.
Viel Alkohol trinken kann als cool gelten und Stärke sowie Männlichkeit demonstrieren.
Trinken ist gesellschaftlich akzeptierter bei Männern.



Jungen und Mädchen werden unterschiedlich sozialisiert und stehen vor verschiedenen Entwicklungsaufgaben



Mädchen und Frauen tendieren bei Stress und Belastungen eher zu Internalisierung und reagieren mit Traurigkeit, Ängsten, Scham- und Schuldgefühlen.
Sie entwickeln dementsprechend eher weniger sichtbare und unauffälligere Süchte (z.B. Medikamente) oder problematische Verhaltensweisen (z.B. Essstörungen).
Übermässiger Alkoholkonsum wird bei Mädchen negativer bewertet und die Stigmatisierung ist viel deutlicher.



Jungen geben eher als Mädchen soziale Motive für den Alkoholkonsum an, z.B. „weil es dann lustiger wird, wenn ich mit anderen zusammen bin“ oder „weil ich gerne zu einer bestimmte Clique dazugehören will.“¹



Mädchen und Jungen geben unterschiedliche Gründe an, warum sie Alkohol konsumieren.



Mädchen geben häufiger als Jungen an, dass sie Alkohol trinken, um Probleme zu vergessen.

Von beiden Geschlechtern werden am meisten soziale Motive genannt (Peer-Gruppe, Gruppendruck, „Um die Party besser zu geniessen“).

Quellen

¹ Delgrande Jordan, M., Schneider, E., Eichenberger, Y., & Kretschmann, A. (2019). Substanzkonsum bei Schülerinnen und Schülern in der Schweiz im Jahr 2018 und Trend seit 1986 - Resultate der Studie "Health Behaviour in School-aged Children" (HBSC) (Forschungsbericht Nr. 100). Lausanne: Sucht Schweiz.

² Bundesamt für Statistik (2019). Alkoholkonsum 2017. Neuchâtel, BFS

Weiterführende Themen und Hinweise

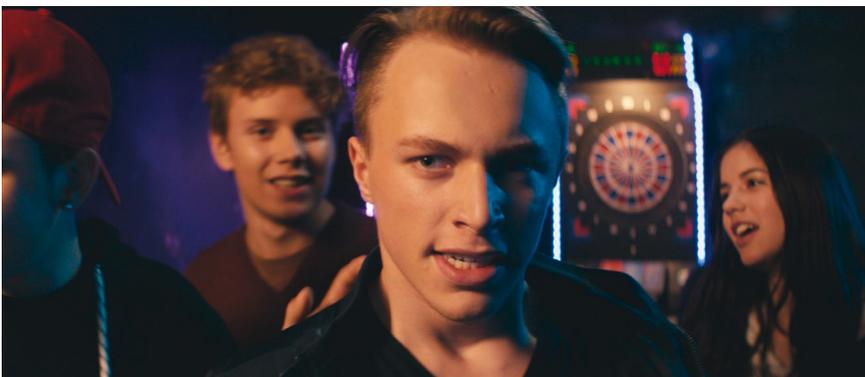
| Thema | Link |
|--------------------------------|--|
| Dazugehören | www.young-direct.it/de/freunde/lesen/dazugehoeren-um-jeden-preis |
| Gruppendruck | www.be-freelance.net -> Umgang mit Druck |
| Konsummotive | Unterrichtsmaterial zu Alkohol: shop.addictionsuisse.ch/de/schule/189-422-heft-nr-6-warum-konsumiert-man-alkohol-gruende-und-motive.html www.be-freelance.net -> Tabak, Alkohol, Cannabis |
| Konsumkompetenz | bayern.jugendschutz.de/default-wAssets/Dokumente/Downloads/Konsum-Kompass-Spielanleitung.pdf |
| Risikokompetenz | www.schulenmobil.at/start.asp?ID=148&b=27 |
| Mobbing: Opfer / Täter | www.feel-ok.ch -> Konflikt, Krise -> Gewalt |
| Mobbing: Unterrichtsvorschläge | www.bpb.de/shop/lernen/themenblaetter/157343/mobbing-in-der-schule |
| LGBTIQ+ | milchjugend.ch/fachpersonen www.sexuelle-gesundheit.ch -> Shop -> Coming out – Mittendrin www.pinkcross.ch/de |
| Sexueller Übergriff | www.skppsc.ch/de/themen/sexuelle-uebergriffe/sexuelle-uebergriffe-missbrauch |

FILM 2 „VOLL STARK!“

Informationen zum Film

Übergeordnete Ziele:

- Starre Rollenbilder werden aufgeweicht.
- Das eigene männliche Rollenbild wird erweitert.
- Jungen kennen für sich verschiedene Möglichkeiten, Anerkennung zu finden.



Zusammengefasst: Man sieht Luc, einen Jungen, in zwei völlig verschiedenen und vermeintlich gegensätzlichen Situationen. Zuerst mit seinen Freunden, wo er die Rolle des „starken Mannes“ spielt, der zuschlagen kann und dann als fürsorglicher Enkel, der sich rührend um seine Grossmutter kümmert.

Szene 1: Die erste Szene spielt in einer Spielhalle. Ein paar Jugendliche feuern Luc an, er schlägt mit voller Kraft auf eine Boxbirne (Boxsimulator) ein. Und wirft dann einen selbstbewussten Blick in die Runde, die anderen sind begeistert.



Szene 2: Man sieht Luc, dieses Mal sitzt er zu Hause an einem Tisch. Er hat einen Löffel mit Brei in der Hand, er pustet, damit der Brei abkühlt. Die Kamera zoomt weiter heraus und man sieht, dass er nicht allein am Tisch sitzt. Neben ihm ist seine Grossmutter, ihr Blick wirkt leer. Luc füttert sie. Dabei ist er sehr aufmerksam, legt seine Hand sanft auf ihren Arm und sagt ihr, sie solle ihren Mund aufmachen. Die Grossmutter isst, Luc lobt sie auf zärtliche Art.

Dann hört man ihn aus dem Off fragen: **„Was ist denn für dich ein richtiger Mann?“**



Themen, die der Film anspricht

Empfehlungen zur Unterstützung/Stärkung

Identitätsbildung/ Geschlechterrolle

Jungen sind im Laufe ihrer Identitätsentwicklung mit stereotypen Männlichkeitsbildern konfrontiert. Typisch männliche Merkmale sind bspw. Risikofreude, Aggressivität oder Alles-im-Griff-haben. Zu den „traditionellen“ Männlichkeitsbildern kommen heute neue, welche mit den alten konkurrieren, wie Fürsorge, Sanftheit, Emotionalität. Die Anforderungen an moderne Männlichkeiten sind komplizierter und ambivalenter geworden.

- Erinnern Sie sich: es geht nicht darum, den Jungen die sogenannten männlichen Eigenschaften abzutrainieren, sondern sie zu unterstützen, die männliche Rolle zu erweitern.
- Fördern Sie das Bewusstsein der Jungen für ihre Vorbilder, damit sich die Jungen mit Rollenmodellen identifizieren oder sich von ihnen abgrenzen können.
- Fragen Sie nach, ob die Jungen männliche Bezugspersonen im Alltag haben. Wenn der Vater auch im Alltag präsent ist, umso besser, aber es kann auch ein Pate, ein Grossvater oder ein Trainer sein.
- Achten Sie darauf, Jungen nicht nur für „klassische“ Leistungen zu loben, sondern z.B. auch, wenn sie sich gut entspannen können oder wenn es ihnen gelingt, ihre Gefühle wahrzunehmen und auszudrücken.

Männlichkeit und Konsum (siehe auch Film „Ich...und die anderen“)

Der Konsum von psychoaktiven Substanzen (z.B. Alkohol oder illegale Drogen) und das Eingehen von Risiken können dazu dienen, sich als männlich darzustellen und eine Funktion für die Erfüllung dieses Rollenbildes übernehmen.

- Hinterfragen Sie mit den Jungen zusammen „typisch männliche“ Verhaltensweisen. Muss ein „richtiger“ Mann viel vertragen können? Muss er hoch riskante Sportarten ausüben?
- Suchen Sie gemeinsam mit den Jungen nach Möglichkeiten, Anerkennung zu finden, welche nicht mit dem Konsum von Substanzen oder riskanten Verhaltensmustern zusammenhängen.

Vorschläge zum Einsatz des Films „Voll stark!“

A. Arbeit mit dem Film

Aufweichen von starren Stereotypen.

Erweitern des eigenen männlichen Rollenbilds.

B. Rollenspiel

Ein differenziertes Bild von verschiedenen Männlichkeiten haben.

Bewusstsein schaffen, dass man je nach Situation eine andere Rolle hat

C. Arbeit mit dem Film

Mädchen setzen sich mit ihren eigenen Vorstellungen zu Männlichkeit auseinander.

Wie umsetzen? ca. 40 Min

10' Kurzbeschreibung

Film zeigen. Frage an die Jungen: Was habt ihr gesehen? Was ist passiert? Der Film kann auch ein zweites Mal gezeigt werden, mit dem Auftrag, genau hinzuschauen und sich zu merken, was im Film passiert.

15' Zuordnen von Stereotypen

Aussagen auf Zetteln (siehe Kopiervorlagen im Anhang) verteilen: Auf den Zetteln stehen Aussagen zu: Was ein richtiger Mann tut / ist / sagt / weiss / fühlt und zu Was ein richtiger Mann nicht tut / ist / sagt / weiss / fühlt. Jeder Junge muss seine vier Zettel spontan an der Tafel zuordnen zu stimmt / stimmt nicht.

10' Diskussion

Womit resp. mit welchen zwei Zuordnungen seid ihr überhaupt nicht einverstanden, mit welchen zwei Zuordnungen sehr einverstanden? Evtl. zu zweit diskutieren und dann zwei rote (nicht einverstanden) und zwei grüne (einverstanden) Klebepunkte den gewählten Aussagen zuteilen. Diskussion über die Aussagen, die am meisten Zustimmung und am meisten Ablehnung erhalten haben.

5' Abschluss der Lektion

Würdigung des Gesagten. Zusammenfassung.

Wie umsetzen? ca. 40 Min

10' Rollenspiel

Die Jungen sollen sich unterschiedliche Situationen aus ihrem Alltag überlegen. Situationen, in denen sie verschiedene Rollenbilder erfüllen (z.B. im Ausgang mit Freunden, beim Sport, in der Familie, mit ihren jüngeren Geschwistern, mit ihrer/ihrer Freundin/Freund, allein).

20' In Kleingruppen

Die Jungen sollen zwei „gegensätzliche“ (wie im Film) Situationen auswählen und diese der Klasse vorspielen.

10' Fragen

In welcher Situation sind welche Eigenschaften eines Mannes gefragt?

- Lassen sich alle vereinbaren?
- Sind alle Situationen authentisch / echt?
- Fühlen sie sich in allen Situationen wohl?

Wie umsetzen? ca. 25 Min

10' Einzelarbeit

Frage an die Mädchen: Was ist für mich ein richtiger Mann?
Notiere auf fünf Post-it, was für dich typisch für einen Jungen oder einen Mann ist.

10' Diskussion

Alle kleben ihre Post-it an die Wandtafel oder eine Wand.
Vorlesen der Aussagen und abstimmen, ob den Aussagen zugestimmt wird oder nicht.
Die kontroversen Aussagen zusammen diskutieren.

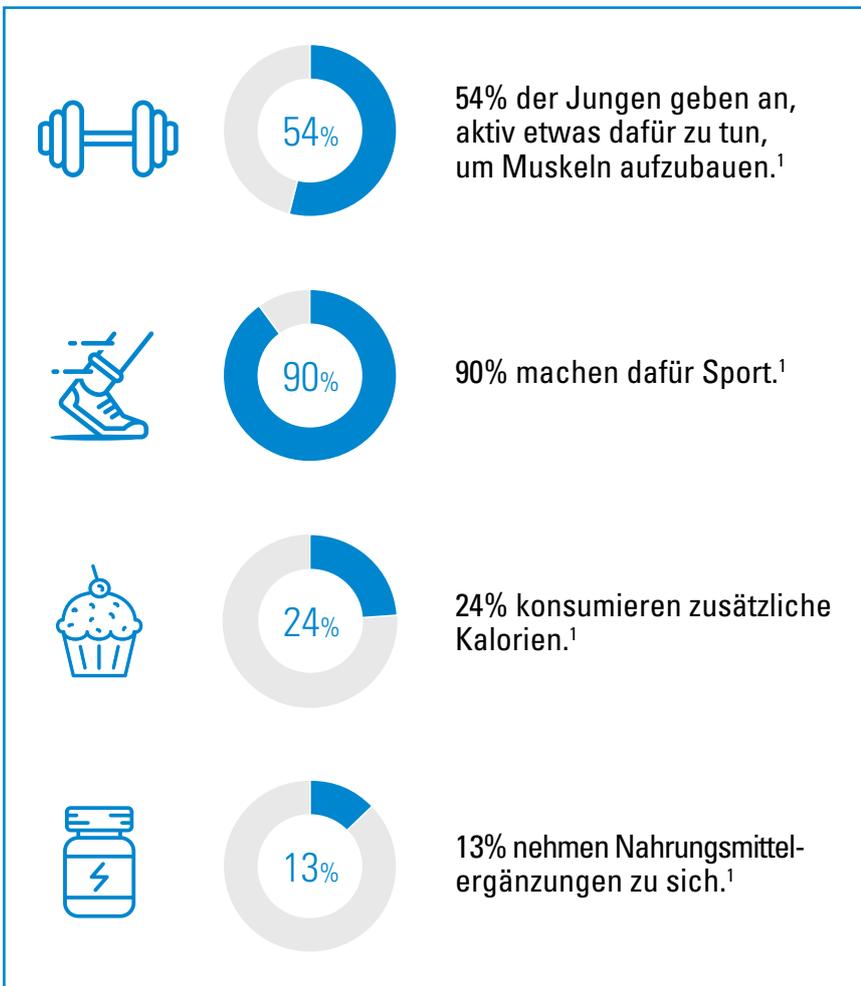
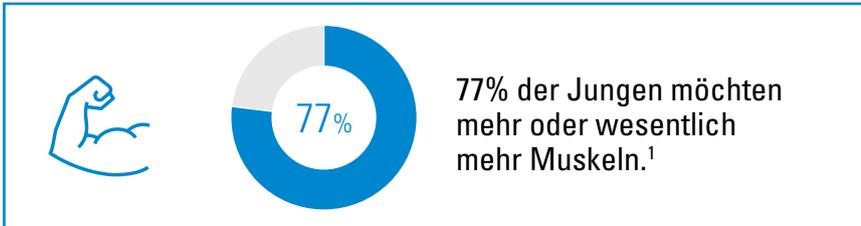
5' Abschluss

Zusammenfassen, was man unter Stereotypen (siehe Glossar) versteht. Aufzeigen, dass Stereotypen verbreitet, aber nicht in Stein gemeisselt sind. Man kann sich auch anders verhalten.



D. Zahlen und Fakten zum Film „Voll stark!“ ♂

Viele Jungen sind mit ihrem Körper unzufrieden. Eine deutliche Mehrheit von ihnen möchte mehr Muskeln.



„Nur wer stark und muskulös ist, ist ein richtiger Mann.“

„Jeder kann seinen Körper so formen, wie er will, wenn er nur genügend Disziplin hat.“

„Ein Mann muss sich durchsetzen können.“

Aufgabe

In Zweiergruppen Sätze besprechen anhand der folgenden Fragen und dann im Plenum diskutieren.

- Stimmen diese Aussagen? Bist du damit einverstanden?
- Warum ist es wichtig für einen Mann, stark zu sein? Darf ein Mann auch Schwäche zeigen?
- Was ist für dich ein „richtiger Mann“?

Weshalb ist das so?

- > In den Medien und sozialen Netzwerken wird oft die Vorstellung vermittelt, dass ein Mann sportlich, stark und muskulös sein sollte.
- > Von Jungen wird erwartet, dass sie sich behaupten können, Risiken eingehen und alles im Griff haben.
- > Diese oft unrealistischen Anforderungen setzen Jungen unter Druck und können auch zu vermehrtem Suchtmittelkonsum führen.



INFORMATIONEN FÜR LEHR- UND LEITUNGSPERSONEN

- > Das männliche Schönheitsideal ist sportlich, stark, gross und muskulös. Dieses Ideal wird als normal, gesund und durch genügend Einsatz erreichbar dargestellt.
- > Jungen werden mit stereotypen Männlichkeitsbildern konfrontiert. Typisch männliche Merkmale sind z.B. Risikofreude, Aggressivität oder Alles-im-Griff-haben.
- > Das Konsumieren von Medien, die das idealisierte Körperbild zeigen, kann sich negativ auf das Körperbild auswirken.²
- > Der Wunsch, den eigenen Körper zu verändern, ist mit der Hoffnung verbunden, dadurch mehr Selbstwert, Glück und Erfolg zu gewinnen.³
- > Ein Junge zu sein und ein Mann zu werden bedeutet auch heute noch, dass siegen, leisten, Konkurrenzverhalten, sich durchsetzen und Raum einnehmen gefördert werden. Das Streben nach Dominanz über Frauen und andere Männer schafft Hierarchien und damit den Druck, die eigene Position immer wieder zu beweisen. Das führt nicht selten zu auffälligem, risikoreichem und abweichendem Verhalten, zu dem auch der Suchtmittelkonsum gehören kann.⁴
- > Jungen sind (mit Ausnahme der sexuellen Gewalt) häufiger von körperlicher Gewalt betroffen als Mädchen. Dabei erleben sie, dass Opfer sein für einen Jungen (und für Männer) stärker tabuisiert wird.⁵

Quellen

¹ Schär M., Weber S. (2015): Das Körperbild von Jugendlichen in der Deutschschweiz. Ergebnisse einer Befragung. Gesundheitsförderung Schweiz Arbeitspapier 35, Bern und Lausanne.

² Forrester-Knauss C. (2014): Positives Körperbild bei Jugendlichen. Gesundheitsförderung Schweiz.

³ Schär M., Weber S. (2015): Das Körperbild von Jugendlichen in der Deutschschweiz. Ergebnisse einer Befragung. Gesundheitsförderung Schweiz Arbeitspapier 35, Bern und Lausanne.

⁴ Flaake K. (2009): Männliche Adoleszenz und Sucht. In: Jacob J., Söver H. (Hrsg.): Männer im Rausch. Konstruktionen und Krisen von Männlichkeiten im Kontext von Rausch und Sucht. Bielefeld, transcript Verlag.

⁵ Kuntsche E., Delgrande Jordan M. (Hrsg.) (2012): Gesundheit und Gesundheitsverhalten Jugendlicher in der Schweiz. Bern: Verlag Hans Huber.

Weiterführende Themen und Hinweise

| Thema | Link |
|---|--|
| Ein Mann | www.sexuelle-gesundheit.ch -> Shop -> Hey Jungs |
| Geschlechterrollen, Anregungen für Elternarbeit | www.genderundschule.de -> Elternarbeit |
| Körperbilder, Identität | www.pepinfo.ch -> Bodytalk |
| Gruppendruck | www.be-freelance.net -> Umgang mit Druck |
| Dazugehören | www.young-direct.it/de/freunde/lesen/dazugehoeren-um-jeden-preis |
| LGBTIQ+ | www.sexuelle-gesundheit.ch -> Shop -> Coming out – Mittendrinn milchjugend.ch/fachpersonen www.pinkcross.ch/de du-bist-du.ch |
| Sexueller Übergriff | www.skppsc.ch/de/themen/sexuelle-uebergriffe/sexuelle-uebergriffe-missbrauch/ |
| Mobbing: Opfer / Täter | www.feel-ok.ch -> Konflikt, Krise -> Gewalt |
| Mobbing: Unterrichtsvorschläge | www.bpb.de/shop/lernen/themenblaetter/157343/mobbing-in-der-schule |
| Risikokompetenz | www.schulenmobil.at/start.asp?ID=148&b=27 |

FILM 3 „DU OPFER“

Informationen zum Film

Übergeordnete Ziele:

- Die Jungen können sich in verschiedene Perspektiven (Opfer, Beobachter, Täter) hineinversetzen
- Jungen hinterfragen kritisch Aussagen wie „Dumme Sprüche, Witzeleien und Beleidigungen sind nur Spass“
- Sie kennen Mechanismen, weshalb Opfer keine Hilfe suchen
- Sie setzen sich mit Petzen und der Angst vor Konsequenzen auseinander.
- Sie wissen über anonyme Hilfsangebote Bescheid
- Lehrpersonen kommunizieren eigene und andere (auch anonyme) Hilfsangebote



Zusammengefasst: Ben macht sich mit seinen beiden Freunden über Claudio lustig und provoziert ihn. Später findet sich Ben selbst in der Lage des Opfers wieder, er wird von zwei älteren Jungs angepöbelt, und es ist ihm ziemlich unwohl dabei.

Szene 1: Ben läuft mit zwei Freunden den Gang zum Schulhof hinunter. Dabei entdeckt er Claudio und damit eine Chance für Hänseleien. Er provoziert Claudio und nimmt ihm das Cap weg, dieser versucht es zurückzuholen, hat dabei aber keinen Erfolg, da die andere zu dritt das Cap einander zuwerfen. Er bleibt resigniert stehen.



Szene 2: Ben läuft mit einem seiner beiden Freunde über den Sportplatz. Plötzlich tauchen zwei ältere Jungen auf und stoppen ihn. Sie pöbeln ihn aggressiv an, und er versucht, sich aus dem Staub zu machen. Die Jungen lassen ihn jedoch nicht vorbei und provozieren ihn weiter. Er weiss nicht was tun. Man hört seine Gedanken: „**Mann, warum komme ich immer so dran?**“



Themen, die der Film anspricht

Empfehlungen zur Unterstützung/Stärkung

Opfer sein und Männlichkeit

Jungen sind häufiger als Mädchen Opfer und Täter von Gewalt. Über Erfahrungen als Opfer sprechen Jungen (und Männer) jedoch kaum, wohl aus Scham und Angst vor zusätzlicher Stigmatisierung. „Du Opfer!“ ist zu einem Schimpfwort geworden.

Solche Erfahrungen gelten als Risikofaktoren für eine Suchtentwicklung oder andere psychische Störungen.

- Wenn Sie wahrnehmen, dass ein Junge häufiger verspottet oder gar geschlagen wird, suchen Sie mit dem Jungen ein vertrauliches Gespräch. Gehen Sie dabei von Ihren Beobachtungen aus. Überlegen Sie gemeinsam, was zu tun und zu lassen ist.
- Sprechen Sie das Thema „Opfer sein“ in der Jungengruppe an, indem Sie entsprechende Statistiken und Aussagen von Betroffenen zur Diskussion stellen.
- Schreiten Sie ein, wenn Sie Zeuge von aggressivem oder gewalttätigem Verhalten in der Gruppe werden.

Beobachter sein

Jungen sind häufig auch Beobachter von aggressivem oder gewalttätigem Verhalten. Sie schauen weg oder entfernen sich. Trotzdem beschäftigt sie die Situation und sie fragen sich, was sie hätten tun können.

- Nehmen Sie Gelegenheiten wahr, anhand derer Sie die Rolle eines Beobachters thematisieren können. Fragen Sie die Jungen nach ihren eigenen Erfahrungen.
- Das Thema „Zivilcourage“ eignet sich gut, um darüber auszutauschen, was es braucht, um aus der Rolle des Beobachters herauszufinden.
- Schreiten Sie ein, wenn Sie aggressives oder gewalttätiges Verhalten in der Gruppe beobachten

Ein Held sein

Es gibt wohl kaum einen Jungen, der sich nicht schon einmal gewünscht hätte, ein Held zu sein.

- Fragen Sie nach den Helden der Jungen Was macht es aus, dass jemand zum Helden wird? Hinterfragen Sie die Vorstellungen der Jungen ohne sie zu entwerten.
- Tauschen Sie mit den Jungen Erfahrungen aus, in denen sie sich mutig gefühlt haben.
- Fördern und unterstützen Sie Jungen, wenn sie prosoziales Verhalten zeigen.



Vorschläge zum Einsatz des Films „Du Opfer“

A. Arbeit mit dem Film

Jungen reflektieren alltägliche Gewaltsituationen. Sie hinterfragen kritisch Aussagen wie „Dumme Sprüche, Witzeleien und Beleidigungen sind nur Spass“. Lehrpersonen kommunizieren eigene und andere (auch anonyme) Hilfsangebote.

B. Rollenspiele

Die Jungen können sich in verschiedene Perspektiven (Opfer, Beobachter, Täter) hineinversetzen. Sie kennen Mechanismen, weshalb Opfer keine Hilfe suchen. Sie setzen sich mit Petzen und der Angst vor Konsequenzen auseinander. Lehrpersonen kommunizieren eigene und andere (auch anonyme) Hilfsangebote.

C. Gruppenarbeit

Die Mädchen können sich in verschiedene Perspektiven (Opfer, Beobachterin, Täterin) hineinversetzen. Lehrpersonen kommunizieren eigene und andere (auch anonyme) Hilfsangebote.

Wie umsetzen? ca. 45 Min

10' Halbzeit

Erste Szene anschauen und den Film stoppen.

- Was habt ihr gesehen?
- Wie könnte es weitergehen?

15' Rolle des Beobachters

Zweite Szene abspielen und folgende Frage stellen:

- Habt ihr auch schon einmal eine ähnliche Szene beobachtet?
- Jungen berichten über beobachtete Gewaltszenen.

Variante: Zum Einstieg in die folgende Diskussion über eine eigene Beobachtungserfahrung berichten.

Anschlussfragen:

- Wie habt ihr reagiert in diesen Situationen?
- Wieso kann es schwierig sein zu reagieren?
- Diskussion zu Zivilcourage und die Rolle der Beobachtenden.

15' Gewaltbarometer (siehe Anhang).

Nachdem alle Beispiele genannt wurden, Jugendliche auffordern, eigene Beispiele auszudenken und die Übung mit diesen Beispielen weiterführen.

- Je nach Dauer der ersten Diskussion, Gewaltbarometer allenfalls weglassen

5' Hilfsangebote

Die Lehrperson macht auf in der Schule bestehende und ausserschulische (anonyme) Hilfsangebote aufmerksam. Abschluss: Würdigung des Gesagten.

Wie umsetzen? ca. 45 Min

30' Perspektivenwechsel im Rollenspiel

Jungen per Zufallsprinzip in Vierergruppen einteilen. Die Gruppen wählen selbst eine Alltagsszene, in welcher Gewalt angewendet wurde oder die Lehrperson liest eine Szene vor. Die Situation wird viermal gespielt, so dass jeder Junge einmal in die Rolle des Opfers, des Täters und des Beobachters schlüpfen kann. Die vierte Person schaut dem Szenenspiel zu. Die Jungen tauschen sich über ihre Reaktionen und Gefühle in den verschiedenen Rollen untereinander aus.

10' Hintergrundinformationen

Input durch Lehrperson zu verschiedenen Rollen: Opfer – Täter und Beobachter (Hintergrundinformationen: siehe Anhang).

Diskussion in der Gruppe.

5' Hilfsangebote

Die Lehrperson macht auf in der Schule bestehende und ausserschulische (anonyme) Hilfsangebote aufmerksam. Abschluss: Würdigung des Gesagten.

Wie umsetzen? ca. 45 Min

5' Table set – Methode (siehe Anhang):

Je vier Mädchen einigen sich auf eine Alltagssituation, in welcher Gewalt angewendet wurde und notieren dazu ein Stichwort im Kreis. Alternativ kann die Lehrperson eine Beispielsituation vorschlagen und in der Mitte platzieren.

15' Phase 1

Jedes Mädchen überlegt für sich: Habe ich eine solche Situation schon einmal erlebt? Wenn ja, welche Rolle(n) hatte ich in dieser Situation? Opfer, Beobachterin oder Täterin? Gedanken im eigenen Viertel notieren.

5' Phase 2

Drehen des Sets, bis alle Gedanken der anderen Gruppenmitglieder gelesen werden konnten.

20' Phase 3

Diskussion zu viert zu den verschiedenen Rollen. Starten mit Beobachterrolle. Wie habe ich reagiert? Wieso habe ich dementsprechend reagiert? Wie ging es mir dabei? Hätte ich anders reagieren sollen? Wie hätte ich reagieren sollen?

Opferrolle: Wie habe ich mich gefühlt? Was habe ich danach getan? Was hat mir geholfen? Was hätte mir geholfen?

Täterrolle: Wieso habe ich mich so verhalten? Wie habe ich mich gefühlt während und nach der Situation? Was habe ich danach gemacht? Was würde ich heute anders machen?

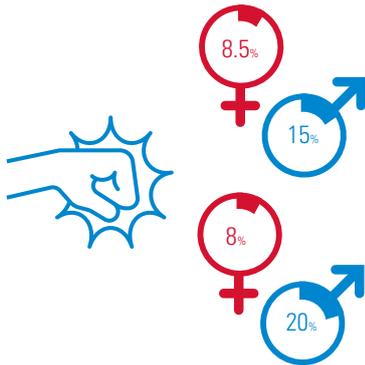
5' Hilfsangebote

Die Lehrperson macht auf in der Schule bestehende und ausserschulische (anonyme) Hilfsangebote aufmerksam. Abschluss: Würdigung des Gesagten.



D. Zahlen und Fakten zum Film „Du Opfer“ ♂

In der Schule erlittene Arten von Gewalt.¹



Ich wurde bedroht

Mädchen (15-jährig) 8.5%
Jungen (15-jährig) 15.3%

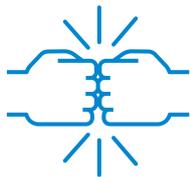
Ich wurde geschlagen

Mädchen (15-jährig) 7.9%
Jungen (15-jährig) 20.3%

„Wenn Jungen gewalttätig werden, bin ich nicht so geschockt wie bei Mädchen, da passt das gar nicht zusammen.“

„Ein richtiger Mann schlägt auch mal zu!“

„Ein Junge ist kein Opfer, das geht gar nicht.“



43% der Jungen (und 16% der Mädchen) waren in den letzten 12 Monaten **in Schlägereien verwickelt**. Dabei waren 37% der Jungen (und 11% der Mädchen) in der Rolle als Täter (Täterin).

Drei von fünf, d.h. mehr als die Hälfte der Jungen haben aggressive Verhaltensweisen in der Rolle als Opfer erlebt.²



Männliche Jugendliche tragen etwa fünfmal häufiger Waffen als weibliche Jugendliche und sind doppelt so häufig in **Körperverletzungen verwickelt**.³



Jungen sind häufiger in **Mobbing verwickelt** als Mädchen, sowohl in der Täter- wie in der Opferrolle.⁴

Aufgabe

In Zweiergruppen die Sätze anhand der folgenden Fragen besprechen und dann im Plenum diskutieren:

- Stimmen diese Aussagen? Bist du damit einverstanden?
- Was macht es so schwierig für einen Jungen, sich Hilfe zu holen, wenn er Opfer von Plagereien oder Gewalt wird?
- Hast du einen Rat für betroffene Jungs?

INFORMATIONEN FÜR LEHR- UND LEITUNGSPERSONEN

- > Alle verfügbaren Daten zu den zur Anzeige gebrachten als auch zu von Jugendlichen selbst berichteten Gewalterfahrungen (ausser bei sexueller Gewalt) zeigen, dass Jungen deutlich mehr als Mädchen Opfer und/oder Täter sind. Mädchen sind hingegen bei sexueller Gewalt und sexueller Belästigung sehr viel häufiger Opfer.⁵
- > Gewalterfahrungen sind oft ein Bestandteil der männlichen Geschlechterrolle. Das geht so weit, dass sich mehr Jungen in der Täter- als in der Opferrolle sehen. Begünstigend wirkt sich bei 12- bis 16-jährigen Jungen der in diesem Alter einsetzende Konsum von Alkohol aus. Wie wir aus diversen Studien wissen, wirkt Alkohol enthemmend und fördert aggressives Verhalten. Hoch risikoreich trinkende Jungen zeigen ein deutlich erhöhtes Mass an gewalttätigem Verhalten. Sie sind aber auch häufiger Opfer von Gewalt.⁶
- > Bei Gewalterfahrungen zu einem Opfer zu werden ist bei Jungen nicht vorgesehen resp. steht in einem starken Widerspruch zu den Anforderungen männlicher Rollenbilder. Opfer zu sein wird bei Jungen gleichgesetzt mit Schwäche, Unterlegenheit und dem Bild eines Weichlings. Sich als Opfer zu outen, ist ein grosser Schritt, der das Risiko beinhaltet, stigmatisiert zu werden.
- > Nur der kleinste Teil der alltäglichen Gewalt ist den Polizei- und Justizbehörden bekannt. Umso wichtiger sind die Rollen von Eltern, Lehrpersonen und Fachpersonen, die als direkte Bezugspersonen von Jungen (und Mädchen) Gewaltvorfälle beobachten und entscheiden müssen, wie sie darauf reagieren sollen.⁷
- > Als wirksam und erfolgreich haben sich bei Gewaltvorkommnissen in Schulen unter anderem folgende Strategien erwiesen:
 - Gemeinsame und prosoziale Werthaltungen entwickeln und leben
 - Kommunikations- und Konfliktlösungskompetenzen fördern
 - Prosoziales Verhalten fördern.⁸

Quellen

- ¹ Kuntsche E., Delgrande Jordan M. (Hrsg.) (2012): Gesundheit und Gesundheitsverhalten Jugendlicher in der Schweiz. Bern: Hans Huber.
- ² Archimi, A., & Delgrande Jordan, M. (2013). Les comportements agressifs entre élèves: évolution depuis 2002 en Suisse. *Revue Suisse de Criminologie*, 1, 6-16.
- ³ Kuntsche E., Delgrande Jordan M. (Hrsg.) (2012). Gesundheit und Gesundheitsverhalten Jugendlicher in der Schweiz. Bern: Hans Huber
- ⁴ Alsaker F. (2020). Es kann jedes Kind treffen. In: Fritz und Fränzi, ElternMagazin. Ausgabe 6/Juni 2020
- ⁵ Bericht des Bundesrates (2015). Jugend und Gewalt. Stand der Prävention und Zusammenwirken mit Intervention und Repression. Bern.
- ⁶ Kuntsche E., Gmel G., Annaheim B. (2006). Alkohol und Gewalt im Jugendalter. Gewaltformen aus Täter- und Opferperspektive, Konsummuster und Trinkmotive – Eine Sekundäranalyse der ESPAD-Schülerbefragung. Lausanne: Schweizerische Fachstelle für Alkohol- und andere Drogenprobleme.
- ⁷ Bericht des Bundesrates (2015). Jugend und Gewalt. Stand der Prävention und Zusammenwirken mit Intervention und Repression. Bern.
- ⁸ Bericht des Bundesrates (2015). Jugend und Gewalt. Stand der Prävention und Zusammenwirken mit Intervention und Repression. Bern.

Weiterführende Themen und Hinweise

| Thema | Link |
|---|--|
| Anonyme Hilfsangebote für Opfer | www.opferhilfe-schweiz.ch/de/opfer-von/weiterestraftaten |
| Arbeitsblätter und Unterrichtsmaterialien zu Gewalt | www.feel-ok.ch/de_CH/schule/themen/gewalt |
| Gruppendruck | www.be-freelance.net -> Umgang mit Druck |
| Petzen | www.feel-ok.ch/de_CH/jugendliche/themen/gewalt/aktion/vor_mir_wird_jemand_angegriffen_oder_ausgegrenzt/tipps/kollegen_verpetzen.cfm |
| Jugendgewalt Risiko- und Schutzfaktoren | www.skppsc.ch/de/themen/gewalt/jugendgewalt |
| Mobbing | www.familienhandbuch.de/babys-kinder/entwicklung/jugendliche/herausforderung/Mobbing.php |
| Mobbing: Opfer / Täter | www.feel-ok.ch -> Konflikt, Krise -> Gewalt |
| Mobbing: Unterrichtsvorschläge | www.bpb.de/shop/lernen/themenblaetter/157343/mobbing-in-der-schule |
| Sexueller Übergriff | www.skppsc.ch/de/themen/sexuelle-uebergriffe/sexuelle-uebergriffe-missbrauch |
| Was kann gegen Jugendgewalt unternommen werden | www.skppsc.ch/de/themen/gewalt/jugendgewalt |
| Zivilcourage | www.feel-ok.at/de_AT/jugendliche/themen/gewalt/aktion/vor_mir_wird_jemand_angegriffen_oder_ausgegrenzt/zivilcourage |



FILM 4 „BIS HIERHER...“

Informationen zum Film

Übergeordnete Ziele:

- Mädchen können Nein sagen (auch zu ihrem Freund).
- Mädchen können sich distanzieren von Anforderungen, welche Freundinnen, schwierige familiäre Situationen etc. an sie stellen.
- Mädchen werden darin unterstützt, mehr Raum einzunehmen.



Zusammengefasst: Man sieht ein junges Paar im Ausgang. Er konsumiert Partydrogen, sie findet das nicht gut. Anna steht in einem inneren Konflikt mit sich selber; soll sie auch eine Pille schlucken, um mit ihm mitzuhalten? Sie entscheidet sich dagegen, spült die Pille stattdessen ins Klo hinunter und geht dann mit ihrer Freundin nach Hause.

Szene 1: Die Szene spielt in einem Club, einer Disco oder einem Jugendhaus. Im Mittelpunkt stehen Anna und ihr Freund.

Ein anderes Mädchen kommt dazu und begrüsst den Freund. Die beiden unterhalten sich und nehmen dabei ganz selbstverständlich und wie nebenbei eine Pille (Partydroge). Anna, die Freundin des Jungen, fühlt sich sichtlich unwohl. Man hört ihre Gedanken: **„Immer diese Drogen. Ich liebe meinen Freund, aber im Ausgang fühle ich mich manchmal ausgeschlossen. Er ist dann ein ganz anderer Mensch, so cool und ungehemmt. Meinst du, er liebt mich, auch wenn ich nichts nehme?“**



Szene 2: Anna steht in der Toilette des Clubs. Man hört wieder ihre Gedanken: **„Er muss!“**. Sie wirft die Pille entschieden in die Kloschüssel und spült sie hinunter. Dann sagt sie zu ihrer Freundin „Komm wir gehen!“. Draussen vor der Tür wartet der Freund, an die Wand gelehnt. Er fragt sie erstaunt, ob sie schon nach Hause gehe. Sie wünscht ihm noch einen schönen Abend und geht. Er bleibt allein zurück, wirkt benommen.



Themen, die der Film anspricht

Empfehlungen zur Unterstützung/Stärkung

Abgrenzung, Nein sagen

Mädchen entwickeln im Rahmen der Sozialisation schon früh eine grosse Sensibilität in und für Beziehungen. Sie lernen, eigene Bedürfnisse zurückzustellen und (zu viel) Verantwortung für das Wohlbefinden anderer zu übernehmen, bis hin zu Aufopferungstendenzen und Verleugnung ihrer selbst. Die Beziehungsorientierung kann so von einer Ressource auch zu einer Falle und einer geschlechtsrollenbezogenen Belastung werden.

- Erinnern Sie sich: es geht nicht darum, Mädchen die sogenannten weiblichen Eigenschaften (wie z.B. Beziehungsfähigkeit) abzutrainieren.
- Unterstützen Sie jedoch Mädchen darin, sich abzugrenzen und Nein zu sagen.
- Thematisieren Sie Nähe und Distanz in Beziehungen (Freund, beste Freundin). Fördern Sie die Mädchen darin, eigene Bedürfnisse mit denen anderer abzustimmen, ohne sich selbst zu verleugnen.
- Unterstützen Sie Mädchen darin, Raum einzunehmen, sei das auf dem Pausenplatz oder im Unterricht.

Identitätsbildung / Geschlechterrolle

Mädchen sehen sich heute mit ambivalenten Rollenanforderungen konfrontiert („alte“ versus „neue“ Sozialisationsbedingungen). Einerseits sollen sie rücksichtsvoll sein, sich anpassen, vermitteln, Gefühle zeigen, schön und schlank sein, andererseits sollen sie erfolgreich im Beruf sein sowie Kinder und Karriere unter einen Hut bringen. Das kann zu innerer Zerrissenheit und Ambivalenzkonflikten führen.

- Fördern Sie das Selbstbewusstsein von Mädchen, indem Sie ihnen immer wieder sagen, was sie gut können, auch wenn es Dinge sind, die nicht Ihren Erwartungen entsprechen (z.B. auf Bäume klettern).
- Fördern Sie das Bewusstsein für ihre Vorbilder, damit die Mädchen sich mit Rollenmodellen identifizieren oder sich von ihnen abgrenzen können.
- Fragen Sie nach den Interessen der Mädchen, was sie gerne und mit Spass tun. Unterstützen Sie sie darin, auch wenn die Interessen und Bedürfnisse der Mädchen nicht Ihren Wünschen oder denjenigen ihres Umfeldes entsprechen.

Selbstreflexion über eigene Stärken und Schwächen

Mädchen neigen dazu, eigene Schwächen in den Vordergrund zu stellen und Stärken kleinzureden.

- Vermitteln Sie Wissen über Einflussfaktoren, die für die Resilienz (siehe Glossar) von Individuen und Gruppen eine Rolle spielen. Durch die Zuordnung von spezifischen Stärken und Schwächen der Filmfiguren kann das Reflektieren über die eigene Resilienz gefördert werden.



Vorschläge zum Einsatz des Films „Bis hierher...“

A. Arbeit mit dem Film

Mädchen dürfen Nein sagen, auch zum Freund (oder der besten Freundin). Mädchen nehmen die eigenen Empfindungen ernst.

B. Rollenspiele

Einüben und trainieren, sich abzugrenzen und auch unter Druck Nein zu sagen.

C. Arbeit mit dem Film

Jungen lernen, sich innerhalb von Gruppen und engen Beziehungen abzugrenzen. Jungen nehmen ihre eigenen Empfindungen ernst.

Wie umsetzen? ca. 40 Min

10' Kurzbeschreibung

- Film zweimal zeigen. Vor dem zweiten Mal folgende Beobachtungsaufgabe stellen: Was bringt Anna dazu, Nein zu sagen? Wieso sagt sie Nein? Was geht ihr durch den Kopf? Wie wird ihre Entscheidung aufgenommen?
- Diskussion der Beobachtungen und Vermutungen.

10' Geschichte weiterdenken

- Was geschieht am nächsten Tag?
- Was geschieht in zwei, drei Wochen?

Mögliche Szenarien: Es herrscht Funkstille zwischen Anna und ihrem Freund. Sie sprechen miteinander. Sie gehen getrennte Wege. Gar nichts geschieht, sie tun so, als ob nichts vorgefallen sei.

- Was wäre für dich eine gute Entwicklung der Geschichte?

20' Diskussion

Fragen an die Mädchen:

- Welche Situationen kennt ihr selbst, in welchen ihr Ja gesagt habt, obwohl ihr eigentlich Nein meintet?
- Habt ihr Strategien, wie ihr euch davor schützen könnt? (Bspw. Zeit zum Nachdenken gewinnen: Ich muss mir das erst noch überlegen. Ich muss kurz auf die Toilette.)

Wie umsetzen? ca. 35 Min

15' NEIN-Dialog

Ein Mädchen (A) muss mit allen Mitteln (auch emotionalen) versuchen, das andere Mädchen (B) zu einer Handlung zu überreden. B will unbedingt standhaft bleiben.

Beispiele von Situationen:

- An eine Party gehen, zu welcher B keine Lust hat
- Länger draussen bleiben, obwohl B nach Hause sollte
- Mit Leuten etwas abmachen, welche B nicht sympatisch sind

A und B variieren ihr Spiel, indem sie: laut werden, bestimmt sprechen, eindringlich werden, leise werden.

Diskussion:

- Für B: Wann war es besonders schwierig, standzuhalten?
- Für A: Was hat mich besonders davon überzeugt, dass B wirklich nicht will?

10' NEIN-Kreis

Das Nein wird im Kreis herum weitergegeben. Bedingung: Das Nein muss immer lauter werden.

Es braucht für einige Mädchen ziemlich Überwindung, ein lautes Nein auszusprechen. Die Dosierung ist wichtig, damit die nachfolgenden Mädchen noch lauter werden können.

Die Stimme soll aus dem Bauch heraus kommen.

10' Power-NEIN-Schrei

Die Mädchen bilden einen grossen Kreis. Auf ein Zeichen hin machen alle einen Sprung in die Kreismitte und bei der Landung platzieren sie ein lautes NEIN. Dabei schauen sie einem anderen Mädchen klar ins Gesicht (die beiden Mädchen, die dann Blickkontakt halten, müssen das zuvor abmachen). Der Blickkontakt soll während 3 Sekunden gehalten werden.

Anschliessender Austausch über das Erlebte.

Wie umsetzen? ca. 35 Min

10' Diskussion im Plenum

Fragen an die Jungen: „Was denkst du über den Film? Wie hätte der Film anders ausgehen können?“

15' Partnerarbeit: Eigene Erfahrung

Immer zu zweit folgende Fragen diskutieren. Ist es schon einmal passiert, dass dich jemand zu etwas überredet hat, wozu du eigentlich keine Lust hattest? Hast du nachher bereut, mitgegangen zu sein oder mitgemacht zu haben. Oder hast du dadurch eine neue Erfahrung gemacht? Hast du selber schon einmal jemanden dazu überredet, bei etwas mitzumachen? Bspw. einen Freund, die Freundin?

10' Austausch im Plenum

Wie weit darf man gehen? Jemanden zu motivieren ist ok? Jemanden unter Druck zu setzen nicht? Wo liegt die Grenze?

D. Zahlen und Fakten zum Film „Bis hierher...“ ♀



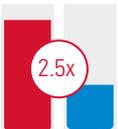
11- bis 15-jährige Mädchen nehmen deutlich mehr **Schlaf- und Beruhigungsmittel** zu sich, entwickeln **Esstörungen** oder **selbstverletzendes Verhalten** als gleichaltrige Jungen.¹



Mädchen trinken häufiger als Jungen Alkohol, um **Probleme zu vergessen**.²



Mädchen gehen mit einem übermässigen Alkoholkonsum ein **höheres Risiko** ein, Opfer von Gewalt, sexuellen Übergriffen oder ungewollt schwanger zu werden als Jungen.³



Die Wahrscheinlichkeit, Opfer **sexueller Übergriffe** zu werden, ist für weibliche Jugendliche etwa zwei- bis dreimal grösser als für männliche.⁴

„Mädchen, die sich locker geben, kommen besser an.“

„Mädchen, die Nein sagen, sind zickig.“

„Mädchen, die viel Alkohol trinken, gelten als Schlampen.“

Aufgabe

In Zweiergruppen Sätze besprechen anhand der folgenden Fragen und dann im Plenum diskutieren.

- Stimmen diese Aussagen? Bist du damit einverstanden?
- Was denkst du dazu?
- Warum sagen Mädchen öfters Ja, wenn sie eigentlich Nein meinen?

WESHALB IST DAS SO?

- > Mädchen und Jungen gehen unterschiedliche Risiken ein.
- > Die Mädchen wählen stillere Formen, während die Jungen auffälligere und sichtbarere Risiken eingehen.
- > Jungen, die mutig sind, werden als cool angesehen, während Mädchen eher für ihre Vernunft und ihre Bereitschaft, sich anzupassen geschätzt werden.



INFORMATIONEN FÜR LEHR- UND LEITUNGSPERSONEN

- > Mädchen gehen (auch) Risiken ein, jedoch eher im Stillen und weniger spektakulär. Sie tun dies versteckt, so dass andere dies häufig gar nicht mitbekommen. Die Gefahren, die sie eingehen, richten sich meistens gegen sie selbst wie bspw. Medikamentenkonsum oder Essstörungen. Andere werden dadurch nicht gefährdet. Mädchen haben mehr Mühe, Nein zu sagen, wenn ihr Freund oder ihre beste Freundin sie zu etwas überreden möchten als Jungen. Es passiert deshalb, dass sie zu viel trinken oder andere Substanzen zu sich nehmen, ohne dies selber wirklich zu wollen.⁵
- > Jungen neigen eher zu einem Risikoverhalten, das von aussen wahrnehmbar ist: Alkoholkonsum in der Gruppe, Gewalt, Rasen, Hooliganismus oder der Konsum illegaler Drogen. Das Risikoverhalten der Jungen ist härter und exzessiver als bei den Mädchen. Die Tatsache, dass Exzesse häufig im öffentlichen Raum stattfinden, trägt dazu bei, dass Jungen mit ihrem Verhalten auch häufiger andere gefährden, als Mädchen dies tun. Sexuelle Übergriffe oder Verkehrsunfälle infolge Trunkenheit werden zu einem grossen Teil von Jungen und Männern ausgeübt. Doch auch Jungen und Männer werden zu Opfern. Opfer zu sein, ist für Jungen und Männer jedoch immer noch ein Tabu. Es kann dementsprechend davon ausgegangen werden, dass es mehr Jungen und Männer gibt, die Opfer von psychischer oder physischer Gewalt wurden, als dies erfasst wird, da sie solche Erfahrungen für sich behalten.⁶
- > Diese Geschlechterunterschiede sind zum Teil mit der gesellschaftlichen Entwicklung erklärbar: Traditionelle Männlichkeit hat die Dinge „im Griff“ und „unter Kontrolle“. Zudem lernen schon kleine Jungen, dass sie sich ihre Männlichkeit erarbeiten müssen. Rationales Denken und Zügelung von Emotionen gelten eher als männlich. Männliches Risikoverhalten kommt diesen Ansprüchen entgegen: Im ritualisierten Rausch in der Gruppe beispielsweise darf man sich (ausnahmsweise) gehen lassen und stellt gleichzeitig die eigene Männlichkeit öffentlich unter Beweis. Mädchen hingegen schauen schon ihren Müttern ab, dass Frauen tendenziell sozial ausgleichend wirken und sie die eigenen Bedürfnisse im Dienste der Familie eher zurückstellen. Dieses Zurückstellen spiegelt sich im Risikoverhalten: Essstörungen und Medikamentenmissbrauch sind „stille“ Verhaltensweisen.⁷

Quellen

- ¹ Kuntsche E., Delgrande Jordan M. (Hrsg.) (2012): Gesundheit und Gesundheitsverhalten Jugendlicher in der Schweiz. Bern: Verlag Hans Huber
- ² Marmet, S., Archimi, A., Windlin, B., & Delgrande Jordan, M. (2015). Substanzkonsum bei Schülerinnen und Schülern in der Schweiz im Jahr 2014 und Trend seit 1996 - Resultate der Studie "Health Behaviour in School-aged Children" (HBSC) (Forschungsbericht Nr. 75). Lausanne: Sucht Schweiz.
- ³ Stump G., Reini H. (2012): Rauschtrinken bei Jugendlichen: Die „kulturelle Chemie“ in der Gruppe. In: Schmidt-Semisch H., Stöver H.: Saufen mit Sinn? Harm Reduction beim Alkoholkonsum. Frankfurt a.M.: Fachhochschulverlag
- ⁴ Hösselbarth S., Seip C., Stöver H. (2012): Harm Reduction und Doing gender: Bedeutungen und Funktionen des Alkoholkonsums bei der Inszenierung von Männlichkeiten und Weiblichkeiten. In: Schmidt-Semisch H., Stöver H.: Saufen mit Sinn? Harm Reduction beim Alkoholkonsum. Frankfurt a.M.: Fachhochschulverlag
- ⁵ UBS Optimus Foundation (Hrsg.) (2012): Sexuelle Übergriffe an Kindern und Jugendlichen in der Schweiz. Formen, Verbreitung, Tatumsstände. Zürich, <http://www.optimusstudy.org/>
- ⁶ Rhyner, Thomas & Zumwald, Bea (2001). Coole Mädchen – starke Jungs. Ratgeber für eine geschlechtsspezifische Pädagogik. Bern: Haupt.
- ⁷ Stöver, Heino (2004). Mann, Rausch, Sucht: Konstruktionen und Krisen von Männlichkeiten. Sucht-Magazin, 4, 3–7.

Weiterführende Themen und Hinweise

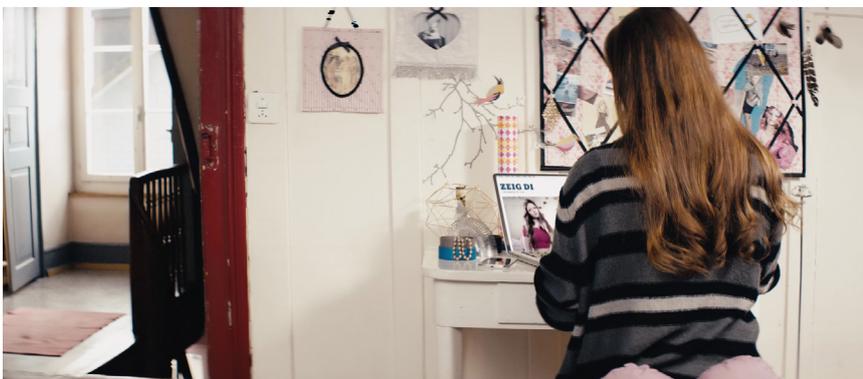
| Thema | Link |
|--|--|
| Partydrogen, Cannabis | www.suchtschweiz.ch -> Info-Materialien |
| Cannabis | www.feel-ok.ch/de_CH/jugendliche -> Cannabis |
| Suchtmittelkonsum und Wohlbefinden von 13- bis 15-Jährigen | www.hbsc.ch -> Alles klar? |
| Nein sagen | www.feel-ok.ch/de_CH/jugendliche/themen/stress/start/nein_sagen/tipps/ich_sage_nein.cfm |
| Dazugehören | www.young-direct.it/de/freunde/lesen/dazugehoeren-um-jeden-preis |
| Gruppendruck | www.be-freelance.net -> Umgang mit Druck |
| Geschlechterrollen, Anregungen für Elternarbeit | www.genderundschule.de -> Elternarbeit |
| Mobbing: Opfer / Täter | www.feel-ok.ch -> Konflikt, Krise -> Gewalt |
| Mobbing: Unterrichtsvorschläge | www.bpb.de/shop/lernen/themenblaetter/157343/mobbing-in-der-schule |
| Sexueller Übergriff | www.skppsc.ch/de/themen/sexuelle-uebergriffe/sexuelle-uebergriffe-missbrauch |

FILM 5 „IN MEINER HAUT...“

Informationen zum Film

Übergeordnete Ziele:

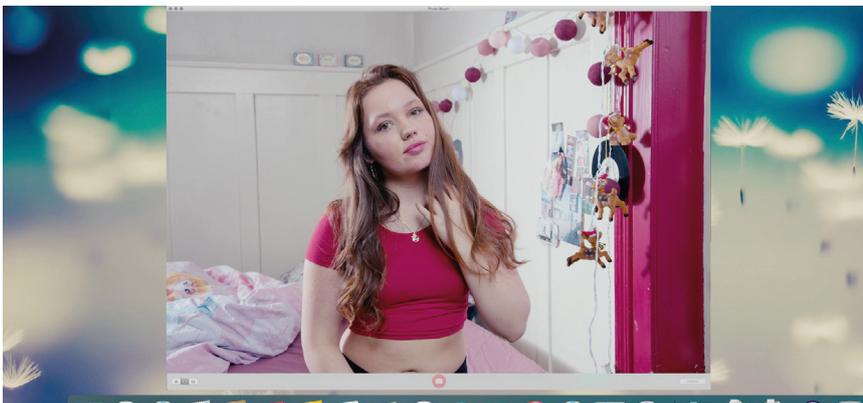
- Mädchen sind sich dem Einfluss der Medien auf das eigene Körperbild bewusst.
- Mädchen können gängige Körper- und Schönheitsideale hinterfragen.
- Mädchen finden Möglichkeiten, sich gut zu fühlen.



Zusammengefasst: In diesem Film geht es um die Wirkung des äusseren Erscheinungsbildes und den Umgang damit. Dajana steht in Konflikt mit ihrem Äusseren und den inneren Werten, die doch eigentlich auch zählen. Sie vergleicht sich mit ihren Klassenkameradinnen und möchte, dass die Jungs auch auf sie aufmerksam werden. Um dieses Ziel zu erreichen, bearbeitet sie ein Foto von sich und stellt es auf ein soziales Netzwerk.

Szene 1: Vier Mädchen sitzen auf dem Bett in einem „typischen Mädchenzimmer“. Sie schauen sich gemeinsam Bilder auf einem Tablet an und kommentieren diese. Die Kamera zoomt auf Dajana, die etwas zurückhaltend am Bettrand sitzt.

Man hört ihre Gedanken: **„Meine Mutter sagt immer, die inneren Werte zählen. Ich finde das eigentlich auch, aber doch stresst es mich, wenn alle Jungs immer nur Mia nachschauen.“**



Szene 2: Dajana hat sich geschminkt und ein bauchfreies Top angezogen, sie posiert und macht ein Foto von sich. Dann sieht man, wie sie dieses Foto auf ihrem Laptop mit einem Bildbearbeitungsprogramm verändert; sie macht sich schlanker, das Gesicht schmaler etc. Danach postet sie das Foto auf einem sozialen Netzwerk („Zeig Di“). Man hört wieder ihre Gedanken: **„Wie sollen denn die Jungs meine inneren Werte sehen, wenn ich ihnen nicht einmal auffalle?“**



Themen, die der Film anspricht

Empfehlungen zur Unterstützung/Stärkung

Selbstwert (Akzeptanz der eigenen Person/des Körpers)

Die Mehrheit der Mädchen (und Frauen) hat ein negatives Körperbild. So möchte z.B. deutlich mehr als die Hälfte der Mädchen schlanker sein. Dabei ist der Wunsch, das eigene Körperbild zu verändern, verbunden mit der Hoffnung, dadurch mehr Selbstwert, Glück und Erfolg zu gewinnen.

- Behandeln Sie mit den Mädchen die Themen Gesundheit und Wohlbefinden (nicht auf das Körpergewicht fokussieren): Was kann mein Körper? Was mache ich gerne mit meinem Körper? Wann fühle ich mich wohl? Wann fühle ich mich unwohl in meiner Haut? Diskutieren Sie mit den Mädchen, wie man auf seinen Körper hören und sich um ihn kümmern kann.

Schönheit

Über die Medien werden ganz klare Botschaften vermittelt, was schön ist und wie man auszusehen hat. Schönheitsideale kritisch hinterfragen zu können, ist ein wichtiger Schutzfaktor.

- Sprechen Sie mit den Mädchen am Beispiel von Mädchen- und Frauenzeitschriften über Schönheit sowie die dargestellten Rollenbilder von Mädchen und Frauen.
- Erarbeiten Sie mit den Mädchen eine breite Definition von Schönheit: Was empfinde ich als schön? Was gefällt mir nicht? Wann fühle ich mich schön? Gibt es historische und geografische Unterschiede, wie Schönheit definiert wird? Bedeutet schön sein dasselbe wie glücklich sein?

Medienkompetenz

Der Einfluss der Medien auf das Körperbild ist bei Mädchen grösser als bei Jungen. Negativ wirken sich auch Kommentare des nahen sozialen Umfelds (Freundinnen, Eltern, Jungen) aus, welche unrealistische Schönheitsideale vermitteln.

- Klären Sie die Mädchen über die in den Medien verbreiteten unrealistischen Körperideale auf. Dadurch kann verhindert werden, dass diese Ideale als erreichbar und erstrebenswert angeschaut werden. Das ist wichtig, wenn man ein negatives Körperbild verhindern will.
-



Vorschläge zum Einsatz des Films „In meiner Haut...“

A. Arbeit mit dem Film



Wissen über den Einfluss von Medien auf das eigene Körperbild. Kennen von Strategien, um sich vor diesem Einfluss zu schützen.

B. Austausch zu zweit



Bewusstsein schaffen für das Positive an sich und dem eigenen Körper. Aufzeigen, dass nicht nur äussere Werte zählen, dass Schönheit auch eine subjektive Komponente hat.

C. Arbeit mit dem Film



Wissen über den Einfluss von Medien auf das eigene Körperbild. Jungen setzen sich mit eigenen Schönheitsvorstellungen und -idealen auseinander.

Wie umsetzen? ca. 45 Min

10' Kurzbeschreibung

- Film zeigen. Fragen im Anschluss: Was denkt Dajana? Was hat sie gemacht? Und wieso?

30' Informationen

(siehe dazu Kopiervorlagen im Anhang)

- Wissen vermitteln zum Einfluss der Medien auf das Schönheitsideal und die Zufriedenheit mit dem eigenen Aussehen (positives Körperbild)
- Diskussion zur Frage: „Wie schützt ihr euch vor unrealistischen Körperbildern?“

5' Abschluss der Lektion

Würdigung des Gesagten. Zusammenfassung.

Wie umsetzen? ca. 30 Min

20' Arbeit zu zweit

Mädchen tun sich in Zweiergruppen zusammen. Frage: Was gefällt euch aneinander? Sich gegenseitig Komplimente machen, zu Äusserlichkeiten (Mir gefällt deine Frisur, Du hast schöne Augen) aber auch zu inneren Werten / Eigenschaften (Du bist gut in Mathe, Du kannst gut zuhören, Du bist humorvoll).

Fragen zur Diskussion:

- Welche Eigenschaften sind euch wichtig bei anderen Menschen (Freundschaft, Partnerschaft, Familie)?
- Ändern sich diese Eigenschaften im Laufe der Zeit (wenn ihr jemanden zum ersten Mal seht versus wenn ihr jemanden schon gut kennt)?

10' Diskussion im Plenum

Wenn man jemanden besser kennt, werden äusserliche Schönheitsmerkmale weniger wichtig oder verändern sich in der eigenen Wahrnehmung.

- Ist es euch auch schon so gegangen?

Wie umsetzen? ca. 35 Min

5' Informationen

(siehe dazu Kopiervorlagen im Anhang)

Wissen vermitteln zum Einfluss der Medien auf das Schönheitsideal und die Zufriedenheit mit dem eigenen Aussehen (positives Körperbild).

5' Einzelarbeit

Fragen an die Jungen:

- Mädchen sind unter Druck. Jungen auch?
- Schreibe auf ein Post-it: Welche Schönheitsideale gelten für Jungen?

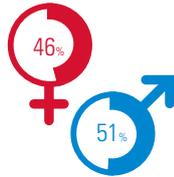
25' Diskussion

- Alle kleben ihr Post-it an die Wandtafel oder an eine Wand.
- Die einzelnen Aussagen vorlesen und Jungen stimmen darüber ab, ob sie damit einverstanden sind oder nicht. Die umstrittenen Aussagen im Plenum kritisch hinterfragen.



D. Zahlen und Fakten zum Film „In meiner Haut...“ ♀

Nur knapp die Hälfte der 13- bis 15-jährigen Mädchen ist mit ihrem Gewicht zufrieden.¹

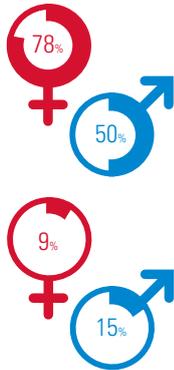
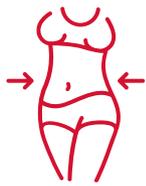


45.6% der 13- bis 15-jährigen Mädchen und 51.4% der Jungen sind mit ihrem Gewicht zufrieden.

„Bei Mädchen zählt nur das Aussehen, die inneren Werte sind zweitrangig.“

„Nur Mädchen, die dem Idealbild entsprechen, sind schön.“

Mädchen haben ein viel kritischeres Körperbild als Jungen.



Deutlich mehr 15-jährige Mädchen (78%) als Jungen (50%) empfinden sich als etwas oder viel zu dick, obwohl der BMI (Body Mass Index) eine andere Sprache spricht.

14.5% der 11- bis 15-jährigen Jungen und 8.9% der gleichaltrigen Mädchen sind gemäss BMI leicht bis stark übergewichtig.

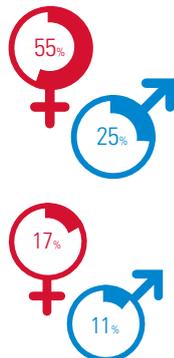
„Frauen müssen makellos und schlank sein.“

Aufgabe

In Zweiergruppen Sätze besprechen anhand der folgenden Fragen und dann im Plenum diskutieren.

- Stimmen diese Aussagen? Bist du damit einverstanden?
- Warum gehen Mädchen kritischer mit ihrem Körper um als Jungs?
- Welche Eigenschaften sollte deiner Meinung nach eine Frau haben?

Mehr Mädchen als Jungen sind der Meinung, dass sie abnehmen müssen und/oder machen bereits eine Diät.



55.3 % der 14- bis 15-jährigen Mädchen wünschen sich schlanker zu sein. Von den gleichaltrigen Jungen wünschen sich 25.7% schlanker zu sein.

16.8% der 13- bis 15-jährigen Mädchen machen eine Diät oder anderes um abzunehmen. Bei den gleichaltrigen Jungen machen 11.2% bereits eine Diät oder ähnliches um abzunehmen

WESHALB IST DAS SO?

- > Mädchen und Frauen werden in den Medien, sozialen Netzwerken und auch im sozialen Umfeld öfter auf ihr Aussehen reduziert. Dabei sollen sie den verschiedensten Schönheitsidealen entsprechen (schlank, kurvig, schmale Taille etc.).
- > Diese oft unrealistischen Anforderungen setzen Mädchen unter Druck und können zu vermehrtem Suchtmittelkonsum (z.B. Rauchen zur Gewichtskontrolle) oder auch Essstörungen führen.



INFORMATIONEN FÜR LEHR- UND LEITUNGSPERSONEN

- > Über die Medien, die sozialen Netzwerke und die Werbung werden Jugendliche permanent mit gesellschaftlich konstruierten Schönheitsbildern konfrontiert.
- > Je mehr Medien, welche ein Schönheitsideal von dünnen Mädchen und Frauen vermitteln, von Mädchen konsumiert werden, desto unzufriedener sind diese mit dem eigenen Körper.²
- > Auch kritische Kommentare und Einstellungen des nahen sozialen Umfeldes (Eltern, Freunde und Freundinnen) zum Aussehen, wirken sich negativ auf das Körperbild aus.³
- > Unzufriedenheit mit dem Körperbild kann zu zunehmendem Substanzkonsum (Medikamente, Zigaretten, Alkohol, ...) oder auch problematischen Verhaltensweisen wie Essstörungen führen.⁴
- > Der Wunsch, den eigenen Körper zu verändern, ist mit der Hoffnung verbunden, dadurch mehr Selbstwert, Glück und Erfolg zu gewinnen.⁵

Quellen

- ¹ Delgrande Jordan, M., Schneider, E., Eichenberger, Y., Kretschmann, A., Schmidhauser, V. & Masseroni, S. (2020). Habitudes alimentaires, activité physique, statut pondéral et image du corps chez les élèves de 11 à 15 ans en Suisse - Résultats de l'enquête „Health Behaviour in School-aged Children“ (HBSC) 2018 et évolution au fil du temps (Rapport de recherche No 109). Lausanne: Addiction Suisse.
- ² Forrester-Knauss C. (2014): Positives Körperbild bei Jugendlichen. Gesundheitsförderung Schweiz Arbeitspapier 29, Bern und Lausanne.
- ³ Schulte-Abel, B., Borrelli, C.T., Schär, C. & Schneider, Q. (2013). Gesundes Körperbild – Healthy Body Image. Gesundheitsförderung Schweiz Arbeitspapier 3, Bern.
- ⁴ ebenda
- ⁵ Schär M., Weber S. (2015): Das Körperbild von Jugendlichen in der Deutschschweiz. Ergebnisse einer Befragung. Gesundheitsförderung Schweiz Arbeitspapier 35, Bern und Lausanne.

Weiterführende Themen und Hinweise

| Thema | Link |
|---|--|
| Eine Frau werden, sexuelle Gesundheit | www.sexuelle-gesundheit.ch -> Shop -> Hey Girls |
| Geschlechterrollen, Anregungen für Elternarbeit | www.genderundschule.de -> Elternarbeit |
| Gewicht, Essstörungen | www.feel-ok.ch -> Gewicht, Essstörungen |
| Weiblichkeit, Identität, Körperbild, Essstörungen | www.pepinfo.ch -> Bodytalk |
| Selbstwertgefühl | www.meinselbstwertgefuehl.ch |
| Gruppendruck | www.be-freelance.net -> Umgang mit Druck |
| Neue Medien, soziale Netzwerke | www.be-freelance.net -> Digitale Präventionsbox |
| | www.feel-ok.ch -> Freizeit, Job -> Webprofi |
| | www.jugendundmedien.ch |
| LGBTIQ+ | milchjugend.ch/fachpersonen |
| | www.sexuelle-gesundheit.ch -> Shop -> Coming out – Mittendrin |
| | www.pinkcross.ch/de |
| | www.los.ch/uber-uns |
| Sexueller Übergriff | www.skppsc.ch/de/themen/sexuelle-uebergriffe/sexuelle-uebergriffe-missbrauch |



FILM 6 „EIN STRESS KOMMT SELTEN ALLEIN“

Informationen zum Film

Übergeordnete Ziele:

- Stressquellen werden benannt und reflektiert
- Anforderungen von aussen und Erwartungen an sich selbst werden hinterfragt
- Mädchen können sich ein Stück weit von Erwartungen und Anforderungen distanzieren
- Mädchen verfügen über gute Coping-Strategien, um mit Stress umzugehen
- Lehrpersonen und Eltern sind bereit, sich mit den Erwartungen, die sie an die Mädchen stellen, auseinanderzusetzen



Zusammengefasst: Eine Klasse schreibt einen Test, alle sind still und hochkonzentriert. Sophie hat noch fast nichts aufs Blatt geschrieben und schon muss der Test abgegeben werden. Sie ist gestresst und taucht in ihre eigenen Gedanken ab. In der Pause ist sie schlecht gelaunt und niedergeschlagen. Die Pläne der anderen interessieren sie nicht, sie weiss nicht, wie sie alles unter einen Hut kriegen soll.

Szene 1: Im Klassenzimmer sitzen alle still und konzentriert über einem Test. Es bleiben noch zwei Minuten bis zur Abgabe. Sophie hat noch fast nichts ausgefüllt und entdeckt, dass auf der zweiten Seite noch einem Menge Fragen warten. Sie kritzelt nervös Antworten aufs Blatt, währenddessen alle anderen den Test abgeben und rauslaufen. Sie hängt ab und verliert sich in ihren Gedanken.



Szene 2: Nach der Prüfung sitzt Sophie sichtlich betrübt mit ihren Freundinnen und Freunden auf dem Pausenhof. Die anderen schmieden Pläne, nur sie mag nicht mitmachen. Auf die spitze Bemerkung von Maria reagiert sie nicht, und über den Test mag sie auch nicht wirklich sprechen. Man hört die Gedanken von Sophie: „**Wieso schaffen es alle anderen ausser ich, das alles unter einen Hut zu bringen?**“



Themen, die der Film anspricht

Empfehlungen zur Unterstützung/Stärkung

Erkennen von Stressquellen

Mädchen tendieren dazu, an sie gestellte Erwartungen und Anforderungen zu verinnerlichen. In der Folge können sie nicht unterscheiden, welche Stressquellen von aussen kommen und welche allenfalls in ihnen selbst liegen.

- Unterstützen Sie Mädchen darin, Stressquellen differenziert zu benennen und zu reflektieren.
- Hinterfragen Sie mit den Mädchen zusammen, ob die gefundenen Stressquellen tatsächlich in ihnen selbst liegen oder ob sie von aussen kommen.
- Hinterfragen Sie zusammen mit den Mädchen, ob Stressquellen veränderbar sind oder nicht.

Misserfolgsorientierung

Mädchen (und Frauen) neigen dazu, Erfolge den günstigen Umständen oder dem Glück zuzuschreiben. Misserfolge hingegen nehmen sie als persönliches Versagen wahr. Das zieht sich durch alle Lebensbereiche und kommt so auch in Stress- und Belastungssituationen zum Tragen.

- Unterstützen Sie Mädchen in ihrem Selbstwertgefühl, indem Sie gemeinsam mit den Mädchen den Gründen für einen Erfolg nachgehen.
- Ermuntern Sie Mädchen, Erfolge zu benennen und zu feiern.
- Fördern Sie das Selbstbewusstsein von Mädchen, indem Sie Lob und Anerkennung äussern, wenn sie z.B. verschiedene Strategien ausprobieren, etwas Neues versuchen oder Durchhaltevermögen zeigen.

Gute Coping Strategien

Mädchen verfügen häufiger als Jungen über ungünstige oder sogar schädliche Strategien zur Stressbewältigung. Dazu gehören eine passive Vermeidung des Problems, ständige Grübeleien und sich Sorgen machen.

Gute Strategien zur Stressbewältigung können jedoch nur entwickelt werden, wenn die Stressquellen benannt und reflektiert werden.

- Fragen Sie nach den Gründen für den Stress und belassen Sie es nicht bei allgemeinen Aussagen.
- Unterstützen Sie Mädchen darin, sich abzugrenzen und nein zu sagen (siehe auch Film „Bis hierher...“).
- Suchen Sie mit den Mädchen gemeinsam nach guten Strategien zur Stressbewältigung.
- Fragen Sie die Mädchen, was Sie (als LehrerIn, JugendarbeiterIn etc.) tun können, um Mädchen zu entlasten.



Vorschläge zum Einsatz des Films „Ein Stress kommt selten allein!“

A. Arbeit mit dem Film



Stressquellen benennen und reflektieren. Anforderungen von aussen und Erwartungen an sich selbst werden hinterfragt.

B. Umgang mit Stress



Mädchen können sich ein Stück weit von Erwartungen und Anforderungen distanzieren. Mädchen verfügen über gute Coping-Strategien, um mit Stress umzugehen.

C. Arbeit mit dem Film



Jungen lernen Fakten zu Stress und Leistungsdruck kennen und reflektieren ihre Coping-Strategien im Umgang damit. Ihre Empathie gegenüber den Mädchen wird gefördert.

Wie umsetzen? ca. 45 Min

10' Film anschauen

- Was habt ihr gehört, gesehen? Ist es euch schon ähnlich ergangen wie Sophie?

20' Stressquellen nennen

Für sich selbst zwei bis drei Stressquellen je einzeln auf einem Post-it notieren. Auf der Wandtafel alle genannten Stressquellen sammeln und fortlaufend gemeinsam ordnen (siehe Anhang). Diskutieren Sie mit den Mädchen, welche Stressquellen sie für veränderbar halten und welche nicht.

10' Umgang mit Stress

Häufig genannte Stressquellen der Mädchen identifizieren. Strategien zum Umgang damit diskutieren.

- Was hilft euch?
- Welche Strategien habt ihr im Umgang mit diesen Stressquellen? Bezug zum Wohlbefinden und allenfalls Suchtentwicklungen herstellen.
- Was kann ich als Lehrperson tun, um euch zu entlasten?

5' Abschluss

Würdigung des Gesagten als aktueller Spiegel der Gruppe bezüglich Stress.

Wie umsetzen? ca. 45 Min

10' Negative Gefühle und Stress

Zu zweit diskutieren:

- Was fühlt Sophie während dem Test und danach in der Pause?
- Wie fühlt sich Stress für euch an?
- Welche Emotionen kommen in einer Stresssituation hoch?

20' Einzelarbeit

Übung zur Stärkung von Entscheidungs- und Organisationsfähigkeiten (siehe Anhang).

10' Eine oder zwei Entspannungsübungen auswählen

Mit der Gruppe ausprobieren (siehe Anhang).

5' Abschluss

Austausch zu Entspannungsübung. Abschluss.

Wie umsetzen? ca. 40 Min

10' Film ohne Ton anschauen

- Was sieht man?
- Was passiert im Film?
- Fiktive Dialoge formulieren: Was reden die?

5' Film mit Ton anschauen

Reaktionen aus der Klasse sammeln.

20' Statistik

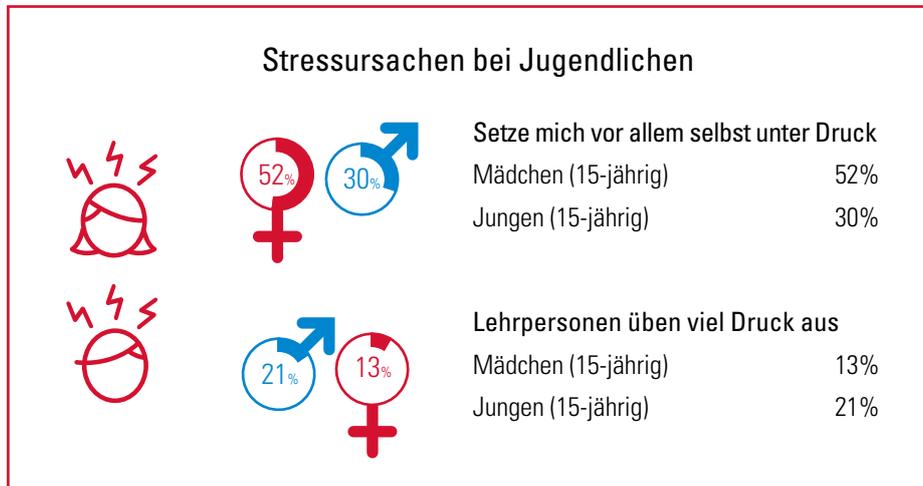
zu Stress und Leistungsdruck zusammen anschauen (siehe Anhang).

- Geht es euch auch so?
- Was macht ihr, wenn ihr gestresst seid?
- Habt ihr einen Rat für die Mädchen, die generell mehr Stress empfinden als ihr?

5' Abschluss

Würdigung des Gesagten. Bezug zu Wohlbefinden und allenfalls Suchtentwicklung herstellen.

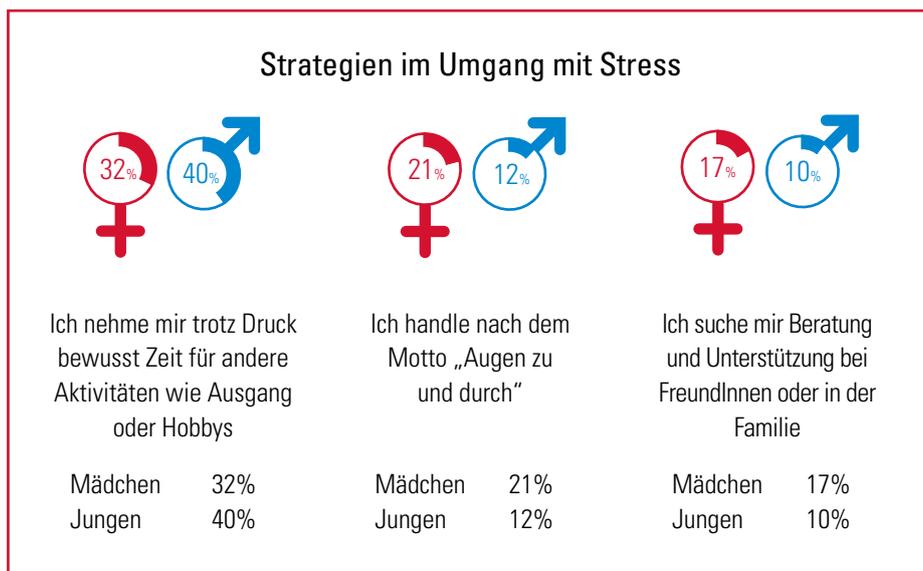
D. Zahlen und Fakten zum Film „Ein Stress kommt selten allein“ ♀



„Mädchen machen sich den Stress selbst.“

„Mädchen sind in Stresssituationen weniger cool als Jungen.“

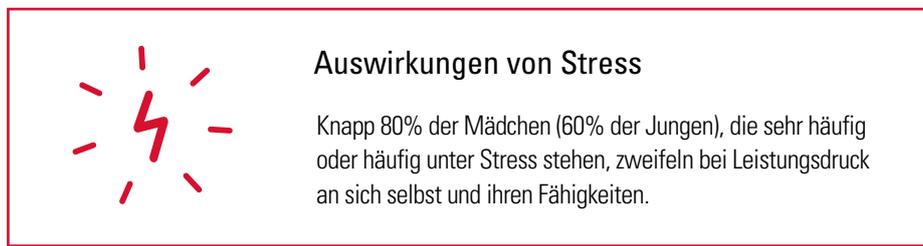
„Mädchen können nicht sagen «Wow, das habe ich gut gemacht!»“



Aufgabe

In Zweiergruppen Sätze anhand der folgenden Fragen besprechen und dann im Plenum diskutieren.

- Stimmen diese Aussagen? Bist du damit einverstanden?
- Weshalb setzen sich Mädchen selbst so stark unter Druck?
- Warum zweifeln Mädchen mehr an ihren Fähigkeiten als Jungen?



WESHALB IST DAS SO?

- > Mädchen lernen schon früh, eigene Bedürfnisse zu Gunsten anderer zurückzustellen.
- > Mädchen schreiben Erfolge eher dem Glück oder günstigen Umständen zu, während Jungen den Erfolg eher ihrem Können zuschreiben.

Quelle

Jacobs Foundation (Hrsg.) (2015): Zuviel Stress – zuviel Druck! Wie Schweizer Jugendliche mit Stress und Leistungsdruck umgehen. Eine Studie der Jacobs Foundation, verfasst von Prognos. Basel



INFORMATIONEN FÜR LEHR- UND LEITUNGSPERSONEN

- > In vielen Studien konnte nachgewiesen werden, dass Mädchen (und Frauen) mehr Stress empfinden als Jungen (und Männer).¹ Zum einen scheinen unterschiedliche hormonelle Reaktionen und damit verbundene Auswirkungen im Gehirn eine Rolle zu spielen. Andererseits hat auch das Selbstbewusstsein Einfluss auf das Stresserleben und den Umgang mit Stress. Das Selbstbewusstsein von Mädchen ist jedoch schwächer ausgeprägt, so dass sie auch schlechtere Ausgangsbedingungen für die Stressbewältigung haben als Jungen.²
- > Stress in der Schule hängt mit einer grossen Leistungsorientierung zusammen. Diese Orientierung wird von Mädchen verinnerlicht, d.h. sie auferlegen sich den Druck, erfolgreich zu sein, selbst. 52% der Mädchen (30% der Jungen) sagen, dass sie sich vor allem selbst unter Druck setzen. In ihrer Wahrnehmung kommt also der Druck nicht von aussen. Gleichzeitig berichten Mädchen auch mehr als Jungen von Zukunftsängsten (47% der Mädchen und 39% der Jungen), woraus eine komplexe Situation entsteht. Sie folgern für sich, dass auch volle Leistungsbereitschaft nicht mit voraussichtlichen Erfolgen in Zukunft einhergehen muss.³
- > Im Zusammenhang mit der Stressbewältigung setzen Mädchen häufiger als Jungen die Strategien „Suche nach sozialer Unterstützung“ und „Augen zu und durch“ ein. Dabei gilt die Suche nach sozialer Unterstützung als hilf- und erfolgreiche Strategie. Beim Umgang mit den negativen Gefühlen, welche bei Stresssituationen entstehen, werden die Strategien „Ablenkung“ oder „Bagatellisierung“ von Mädchen kaum, von Jungen aber deutlich häufiger verwendet. Das Gleiche gilt für die Strategie, gezielt Sport oder andere Aktivitäten als Ausgleich zu betreiben. Mädchen tun das weniger als Jungen.
- > Als Folge von Stress berichten 64% der Mädchen (55% der Jungen) mit häufigem Stress von Lustlosigkeit, 69% der Mädchen (49% der Jungen) von Niedergeschlagenheit und Traurigkeit. Dazu kommen bei 49% der 11– 15-jährigen Mädchen (33% der Jungen) mindestens zwei Beschwerden wie Kopfweh, Bauchweh, Schlafstörungen etc., welche sie wöchentlich oder täglich erleben.
- > Sehr viele Mädchen zweifeln bei Stress und Leistungsdruck an sich selbst und ihren Fähigkeiten, Problemlösende Strategien haben sich als besonders effektiv bei der Stressbewältigung erwiesen. Sie fördern die Selbstständigkeit, das Selbstbewusstsein und das Selbstvertrauen von Mädchen.⁴ Es lohnt sich also, die Kompetenzen von Mädchen in diesem Bereich zu fördern.

Quellen

¹ DAK Gesundheit (Hrsg.) (2017). Präventionsradar. Erhebung Schuljahr 16/17. Kinder- und Jugendgesundheit in Schulen. www.praeventionsradar.de

² Beck J., Lange S., Tröster H. (2016). Geschlechtsunterschiede in der Stressvulnerabilität, Stressbewältigung und Stresssymptomatik bei Grundschulkindern. In: Zeitschrift für Gesundheitspsychologie. Vol. 24/2018. Hogrefe Verlag.

³ Jacobs Foundation (Hrsg.) (2015): Zuviel Stress – zuviel Druck! Wie Schweizer Jugendliche mit Stress und Leistungsdruck umgehen. Eine Studie der Jacobs Foundation, verfasst von Prognos. Basel

⁴ Lohaus A., Domsch H., Fridrici M. (2007). Stressbewältigung für Kinder und Jugendliche. Heidelberg: Springer Medizin Verlag.



Weiterführende Themen und Hinweise

| Thema | Link |
|---|--|
| Arbeitsblätter und Unterrichtsmaterialien zu Stress | www.feel-ok.ch/de_CH/schule/themen/stress |
| Unterrichtsmaterial Stressprävention 3. Zyklus | phzh.ch/de/Dienstleistungen/materialien-fuers-schulfeld/planungshilfen-gesundheit-praevention/stress/stress_zyklus3 |
| Selbsttest zu Stress | www.feel-ok.ch/de_CH/jugendliche/themen/stress |
| Selbstbewusstsein / Selbstwertgefühl | www.meinselbstwertgefuehl.ch |
| Stress und Leistungsdruck | www.projuventute.ch/de/altern/familie/stress |
| Mobbing: Opfer / Täter | www.feel-ok.ch -> Konflikt, Krise -> Gewalt |
| Mobbing: Unterrichtsvorschläge | www.bpb.de/shop/lernen/themenblaetter/157343/mobbing-in-der-schule |
| Nein sagen | www.feel-ok.ch/de_CH/jugendliche/themen/stress/start/nein_sagen/tipps/ich_sage_nein.cfm |



FILM 7 „TYPISCH MÄDCHEN – TYPISCH JUNGS!“

Informationen zum Film

Übergeordnete Ziele:

- Mädchen und Jungen setzen sich mit Geschlechterstereotypen auseinander.
- Mädchen und Jungen erweitern die eigenen Vorstellungen bezüglich weiblicher und männlicher Geschlechterrollen.
- Mädchen und Jungen lernen voneinander.



Zusammengefasst: Es geht um die stereotypen Vorstellungen, die Jungen und Mädchen voneinander haben. Mirco und Morena, die zusammen eine Beziehung führen, erzählen ihren Freunden bzw. Freundinnen, dass sie am Abend vorher Probleme miteinander hatten. Es läuft darauf hinaus, dass die Jungs sich einig sind, dass Mädchen immer ein Drama um alles machen und die Mädchen finden, dass Jungs nie über ihre Probleme reden.

Szene 1: Vier Jungs sitzen auf der Treppe vor der Schule. Mirco erzählt, dass seine Freundin Morena ihn am Tag vorher so aufgeregt habe. Sie sei eingeschnappt gewesen, weil er nichts über ihre Frisur gesagt hätte, nachdem sie Stunden im Bad verbracht hatte. Die anderen Jungs bestätigen seine Schilderung (Weiber halt. Meine Schwester ist auch so). Ausserdem nervt es Mirco, dass sie nachher noch stundenlang mit einer Freundin telefonierte, dabei hatte er schon am Morgen Ärger mit seinem Vater. Die anderen reagieren verhalten zustimmend, einer lenkt ab (Chills, komm wir gehen zu mir zocken).

Man hört den Gedanken von Mirco: **„Wieso macht sie immer so ein Drama?“**



Szene 2: Die Sicht von Morena. Sie sitzt mit drei anderen Mädchen im Gang der Schule und wird gefragt, was los sei. Sie erzählt, dass ihr Freund Mirco sich am Tag vorher voll daneben verhalten hat. Die anderen sind wenig erstaunt darüber und fragen nach, ob er immer noch Probleme mit seinem Vater habe. Morena bejaht dies und meint, Mirco würde aber nie mit ihr darüber reden, Hauptsache, er wahre seinen coolen Schein. Die anderen bestätigen sie.

Man hört den Gedanken von Morena: **„Er ist so ein Idiot. Warum redet er nie?“**



Themen, die der Film anspricht

Empfehlungen zur Unterstützung/Stärkung

Genderstereotypen

Genderstereotypen sind vereinfachende Vorstellungen über Frauen und Männer, welche unsere Wahrnehmung beeinflussen. Sie reduzieren einerseits Unsicherheiten und bieten Orientierung. Andererseits können dadurch Eigenschaften und Verhaltensweisen von Mädchen/Frauen und Jungen/Männern in einschränkender Weise festgeschrieben werden (siehe auch unter Glossar S.60)

- Setzen Sie sich mit den Jugendlichen zusammen mit Genderstereotypen auseinander. Diskutieren Sie Bilder von Männlichkeiten und Weiblichkeiten.
- Durch das Hinterfragen der gesellschaftlichen Rollen sollen die Jugendlichen darin unterstützt werden, ihre eigene Geschlechterrolle zu erweitern.
- Als Lehrerin, Jugendarbeiterin oder Leiterin in der Verbandsjugendarbeit sind Sie ein Rollenmodell für Mädchen. Wenn Sie nicht immer wieder nachgeben oder „dem Frieden zuliebe“ schweigen, dann setzen Sie damit auch ein Zeichen für mehr Spielraum in der Rolle als Frau.
- Als Lehrer, Jugendarbeiter, Leiter in der Verbandsjugendarbeit sind Sie ein Rollenmodell für Jungen. Stehen Sie als Mann zu ihren „schwachen“ Seiten, indem Sie zum Beispiel zeigen, dass sie darunter leiden, wenn es am Arbeitsplatz nicht so läuft, wie Sie es gerne hätten.

Umgang mit belastenden Situationen

Alkohol (eher bei Jungen) oder Medikamente (eher bei Mädchen) und andere psychoaktive Substanzen werden oft gebraucht, um verschiedene Alltagsbelastungen oder schwierige Lebensphasen zu bewältigen. Das gilt auch für problematische Verhaltensweisen wie Glücksspiel oder Essstörungen.

Umgang mit Stress ist erlernbar, alltägliche Belastungen können als Herausforderungen und nicht nur als Bedrohung wahrgenommen werden.

- Trainieren Sie mit den Mädchen und Jungen zusammen Stressbewältigungsstrategien. Fördern Sie das gegenseitige Verständnis für unterschiedliche Bewältigungsstrategien und unterstützen Sie die Jugendlichen dabei, weitere Strategien im Umgang mit Belastungen und Stress zu entwickeln.

Vorschläge zum Einsatz des Films „Typisch Mädchen – Typisch Jungs!“

A. Arbeit mit dem Film

Mädchen und Jungen lernen voneinander durch Austausch. Mädchen erkennen, dass sie in der Wahrnehmung der Jungen häufig dramatisieren und reflektieren diese Zuschreibung. Jungen erachten es als Stärke, über Schwierigkeiten mit Bezugspersonen (FreundInnen und andere) zu reden.

B. Austausch zu zweit

Erweiterung der eigenen Strategien im Umgang mit Stress und Belastungen.

C. Austausch zu zweit

Auseinandersetzung mit Stereotypen. Erweiterungen der eigenen Vorstellung bezüglich weiblicher und männlicher Geschlechterrollen.

Wie umsetzen? ca. 40 Min

5' Film mit Mädchen und Jungen gemeinsam anschauen.

30' Positionierung

Geschlechterstereotype Aussagen (siehe Kopiervorlagen im Anhang) mit Bezug zum Film werden eine nach der anderen bearbeitet. Die erste Aussage wird vorgelesen und an die Wand gehängt. Die Mädchen und Jungen werden aufgefordert, sich auf einer Achse mit den Positionen (siehe Kopiervorlagen im Anhang) völlig einverstanden, ziemlich einverstanden, eher nicht einverstanden und gar nicht einverstanden einzuordnen. Die Moderation fragt beispielhaft bei einzelnen Jugendlichen nach, weshalb sie eine bestimmte Position eingenommen haben. Danach kommen die zwei anderen Aussagen an die Reihe.

5' Abschluss

Zusammenfassung des Gesagten.

Wie umsetzen? ca. 35 Min

20' Arbeit zu zweit

Immer ein Junge und ein Mädchen tun sich zusammen und diskutieren folgende Fragen:

Was machst du:

- Wenn es dir gut geht?
- Wenn du nicht gut drauf bist?
- Wenn du gestresst bist?
- Wenn du wütend bist?
- Wenn du dich einsam fühlst?

15' Auswertung im Plenum

Frage an die Zweiergruppen:

- Nennt je zwei Strategien, welche euch besonders gut gefallen haben.

Wie umsetzen? ca. 45 Min

15' Einzelarbeit

Arbeitsauftrag: Falte ein leeres A4-Blatt der Länge nach in der Mitte und schreibe auf der einen Hälfte die Überschrift „typisch Mädchen“ und auf der anderen Seite „typisch Junge“ und notiere spontan, was dir dazu in den Sinn kommt.

Wenn du fertig bist, notiere, was du selbst an dir typisch findest.

15' Arbeit zu zweit

Immer ein Junge und ein Mädchen tun sich zusammen und schauen, ob diese Zuschreibungen wirklich stimmen. „Stimmen diese für euch?“

10' Auswertung im Plenum

Nennt je ein Beispiel, bei dem ihr übereinstimmt sowie eines, bei welchem eure Meinung auseinandergeht.

Diskussion darüber im Plenum.

5' Abschluss

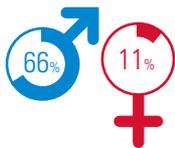
Zusammenfassen, was man unter Stereotypen (siehe Glossar) versteht.

Aufzeigen, dass Stereotypen verbreitet sind, dass sie aber nicht in Stein gemeisselt sind und man sich anders verhalten kann.

D. Zahlen und Fakten zum Film „Typisch Mädchen - typisch Jungs!“

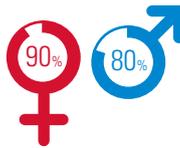


Lieblingsaktivitäten¹



Online

Spielen von Videogames: Zwei Drittel aller Jungen (66%) gamen täglich oder mehrmals pro Woche, während es bei den Mädchen lediglich 11% sind.



90% der Mädchen nutzen soziale Medien als Unterhaltung, bei den Jungen sind es 80%.

Offline

Mädchen verbringen mehr Zeit mit ihren Haustieren, musizieren und basteln in ihrer Freizeit häufiger, während Jungen sich regelmässiger mit Freunden treffen und mehr Sport treiben als Mädchen.

„Mädchen können besser über ihre Problemen reden.“

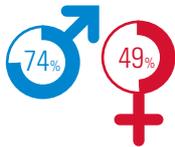
„Jungen vergessen ihre Probleme beim Gamen.“

Aufgabe

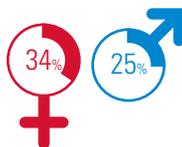
In Zweiergruppen Sätze besprechen anhand der folgenden Fragen und dann im Plenum diskutieren.

- Stimmen diese Aussagen? Bist du damit einverstanden?
- Was könnten Jungen von den Mädchen lernen?
- Was könnten Mädchen von den Jungen lernen?

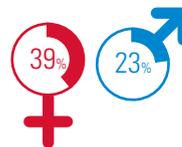
Problematische Inhalte im Internet²



Jungen sehen sich häufiger mit gewalthaltigen Inhalten konfrontiert als Mädchen (74% zu 49%).



Mädchen werden online häufiger sexuell belästigt als Jungen (34% zu 25%).



Mädchen machen sich mehr Sorgen als Jungen darüber, ob private Inhalte wirklich nicht gesehen werden können (39% zu 23%).

Jungen sind häufiger Empfänger, Produzenten und Sender von digitalen pornografischen Inhalten.



INFORMATIONEN FÜR LEHR- UND LEITUNGSPERSONEN

- > Wie an anderer Stelle erwähnt, beeinflussen uns die gesellschaftlichen Vorstellungen, wie Jungen und Männer oder Mädchen und Frauen zu sein und was sie zu tun haben, bewusst oder unbewusst. Den sozialen Erwartungen entsprechend reagieren Jungen und Männer eher mit Externalisierung z.B. in Form von Wutausbrüchen, aggressivem Verhalten, aber auch mit Stummheit und Schweigen, wenn es um Gefühle wie Scham, Ohnmacht und Traurigkeit geht. Mädchen und Frauen tendieren eher zur Internalisierung und reagieren auf Belastungen mit Traurigkeit sowie Scham- und Schuldgefühlen. Sie geben jedoch an, dass über Probleme zu sprechen die Problemlast leichter werden lässt und sich jemandem anzuvertrauen zur Lösung beitragen kann.
- > In der Schule werden mit dem Geschlecht verbundene Erwartungen wirksam, wenn (auch unbewusst) davon ausgegangen und erwartet wird, dass Mädchen im Lesen und Schreiben besser sind, während Jungen in Mathematik die Nase vorne haben.³
- > Auch die Eltern haben unterschiedliche Erwartungen gegenüber Töchtern und Söhnen. Allgemein haben sie hohe Erwartungen und schätzen ihr Kind besser ein, als das die Schulrealität zeigt. Bei den Mädchen werden gute Noten auf Fleiss und bei den Jungen auf Begabung zurückgeführt. Schlechte Schulleistungen werden bei Mädchen dementsprechend durch mangelnde Begabung und bei Jungen durch Faulheit begründet. Mädchen und Jungen sind sehr sensibel auf Rückmeldungen, was sich in der Einschätzung ihrer Schulleistung widerspiegelt: Die Mädchen schätzen sich zu tief und die Jungen zu hoch ein. Wer sich unterschätzt, strengt sich an. Wer sich überschätzt, tut dies nicht. Beide Reaktionen haben Vor- und Nachteile.⁴
- > Die Berufswahl ist ebenfalls stark von Vorstellungen zur Geschlechterrolle beeinflusst. So wählen Jungen eher technische und naturwissenschaftliche Berufsrichtungen und Mädchen eher Berufe im Dienstleistungs-, Sozial- oder Gesundheitswesen.

Quellen

¹ Willemsse, I., Waller, G., Genner, S., Suter L., Oppliger S., Huber, A.-L. & Süss, D. (2014). JAMES – STUDIE (Alter 12- bis 19-Jahre).

² ebenda

³ Rhyner T., Zumwald B. (Hrsg.) (2002): Coole Mädchen – starke Jungs. Ratgeber für eine geschlechterspezifische Pädagogik. Bern, Stuttgart, Wien: Paul Haupt.

⁴ Coole Mädchen – nette Jungs Ein Themenheft zur geschlechterbezogenen Pädagogik. Amt für Volksschulbildung (AVS). Luzern, Mai 2004.

Weiterführende Themen und Hinweise

| Thema | Link |
|---|--|
| Durch Seitenwechsel neue Zukunftsperspektiven entdecken | www.nationalerzukunftstag.ch |
| Geschlechterrollen, Anregungen für Elternarbeit | www.genderundschule.de -> Elternarbeit |
| Glücksspiel | www.feel-ok.ch -> Glücksspiel |
| Kampagne für selbstbestimmte Geschlechterrollen von TERRE DES FEMMES | www.rollenrollen.ch |
| LGBTIQ+ (Beratung) | www.sexuelle-gesundheit.ch/beratungsstellen |
| Sexueller Übergriff | www.skppsc.ch/de/themen/sexuelle-uebergriffe/sexuelle-uebergriffe-missbrauch |
| Umgang mit Belastungen und Stress: Selbstvertrauen und Selbstüberschätzung, Gruppendruck, Mobbing in der Schulklasse, Zivilcourage, Risikokompetenz | www.fhnw.ch/de/weiterbildung/paedagogik/nach-format/beratungsstellen-und-beratungsangebote/beratungsstelle-gesundheitsbildung-und-praevention/publikationen-gesundheitsbildung |
| Videos zu gendersensibler Arbeit im Unterricht | www.schule.at -> Portale -> Gender und Bildung |



4 ANHANG

4.1 Glossar

Sex und Gender: Der Begriff „sex“ (engl.) bezieht sich auf das biologische Geschlecht – d.h. zum Beispiel genetische, anatomische oder physiologische Unterschiede zwischen den Geschlechtern. Im Gegensatz dazu umfasst der Begriff „gender“ (engl.) die psychologischen, sozialen und kulturellen Dimensionen des Geschlechts.

Genderidentität: Beschreibt die soziale Rolle, mit welcher sich eine Person identifiziert. Wenn die soziale Rolle mit dem biologischen Geschlecht übereinstimmt, bezeichnet man die Geschlechtsidentität als Cisgender, was auf die meisten Menschen zutrifft. Unterscheidet sie sich vom biologischen Geschlecht spricht man von Transgender.

Gender als Konstrukt - doing gender (by drugs): Geschlechtsrollenverhalten wird von klein auf gelernt und durch die Rollenexpectationen des Umfelds bestärkt. Was Frauen und Männer sind und wie sie sein sollen, wird gesellschaftlich hergestellt. Das Geschlecht wird „sozial konstruiert“, die alltägliche kontinuierliche Herstellung von Geschlecht als „doing gender“ bezeichnet. Um die Kategorie Geschlecht zu hinterfragen, kann auf die soziale Herstellung von Geschlecht hingewiesen werden. Mädchen wie Jungen übernehmen nicht passiv und fremdbestimmt Rollenvorgaben, sondern stellen ihre Geschlechtsidentität im Sinne einer aktiven Ich-Leistung her. Die Institution Schule, aber auch andere soziale Systeme, spielen in der Konstruktion von Geschlecht eine wichtige Rolle.

Genderstereotypen: Geschlechterstereotypen vermitteln den Eindruck, dass Männlichkeit und Weiblichkeit zwei verschiedene Welten mit unpassierbaren Grenzen sind. Die Filme spielen mit geschlechtsspezifischen Stereotypen, indem sie sie entweder zuspitzen (bspw. „rosa Zimmer“ im Film „In meiner Haut...“) oder aufbrechen (bspw. „sanfter Mann“ im Film „Voll stark!“). Durch die Darstellung verschiedener Formen von Weiblichkeit und Männlichkeit begünstigen es die Filme, gewisse Geschlechterstereotypen zu hinterfragen und zu dekonstruieren.

Sexuelle Orientierung: Gibt Auskunft über die Ausrichtung der sexuellen Interessen einer Person, welche unabhängig vom biologischen Geschlecht sind. Jemand kann Personen des gleichen (homosexuell) oder des anderen (heterosexuell) biologischen Geschlechtes anziehend finden oder beide (bisexuell).

Heteronormativität: Ist die Norm, welche aus dem Glauben, dass (nur) Heterosexualität „normal“ ist, abgeleitet wird. Nicht-heterosexuelle Menschen stossen weltweit auf Vorurteile, Ablehnung und Ausgrenzung. Nicht dazugehören oder anerkannt zu werden, ist sehr belastend und kann ein Risikofaktor für eine Suchtentwicklung werden. Eine Diskussion über Geschlechterstereotypen ermöglicht, Gender nicht nur mehr binär, sondern als mögliche Ausdrucksform einer Vielzahl von Geschlechtsidentitäten zu verstehen.

Resilienz: Unter Resilienz versteht man die Widerstandsfähigkeit von Individuen oder Systemen (z.B. Familie, Schule), erfolgreich mit belastenden Situationen (z.B. Misserfolgen, Unglücken, Notsituationen, traumatischen Erfahrungen, Risikosituationen u.ä.) umzugehen.



4.2 Kopiervorlagen

Zum Film „Voll stark!“

| AUSSAGEN ZU JUNGE/MANN: | | | | | |
|-------------------------|-----------------------|-------------------|--------------------------|---------------------------|--|
| Ist stark | Kann saufen | Weint manchmal | Treibt Sport | Steht auf Geschwindigkeit | |
| Ist mutig | Raucht gerne | Fühlt sich einsam | Will Recht haben | Geht gerne aus | |
| Ist sanft | Ist aggressiv | Gibt gerne an | Schmust gerne | Weiss, was er will | |
| Ist schweigsam | Ist ein Einzelgänger | Ist treu | Jammert nicht | Mag es nicht kompliziert | |
| Ist romantisch | Ist cool | Arbeitet hart | Ist liebevoll | Will die Welt regieren | |
| Ist hilfsbereit | Ist easy | Ist fürsorglich | Geht gerne spazieren | | |
| Ist faul | Redet Klartext | Hat Angst | Kennt keinen Schmerz | | |
| Ist muskulös | Verträgt viel Alkohol | Macht sich schön | Mag Abenteuer | | |
| Ist leidenschaftlich | Redet nicht viel | Gibt Fehler zu | Braucht den Nervenkitzel | | |



Zum Film „Du Opfer“

GEWALTBAROMETER

Ziel: Die Schüler werden durch diese Übung auf das Thema eingestimmt und erkennen durch die individuelle Bewertung der Beispielszenen, dass manche Situationen eindeutig als Gewalt, andere aber unterschiedlich wahrgenommen und eingeschätzt werden.

Fragestellung: Stufst du diese Situation als Gewalt ein?

Vorbereitung: Ein Kreppbandstreifen auf dem Boden dient als Kennzeichnung

rechts = körperliche Gewalt • auf dem Strich = keine Gewalt • links = seelische Gewalt

Beispiele werden vorgelesen und die Jungen begeben sich auf die jeweilige Position:

- Ein Junge, der sich über die Frisur eines andern Jungen lustig macht.
- Eltern, die ihre Kinder zwingen von allem Essen zu probieren.
- Jemandem auf eine Frage nicht zu antworten.
- Ein Vater, der sein Kind vor einem Auto von der Straße reisst und ihm dabei wehtut.
- Ein Junge, der einem Mädchen nachpfeift.
- Zuschauen, wenn jemand im Bus aufgrund seiner Herkunft blöd angemacht wird.
- Ein Autofahrer mit 215 km/h auf der Autobahn.
- Jemandem in seine Afrohaare zu greifen.
- Eine Mutter, die ihren Sohn als blöd bezeichnet.
- Dass Frauen im Durchschnitt für die gleiche Arbeit weniger verdienen als Männer.
- Ein Mädchen, das ihrem Freund einen Knutschfleck macht.
- Ein Vater, der nie zu Hause ist.
- Ein Profiboxer.
- Der Chef einer Firma, die ihren Giftmüll in Entwicklungsländer schickt.
- Ein Metzger, der ein Kälbchen zu Wurst verarbeitet.
- Ein Politiker, der gegen Ausländer hetzt.
- Ein Polizist, der dir wegen fehlendem Fahrradlicht 15 Franken abnimmt.

Es gibt Formen von Gewalt, die sowohl körperliche als auch seelische Gewalt beinhalten. Das wird auch den Schülern auffallen und es fällt ihnen schwer sich zu entscheiden. Sie werden erfahrungsgemäß sich mit einem Bein auf jede Seite stellen oder hin- und herhüpfen.



Zum Film „Du Opfer“

HINTERGRUNDINFORMATIONEN ZU DEN ROLLEN: OPFER, TÄTER UND BEOBACHTENDE

Botschaften:

- Die Rollenverteilung ist nicht statisch.
- Die Rollen können wechseln.
- Es gibt keine Gewinner bei Gewalthandlungen.

„Opfer“

Das klassische Opfer gibt es nicht. Jeder und jede kann in die Situation geraten von Einzelnen oder einer ganzen Gruppe gemobbt zu werden. In erster Linie spielt die Zusammensetzung und Situation innerhalb der Gruppe eine grosse Rolle, ob und wer wann zum Mobbingopfer wird. Auslöser können eine momentane schlechte Grundstimmung innerhalb der Gruppe, eine neue Zusammensetzung oder ein nicht offen ausgetragener Konflikt sein. Oft wird dann ein Gruppenmitglied gewählt, welches aus verschiedenen Gründen momentan wenig oder keine Unterstützung aus der restlichen Peergroup zu erwarten hat.

Umgang mit dem Opfer: Wichtig ist es, den Jugendlichen zuzuhören und sie ernst zu nehmen. Die nächsten Schritte wie Kontaktaufnahme mit den Eltern, der Schulleitung, den Tätern sind genau zu besprechen und nur mit dem Einverständnis des Opfers zu veranlassen. Eine klare und deutliche Rückmeldung im Sinne von: Nicht du hast einen Fehler gemacht, sondern die Täter sind im Unrecht, wirkt unterstützend. Gewalt kann zu Schulangst führen, denn wenn ein Kind oder Lehrer in die Schule geht und dabei das Gefühl hat, Feindesland zu betreten, in dem er auf der Hut sein muss, wird die Schule zum Ort der Angst.

Anzeichen eines Opfererlebnisses:

- Die Jugendlichen möchten nicht mehr in die Schule gehen und wenden eine Vermeidungstaktik wie Krankheit oder Schwänzen an.
- Die schulischen Leistungen lassen nach.
- Für den Körper sind die steten Anfeindungen Dauerstress, er reagiert mit Kopf- und Bauchschmerzen, Schlafstörungen und Alpträumen.
- Änderung des Sozialverhaltens: Treffen mit Gleichaltrigen werden immer weniger, die Begeisterung für das Hobby lässt nach. Zunehmende Isolation beginnt.
- Das Selbstbewusstsein nimmt ab, der Gemobbte traut sich nichts mehr zu und betont häufig „nichts wert zu sein“.

„Täter“

Jugendliche, die Gewalt anwenden, kommen aus allen gesellschaftlichen Schichten und finden sich in allen Schulformen. Es gibt keine genaue Erklärung, warum Jugendliche andere mobben, die Gründe und Motive sind unterschiedlich und personenabhängig. Oft steht der zutiefst menschliche Wunsch nach Aufmerksamkeit und Anerkennung dahinter. Die Mobber nehmen an, auf diese Art und Weise ihre Beliebtheit und Position innerhalb der Gruppe steigern zu können. Sie teilen Menschen in Gewinner und Verlierer ein und nehmen an, durch das Herabwürdigen anderer automatisch zur Siegerseite zu gehören. Dabei ist vielen nicht klar, wie sehr die Opfer unter ihrem Verhalten leiden und welche seelischen Qualen sie verursachen.

Umgang mit dem Täter: Täter müssen mit ihrem Tun konfrontiert werden. Notwendig ist die Vermittlung der Tatsache, dass ihr Tun falsch ist. Die Täter müssen Konsequenzen erfahren: Ein klares, das geht nicht durch! Mit diesem Verhalten kommst du nicht weiter!

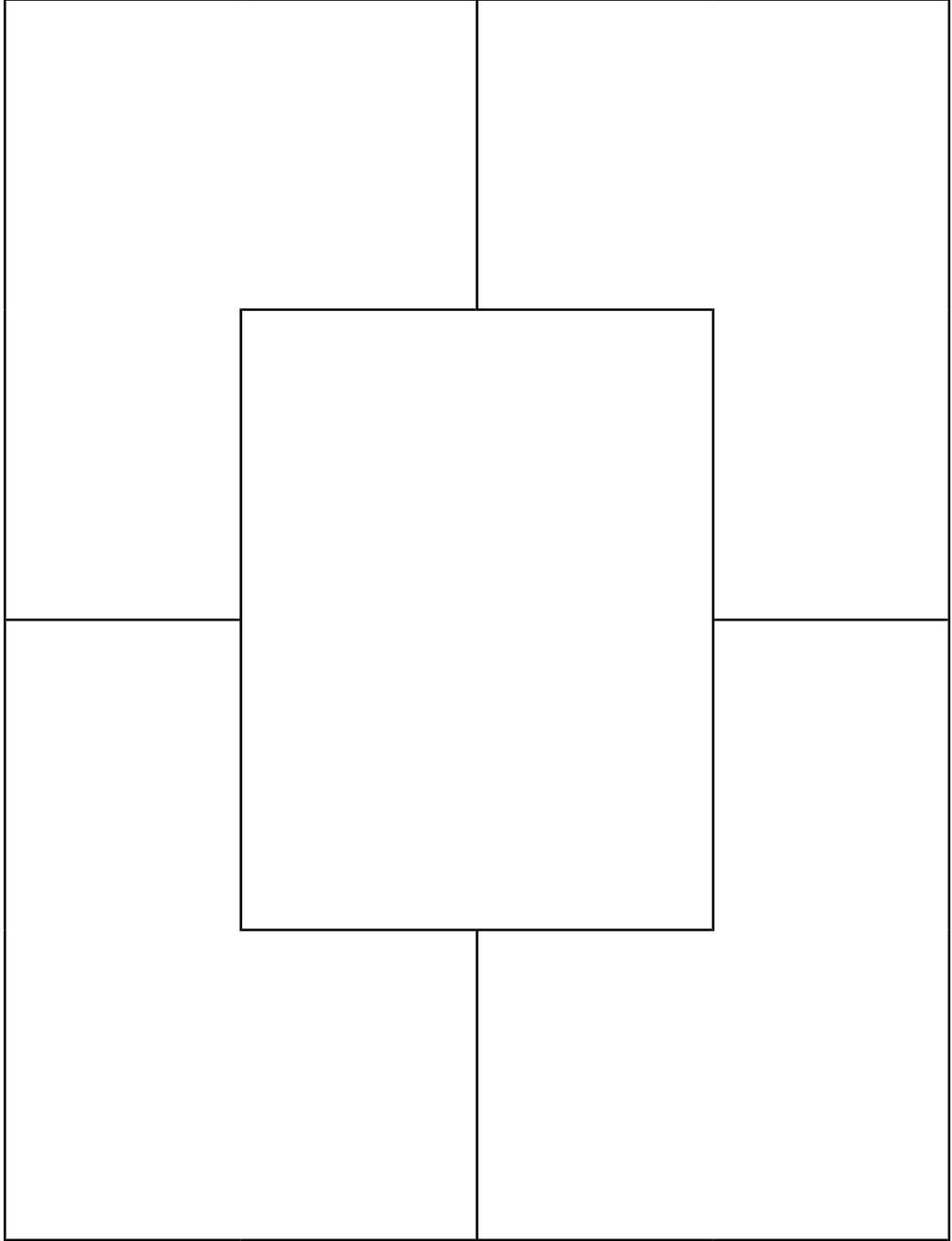
„Beobachtende“

Auch wenn nur ein paar Klassenkameraden die treibende und ausführende Kraft des Mobbings sind, sind alle – die Lehrpersonen und die restliche Klasse – involviert und beteiligt. Die meisten Schülerinnen und Schüler empfinden Mobbing als Unrecht, möchten dagegen aktiv werden. Deshalb muss konkret diese Gruppe gestärkt und gefördert werden. Das Thema Petzen soll in der Lektion angesprochen werden. Häufig wird über das Beobachtete nicht berichtet, aus Angst als Petzer dazustehen und so in einen Loyalitätskonflikt mit anderen Klassenkameraden zu kommen. In einer Klasse mit vielen selbstbewussten und couragierten Schülern haben es „Täter“ schwer und ecken an, so verinnerlichen sie eher, dass man sich mit schikanösem und fiesem Verhalten keine Freunde macht.

Quelle

Achtung in der Schule – Gewaltprävention

METHODE TABLE-SET FÜR VIER PERSONEN





Zum Film „In meiner Haut...“

SCHÖN/SCHLANK = GLÜCKLICH?

Eine breite Definition von Schönheit hilft dabei, ein positives Körperbild zu entwickeln.

Sich gegenseitig wertschätzende Rückmeldungen zu geben,
stärkt die Akzeptanz des eigenen Körpers und erhöht die Zufriedenheit.



UNREALISTISCHES KÖRPERBILD

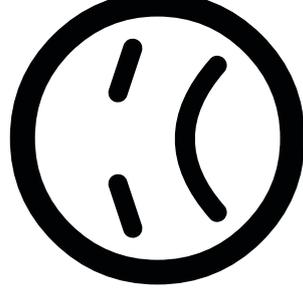
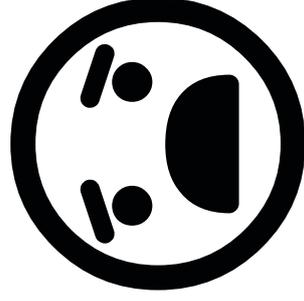
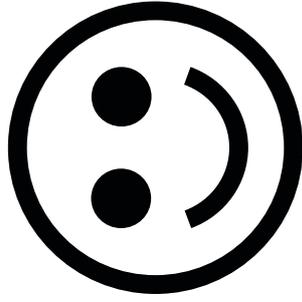
Das weibliche Körperideal ist gross, schlank, weiss, mit relativ grossen Brüsten.

Dieses Ideal wird als normal, gesund und durch genügend Einsatz
erreichbar dargestellt.

Ist ein Bewusstsein vorhanden, dass es sich bei den gezeigten Bildern um unrealistische, nachbearbeitete Körperbilder handelt, wirkt sich deren Konsum nicht oder weniger negativ auf das eigene Körperbild und Selbstwertgefühl aus.

EINFLUSS VON MEDIEN AUF DAS KÖRPERBILD

Bei Mädchen hängt die Zeitdauer, die damit verbracht wird, Medien zu konsumieren, welche unrealistische Körperideale zeigen, mit der Unzufriedenheit mit dem Körper zusammen.





Zum Film „Ein Stress kommt selten allein!“

FÖRDERUNG VON ENTSCHEIDUNGS- UND ORGANISATIONSFÄHIGKEITEN

Post-it Aufgabe

Teile das Post-it in drei Spalten.

Überlege dir, was du bis heute Abend alles noch erledigen solltest, damit du den morgigen Tag so entspannt wie möglich beginnen kannst und notiere diese in der ersten Spalte. Mögliche Tätigkeiten:

- Hausaufgaben machen
- Fingernägel lackieren
- für die Prüfung lernen
- Sport treiben
- Freunde treffen
- Instrument spielen
- Instagram, Tik-Tok anschauen
- das Zimmer aufräumen
- usw.

Schau dir alle diese Aufgaben in Ruhe an. Falls die Liste zu lang ist, überlege dir, welche dieser Aufgaben du unbedingt erledigen musst. Mache ein Kreuz hinter den Aufgaben, die du nicht aufschieben kannst oder bei welchen, die negativen Konsequenzen gross sind, wenn du sie nicht heute noch erledigst. Wurde die Liste kürzer?

Kreuze nun in der dritten Spalte alle Dinge an, die du gern tun möchtest.

Idealerweise entsteht nun eine ausgeglichene Liste mit Aufgaben, die du wirklich erledigen musst und Dingen, die du gern machen möchtest. Achte dabei auf Reihenfolge: Womit möchtest du beginnen? Eher mit einer schweren Aufgabe oder mit etwas Leichtem, das Spass macht?

| Erledigen bis heute Abend | Muss ich das wirklich? (x) | Das möchte ich gerne tun (x) |
|---------------------------|----------------------------|------------------------------|
| | | |
| | | |
| | | |
| | | |
| | | |
| | | |
| | | |
| | | |

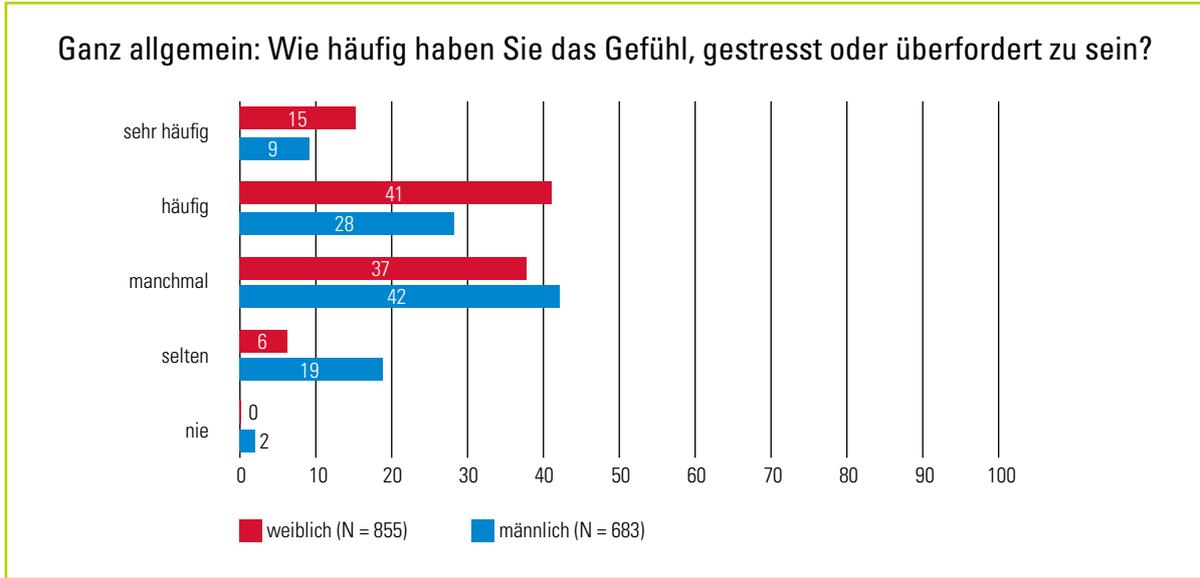
Nimm das Post-it mit nach Hause und klebe es an eine Stelle in deinem Zimmer, die du gut siehst. Geeignete Orte dafür sind beispielsweise die Innenseite deiner Zimmertür oder die Wand vor deinem Schreibtisch. Wende diese Übung an, wenn du das Gefühl hast, dass dir „alles zu viel wird“.



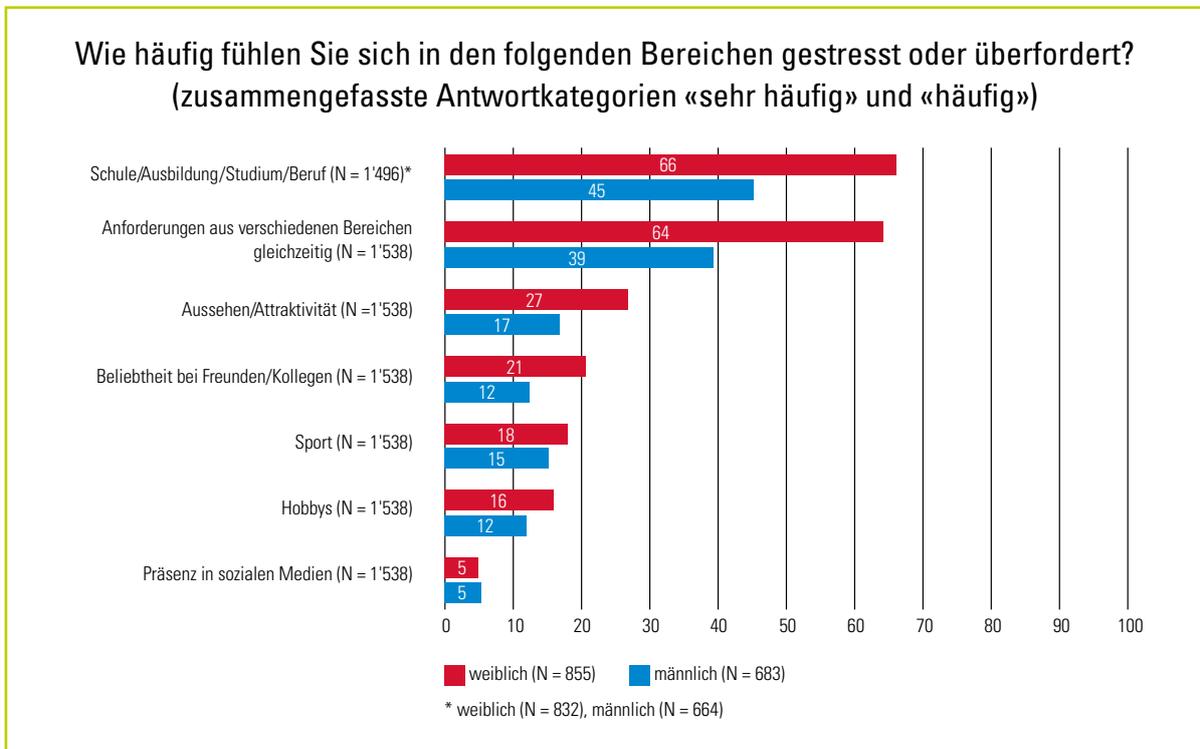
Zum Film „Ein Stress kommt selten allein!“

STATISTIK

Verbreitung von Stress und Überforderung im Alltag nach Geschlecht in Prozent



Verbreitung von Stress und Überforderung in verschiedenen Lebensbereichen nach Geschlecht in Prozent



Quelle

Juvenir Online-Jugendbefragung 2014.

MÄDCHEN MACHEN IMMER AUS ALLEM SO EIN DRAMA!

JUNGEN REDEN NIEMALS, WENN SIE PROBLEME HABEN!

**MÄDCHEN UND JUNGEN
KÖNNEN ZUM UMGANG
MIT STRESS UND
BELASTUNGEN VIEL VON-
EINANDER LERNEN!**

Zum Film „Typisch Mädchen – typisch Jungs!“

VÖLLIG EINVERSTANDEN

Zum Film „Typisch Mädchen – typisch Jungs!“

ZIEMLICH EINVERSTANDEN

Zum Film „Typisch Mädchen – typisch Jungs!“

EHER NICHT EINVERSTANDEN

Zum Film „Typisch Mädchen – typisch Jungs!“

GAR NICHT EINVERSTANDEN



4.3 Quellenangaben zum Kapitel 2

- ¹ Delgrande Jordan, M., Schneider, E., Eichenberger, Y., & Kretschmann, A. (2019). La consommation de substances psychoactives des 11 à 15 ans en Suisse - Situation en 2018 et évolutions depuis 1986 - Résultats de l'étude Health Behaviour in School-aged Children (HBSC) (Rapport de recherche No 100). Lausanne: Addiction Suisse.
- ² Delgrande Jordan, M., Mathieu, T., Notari, L. & Schidhauser, V (2020). Gesundheitsverhalten. In : Schweizerisches Gesundheitsobservatorium (Hrsg.). Gesundheit in der Schweiz – Kinder, Jugendliche und junge Erwachsene. Nationaler Gesundheitsbericht 2020. Neuenburg, OBSAN.
- ³ Marmet, S., Archimi, A., Windlin, B., & Delgrande Jordan, M. (2015). Substanzkonsum bei Schülerinnen und Schülern in der Schweiz im Jahr 2014 und Trend seit 1986 - Resultate der Studie „Health Behaviour in School-aged Children“ (HBSC) (Forschungsbericht Nr. 75). Lausanne: Sucht Schweiz.
- ⁴ Sturzenhecker B. (2012): „Bier-Bildung“ - Assistenz der Selbstbildung von Jungen zum Thema Alkohol in der Jugendarbeit. In: Schmidt-Semisch H., Stöver H. (Hrsg.): Saufen mit Sinn? Harm Reduction beim Alkoholkonsum. Frankfurt a.M., Fachhochschulverlag.
- ⁵ Winter R., Neubauer G. (2001): Dies und Das. Das Variablenmodell „balanciertes Junge- und Mannsein“ als Grundlage für die pädagogische Arbeit mit Jungen und Männern. Tübingen, Neuling.
- ⁶ Schär M., Weber S. (2015): Das Körperbild von Jugendlichen in der Deutschschweiz. Ergebnisse einer Befragung. Gesundheitsförderung Schweiz Arbeitspapier 35, Bern und Lausanne.
- ⁷ Données nationales HBSC 2018, pas encore publiées.
- ⁸ UBS Optimus Foundation (Hrsg.) (2012): Sexuelle Übergriffe an Kindern und Jugendlichen in der Schweiz. Formen, Verbreitung, Tatumstände. Zürich, www.optimusstudy.com.
- ⁹ Flaake K. (2009): Männliche Adoleszenz und Sucht. In: Jacob J., Söver H. (Hrsg.): Männer im Rausch. Konstruktionen und Krisen von Männlichkeiten im Kontext von Rausch und Sucht. Bielefeld, transcript Verlag.
- ¹⁰ Winter R., Neubauer G. (2001): Dies und Das. Das Variablenmodell „balanciertes Junge- und Mannsein“ als Grundlage für die pädagogische Arbeit mit Jungen und Männern. Tübingen, Neuling.
- ¹¹ Bericht des Bundesrates (2015). Jugend und Gewalt. Stand der Prävention und Zusammenwirken mit Intervention und Repression. Bern.
- ¹² Ebd.
- ¹³ Kuntsche E., Gmel G., Annaheim B. (2006). Alkohol und Gewalt im Jugendalter. Gewaltformen aus Täter- und Opferperspektive, Konsummuster und Trinkmotive – Eine Sekundäranalyse der ESPAD-Schülerbefragung. Lausanne: Schweizerische Fachstelle für Alkohol- und andere Drogenprobleme.
- ¹⁴ Ebd.
- ¹⁵ Schmidt, F. 2008. Untersuchung über hilfebedürftige Jugendliche mit Suchtmittelproblemen in der Stadtgemeinde Bremen. Bremen: Gesundheitsamt.
- ¹⁶ Delgrande Jordan, M., Schneider, E., Eichenberger, Y., & Kretschmann, A. (2019). La consommation de substances psychoactives des 11 à 15 ans en Suisse - Situation en 2018 et évolutions depuis 1986 - Résultats de l'étude Health Behaviour in School-aged Children (HBSC) (Rapport de recherche No 100). Lausanne: Addiction Suisse.
- ¹⁷ Delgrande Jordan, M., Mathieu, T., Notari, L. & Schidhauser, V (2020). Gesundheitsverhalten. In : Schweizerisches Gesundheitsobservatorium (Hrsg.). Gesundheit in der Schweiz – Kinder, Jugendliche und junge Erwachsene. Nationaler Gesundheitsbericht 2020. Neuenburg, OBSAN.
- ¹⁸ Stump G., Reinl H. (2012): Rauschtrinken bei Jugendlichen: Die „kulturelle Chemie“ in der Gruppe. In: Schmidt-Semisch H., Stöver H.: Saufen mit Sinn? Harm Reduction beim Alkoholkonsum. Frankfurt a.M.: Fachhochschulverlag Hösselbarth S., Seip C., Stöver H. (2012): Harm Reduction und Doing gender: Bedeutungen und Funktionen des Alkoholkonsums bei der Inszenierung von Männlichkeiten und Weiblichkeiten. In: Schmidt-Semisch H., Stöver H.: Saufen mit Sinn? Harm Reduction beim Alkoholkonsum. Frankfurt a.M.: Fachhochschulverlag.
- ¹⁹ Delgrande Jordan, M., Mathieu, T., Notari, L. & Schidhauser, V (2020). Gesundheitsverhalten. In : Schweizerisches Gesundheitsobservatorium (Hrsg.). Gesundheit in der Schweiz – Kinder, Jugendliche und junge Erwachsene. Nationaler Gesundheitsbericht 2020. Neuenburg, OBSAN.
- ²⁰ Schnyder, U., Milos, G., Mohler-Kuo, M., & Dermota, P. (2012). Prävalenz von Essstörungen in der Schweiz (en allemand) Sur mandat de l'Office fédéral de la santé publique (OFSP). Schlussbericht Zürich, 7. Mai 2012
- ²¹ Marmet, S., Archimi, A., Windlin, B., & Delgrande Jordan, M. (2015). Substanzkonsum bei Schülerinnen und Schülern in der Schweiz im Jahr 2014 und Trend seit 1986 - Resultate der Studie „Health Behaviour in School-aged Children“ (HBSC) (Forschungsbericht Nr. 75). Lausanne: Sucht Schweiz.
- ²² UBS Optimus Foundation (Hrsg.) (2012): Sexuelle Übergriffe an Kindern und Jugendlichen in der Schweiz. Formen, Verbreitung, Tatumstände. Zürich, www.optimusstudy.com.
- ²³ Stump G., Reinl H. (2012): Rauschtrinken bei Jugendlichen: Die „kulturelle Chemie“ in der Gruppe. In: Schmidt-Semisch H., Stöver H.: Saufen mit Sinn? Harm Reduction beim Alkoholkonsum. Frankfurt a.M.: Fachhochschulverlag Hösselbarth S., Seip C., Stöver H. (2012): Harm Reduction und Doing gender: Bedeutungen und Funktionen des Alkoholkonsums bei der Inszenierung von Männlichkeiten und Weiblichkeiten. In: Schmidt-Semisch H., Stöver H.: Saufen mit Sinn? Harm Reduction beim Alkoholkonsum. Frankfurt a.M.: Fachhochschulverlag.
- ²⁴ Delgrande Jordan, M., Schneider, E., Eichenberger, Y., Kretschmann, A., Schmidhauser, V. & Masseroni, S. (2020). Habitudes alimentaires, activité physique, statut pondéral et image du corps chez les élèves de 11 à 15 ans en Suisse - Résultats de l'enquête „Health Behaviour in School-aged Children“ (HBSC) 2018 et évolution au fil du temps (Rapport de recherche No 109). Lausanne: Addiction Suisse.
- ²⁵ Ebd.
- ²⁶ Forrester-Knauss C. (2014): Positives Körperbild bei Jugendlichen. Gesundheitsförderung Schweiz Arbeitspapier 29, Bern und Lausanne.
- ²⁷ Jahn I., Kolip P. (2002): Die Kategorie Geschlecht als Kriterium für die Projektförderung von Gesundheitsförderung Schweiz. Bremer Institut für Präventionsforschung und Sozialmedizin (BIPS), Bremen.
- ²⁸ Marmet, S., Archimi, A., Windlin, B., & Delgrande Jordan, M. (2015). Substanzkonsum bei Schülerinnen und Schülern in der Schweiz im Jahr 2014 und Trend seit 1986 - Resultate der Studie „Health Behaviour in School-aged Children“ (HBSC) (Forschungsbericht Nr. 75). Lausanne: Sucht Schweiz.
- ²⁹ Juvenir-Studie 4.0 (2015) : Zuviel Stress – zuviel Druck ! Wie Schweizer Jugendliche mit Stress und Leistungsdruck umgehen.
- ³⁰ Ambord, S., Eichenberger, Y. & Delgrande Jordan, M. (2020). Gesundheit und Wohlbefinden der 11- bis 15-jährigen Jugendlichen in der Schweiz im Jahr 2018 und zeitliche Entwicklung - Resultate der Studie „Health Behaviour in School-aged Children“ (HBSC) (Forschungsbericht Nr. 113). Lausanne: Sucht Schweiz.
- ³¹ Ebd.
- ³² Rhyner T., Zumwald B. (Hrsg.) (2002): Coole Mädchen – starke Jungs. Ratgeber für eine geschlechterspezifische Pädagogik. Bern, Stuttgart, Wien: Paul Haupt.
- ³³ Guggenbühl L., Büttler C., Ruffin R. (2010): Schlussbericht Metaevaluation zur Wirksamkeit gendersensibler Suchtarbeit. Socialdesign im Auftrag des Bundesamtes für Gesundheit BAG. Bern

