



«WEDER TUSSI NOCH MACHO»

SELBSTBEHAUPTUNGS- UND KONFLIKTTTRAINING FÜR MÄDCHEN UND BUBEN IN DER PRIMARSCHULE



BERICHT ZUM PILOTPROJEKT AN DREI ZÜRCHER PRIMARSCHULEN

INHALT

3__EINLEITUNG

KONZEPT UND DURCHFÜHRUNG DES PILOTPROJEKTS

4__AUSGANGSLAGE

5__KURSLEITUNG

6__VORBEREITUNGEN IN DEN SCHULEN

8__BETEILIGTE SCHULEN UND KINDER

9__DURCHFÜHRUNG DER KURSE

11__KURSPROGRAMM

12__KARTEN «DIE FÜNF FINGER UND IHRE SYMBOLE»

13__BILDER VOM TRAINING

AUSWERTUNG DES PILOTPROJEKTS

22__BILANZ AUS SICHT DER SCHULEN

24__BILANZ AUS SICHT DER KURSLEITERINNEN UND KURSLEITER

26__BILANZ DER KINDER

BILANZ

29__ZUSAMMENFASSUNG

31__EMPFEHLUNGEN

32__AUSBlick

33__ANHANG

EINLEITUNG

Unter dem Titel «Weder Tussi noch Macho» führte die Fachstelle für Gleichstellung der Stadt Zürich im Sommer 2005 an drei Zürcher Primarschulen Selbstbehauptungs- und Konflikttrainingskurse für Mädchen und Buben durch. An Stelle von Rechnen und Turnen lernten die über 120 Mädchen und Buben sich selbst zu behaupten. Die Mädchen übten, wie sie mit selbstsicherem Auftreten und Tricks Angriffe parieren können. Parallel, aber getrennt von den Mädchen trainierten die Buben ihre Wahrnehmung, damit sie die eigenen Grenzen und die Grenzen anderer Menschen besser einschätzen und respektieren können. In den Kursen hinterfragten die Mädchen und Buben auch Frauen- und Männerbilder, setzten sich mit den Bildern vom anbietenden «Tussi» und dem immer coolen «Macho» auseinander, die ihnen in Musikvideos, Computergames und Werbung vorgesetzt werden.

Ziel des Trainings war es, den 11- bis 13-jährigen Schülerinnen und Schülern den Rücken zu stärken bevor sie in die Oberstufe kommen. Denn dort herrscht ein raueres Klima als in der Primarschule. Selbstsichere Kinder werden weniger häufig Opfer und weniger oft gewalttätig. Für die Fachstelle für Gleichstellung ist das Pilotprojekt «Weder Tussi noch Macho» konkrete Gleichstellungsarbeit mit Jugendlichen und gleichzeitig ein Beitrag zur Gewaltprävention und Integration. Aufgrund der Erfahrungen in den Pilotschulen sollen die Selbstbehauptungs- und Konflikttrainings weiterentwickelt werden, damit sie sich ohne grossen Aufwand in den Schulunterricht integrieren lassen.

Der vorliegende Bericht basiert auf der Evaluation des Pilotprojekts, welche die Sozialwissenschaftlerin Thea Weiss Sampietro vom Zentrum Sustainability der Zürcher Hochschule Winterthur im Auftrag der Fachstelle durchführte. Die Fotografin Silvia Voser hat die Kinder beim Training fotografiert.

___Eva Krähenbühl, Projektleiterin Fachstelle für Gleichstellung, November 2005

AUSGANGSLAGE

Schläge, sexistische Sprüche und Mobbing auf dem Pausenplatz, Buben und Mädchen, die Gleichaltrige brutal ausnehmen: Die Jugendgewalt nimmt zu. Das zeigen die Zahlen des Bundesamts für Statistik. Die Verurteilungen von Jugendlichen wegen Gewaltdelikten stiegen von 1999 bis 2003 um 40 Prozent an.¹ Polizei, JugendarbeiterInnen und Schulen beobachten zudem eine Brutalisierung. Die Gewalttäter stoppen auch dann nicht, wenn das Opfer bereits am Boden liegt.² Die Täterschaft ist – auch heute noch – überwiegend männlich, auch wenn die jüngsten Medienberichte von «schlagenden Mädchenbanden» dieses Bild etwas relativieren.³

In den Schulen wird Gewalt von Kindern und Jugendlichen seit Jahren thematisiert. Meist beschränken sich die Aktivitäten aber auf Interventionen nach konkreten Vorfällen und in akuten Krisen. Dauerhafte Gewaltprävention wird noch wenig betrieben, obwohl es mittlerweile viele gute Angebote gibt.⁴ Die geschlechtsspezifischen Erfahrungen der Mädchen und Buben mit Gewalt stehen in den meisten Programmen jedoch nicht im Vordergrund. Zudem können sich die meisten Schulen die von den Privaten angebotenen Kurse nicht leisten.

Vorabklärungen der Fachstelle für Gleichstellung zum Bedarf und Nutzen eines Projekts «Selbstverteidigung und Konflikttraining an Zürcher Schulen» ergaben, dass in den Schulkreisen Limmattal und Waidberg grosses Interesse an einem Programm besteht, das den unterschiedlichen Erfahrungen und Bedürfnissen von Mädchen und Buben Rechnung trägt. Aus Sicht der Schulen brauchen die Kinder vor dem Übertritt in die Oberstufe eine Stärkung ihres Selbstvertrauens. Dank der Integration der Kurse in den Schulunterricht könnten auch diejenigen Mädchen und Buben erreicht werden, welche die bestehenden ausserschulischen, freiwilligen Angebote nicht oder nur wenig nutzen.

Die Schulen begrüsst das Konzept, in einem für Mädchen und Buben getrennten Selbstbehauptungstraining die Geschlechterfrage zu thematisieren. Im Alter zwischen 11 und 13 Jahren setzten sich die Kinder intensiv mit ihrer eigenen Geschlechtsidentität und Sexualität auseinander. Positive Rollenvorbilder seien für die Persönlichkeitsentwicklung wichtig.

Ende des Jahres 2004 nahm die Fachstelle für Gleichstellung Kontakt mit den Leitungen der drei Schulen Hohl, Kern und Milchbuck, den Schulkreispräsidenten sowie der Fachstelle für Gewaltprävention im Schul- und Sportdepartement auf. Mit dem Einverständnis von Stadtpräsident Elmar Ledergerber und Schulvorsteherin Monika Weber wurde am 23. März 2005 die Durchführung des Pilotprojektes an den drei Schulen beschlossen.

1 NZZ, 1. 3. 2005

2 vgl. Tages-Anzeiger vom 18. 7. 2005

3 vgl. NZZ am Sonntag, 5. 12. 2004

4 IMPACT – SelbstSicherheit, www.selbstsicherheit.ch, «chili» konstruktive Konfliktbearbeitung für Jugendliche (Schweizerisches Rotes Kreuz), www.chili-srk.ch, Peacemaker – praktische Gewaltprävention mit jungen Menschen (NCBI Schweiz), www.ncbi.ch, Pallas – Schweizerische Interessengemeinschaft für Frauen und Mädchen, www.pallas.ch, Wen-Do, www.wendo.ch

KURSLEITUNG

Die Projektleiterin beauftragte Sophie Scheurer, Wen-Do-Trainerin und Psychologin, und Urban Brühwiler, soziokultureller Animator und Gewaltberater, mit der Erarbeitung der Kursprogramme. Sie stimmten die Kursinhalte für Mädchen und Buben aufeinander ab und entwickelten einen roten Faden für die sechs Doppellektionen. Das Programm bauten sie so auf, dass es den TrainerInnen die Möglichkeit liess, Tempo und Auswahl der Übungen an die Bedürfnisse der jeweiligen Gruppen anzupassen.

Die Kurse sollten nach Geschlecht getrennt durchgeführt, die Mädchen von Frauen angeleitet und begleitet werden, die Buben von Männern. Dies auch vor dem Hintergrund, dass Frauen/Mädchen beziehungsweise Buben/Männern unter sich besser und offener über sexualisierte Gewalt reden können.

Mädchen__Das Training für Mädchen baut auf Wen-Do auf. Der Verein Wen-Do Zürich führt seit 1988 Kurse für Frauen und Mädchen durch. Ausgangspunkt des von Frauen für Frauen entwickelten Programms sind geschlechtsspezifische Konfliktsituationen, Grenzverletzungen und Missbrauch. In den Kursen werden mentale, verbale und körperliche Verteidigungstechniken trainiert. Die Teilnehmerinnen sollen lernen, direkt und eindeutig auszudrücken, was sie meinen und was sie wollen. Statt sich in die Opferrolle drängen zu lassen, sollen sie selbst bestimmt handeln und sich Respekt verschaffen.

Buben__Das von Urban Brühwiler und Olivier Andermatt, Psychologe und Familientherapeut, entwickelte Programm «selbstbewusst & stark» für Buben und männliche Jugendliche lehnt sich an Wen-Do an. Die Buben sollen lernen, ihre eigenen Grenzen sowie die Grenzen anderer wahrzunehmen und zu respektieren. Die Trainer vermitteln den Jungen, dass man für sich selbst eintreten kann, ohne andere zu verletzen und ohne sich selber klein oder lächerlich zu machen. Über Erlebnisse und Geschichten erfahren sie, dass Buben und Männer Gefühle wahrnehmen und auch zeigen dürfen und sollen.

Insgesamt konnten zwölf Kurse angeboten werden – je zwei Mädchen- und zwei Bubenkurse pro Schulhaus. Die beiden Verantwortlichen für das Kursprogramm, die selbst je zwei Kurse leiteten, rekrutierten weitere TrainerInnen für die anderen acht Kurse aus dem Verein Wen-Do Zürich und dem Team von «selbstbewusst & stark». Vor, während und nach den Kursen trafen sich die vier Bubenkurs-Trainer und die drei Mädchenkurs-Trainerinnen (und zwei Trainerinnen in Ausbildung) je einige Male, um die Inhalte laufend anzupassen und Bilanz zu ziehen. Die Koordination der Mädchen- und der Buben-Kurse lag bei Sophie Scheurer und Urban Brühwiler.

Die Projektleiterin verpflichtete alle TrainerInnen vertraglich, die Kurse durchzuführen und an den Vor- und Nachbereitungssitzungen an den Schulen und unter den KursleiterInnen teilzunehmen. Pro Kurs führten sie ein Verlaufsprotokoll, in dem sie ihre Beobachtungen für die Evaluation festhielten. Für den Aufwand von insgesamt 36 Stunden – 12 Stunden Kurs, 12 Stunden persönliche Vorbereitung, 12 Stunden gemeinsame Vor- und Nachbereitung – erhielten die KursleiterInnen ein Pauschalhonorar von je 3600 Franken. Da es sich um einen Pilotversuch handelte, war der Aufwand grösser als bei anderen Kursen, welche die TrainerInnen im Rahmen ihrer Organisationen anbieten.

VORBEREITUNGEN IN DEN SCHULEN

Nachdem der Stadtrat Ende März grünes Licht für die Durchführung des Pilotprojekts gegeben hatte, legte die Projektleiterin mit den Schulen und den KursleiterInnen die Kursdaten fest. In Absprache mit den LehrerInnen bestimmten die Schulleitungen, welche Klassen an den insgesamt zwölf Kursen – je zwei Mädchen und zwei Buben-Kurse pro Schule – teilnehmen sollten. Die Gruppengrössen waren vorgegeben: 12 bis 14 TeilnehmerInnen bei Regelklassen, maximal 10 Kinder pro Kurs bei anspruchsvolleren (Klein-)klassen.

Die Gruppeneinteilung stellte sich als sehr schwierig heraus, weil die Klassen unterschiedlich gross waren und der Mädchen-Buben-Anteil nicht immer ausgeglichen war. Zu Gunsten kleinerer Gruppen entschieden die LehrerInnen im Schulhaus Hohl, die Selbstbehauptungskurse nur für die FünftklässlerInnen anzubieten.

Das Schulhaus Milchbuck schickte die Kinder aus zwei 6. Klassen und vier gleichaltrige Kinder einer Kleinklasse ins Training. Das Schulhaus Kern teilte die Kinder aus vier Klassen in die Kurse ein.

SCHULHAUS	KURSE	KLASSEN	GRUPPENGROSSE
Hohl	Mädchen	5. Regelklasse	5
	Mädchen	5. Kleinklasse	7
	Buben	5. Kleinklasse	9
	Buben	5. Regelklasse	9
Kern	Mädchen	6. Klasse D/ Kleinklasse	10
	Mädchen	5. Regel-/ 6. Regelklasse	14
	Buben*	5. Regelklasse	6
	Buben*	6. Klasse D	7
	Buben	6. Regelklasse/Kleinklasse	15
Milchbuck	Mädchen	6. Regelklasse/Kleinklasse	15
	Mädchen	6. Regelklasse	11
	Buben	6. Regelklasse/Kleinklasse	10
	Buben	6. Regelklasse	10

*Der Kurs wurde nach der ersten Doppelktion in zwei Kurse à 1 Lektion aufgeteilt

Die Gruppengrössen variierten beträchtlich: Während im Hohl pro Kurs 5 bis 9 Kinder teilnahmen, gab es im Kern- und im Milchbuck-Schulhaus Kurse mit 15 TeilnehmerInnen.

Im Kern führten disziplinarische Probleme in einem Buben-Kurs dazu, dass der Trainer nach dem ersten Kurstag die Gruppe teilte und zwei Kurse à je einer Lektion mit entsprechend reduziertem Programm durchführte.

BEGLEITUNG DER KURSE, ROLLE DER LEHRKRÄFTE

Drei Wochen vor Kursbeginn fanden in den drei Schulen Vorbereitungssitzungen mit den KursleiterInnen, den involvierten Lehrkräften und der Projektleiterin statt. Sie dienten einer-

seits dem Austausch der Erwartungen und Wünsche, andererseits den letzten organisatorischen Vorbereitungen.

Die Kurse sollten möglichst kontinuierlich von einer Person begleitet werden, die Mädchen-Kurse von Frauen, die Buben-Kurse von Männern. Die Assistenz der KursleiterInnen durch eine Lehrkraft drängte sich wegen der Gruppengrößen auf. Zudem kennen die LehrerInnen ihre SchülerInnen besser als die externen TrainerInnen. Als Vertrauenspersonen der Kinder können sie Probleme und Konflikte, die im Kurs aufbrechen, im Unterricht thematisieren. Der Einbezug der Lehrkräfte und anderer Begleitpersonen ins Training diente auch dazu, sie für die Thematik zu sensibilisieren.

In den Schulhäusern Hohl und Milchbuck fanden sich zunächst keine männlichen Lehrkräfte, um die Buben-Kurse zu begleiten. Ein Grund dafür liegt darin, dass an den Primarschulen nur wenige Männer unterrichten. Im Milchbuck-Schulhaus sprang kurzfristig der Hauswart als Begleiter und Co-Trainer der Buben-Kurse ein. Im Schulhaus Hohl übernahm der Schulsozialarbeiter diese Aufgabe und der Hauswart stellte sich an einem Tag als Ersatz zur Verfügung.

Zu den Aufgaben der Begleitpersonen gehörten die Absprache und Nachbesprechung mit der Kursleitung. Sie erhielten – wie die KursleiterInnen – einen Leitfaden, mit dessen Hilfe sie ihre Beobachtungen während und nach dem Training festhalten konnten. In diesem Papier wie auch an den Vorbereitungssitzungen wurden die Ansprechpersonen bei Problemen definiert und die Beteiligten darauf hingewiesen, dass Informationen aus den Kursen vertraulich zu behandeln seien.

Ansprechpersonen bei Problemen

Gewalt___Werden SchülerInnen während des Kurses oder danach (im Unterricht, auf dem Pausenplatz etc.) gewalttätig, sind Kursleitung, KlassenlehrerIn und SchulleiterIn zu informieren.

Verdacht auf Missbrauch___Tauchen bei SchülerInnen während des Kurses oder wegen des Kurses massive Probleme auf (z.B. Verdacht auf sexuelle Übergriffe, Gewaltbetroffenheit), ist die Klassenlehrerin/der Klassenlehrer erste Ansprechperson. Zusammen mit den KursleiterInnen und evtl. der Schulsozialarbeiterin/dem Schulsozialarbeiter besprechen sie das geeignete Vorgehen. Die Informationen sind vertraulich.

Konflikte___Bei Konflikten zwischen LehrerInnen/Begleitpersonen und KursleiterInnen ist die Projektleiterin zu informieren.

Ausfall der Lektion___Bei Terminkollisionen, die sich nicht bilateral mit den TrainerInnen lösen lassen, ist die Projektleiterin zu informieren.

BETEILIGTE SCHULEN UND KINDER

Keine der am Pilotprojekt beteiligten Primarschulen hat aktuell ein Gewaltproblem, alle sind aber aufgrund früherer Erfahrungen auf das Thema sensibilisiert und setzen auf Prävention. So haben die Schulen Regeln zu Verhalten und Ordnung im Klassenzimmer und auf dem Schulhausareal aufgestellt. Schlägereien und Erpressungen kommen nach Auskunft der Schulleitungen selten vor. Zwei der drei Pilotschulhäuser – Hohl und Kern – liegen im Langstrassenquartier, einer sozial belasteten Gegend. Gewalt, Prostitution und Drogen sind für die Kinder alltägliche Themen.

Im Kern und im Hohl ist die Mehrheit der SchülerInnen ausländischer Herkunft. Eine grosse Gruppe stammt aus Staaten des ehemaligen Jugoslawiens. Rund ein Viertel der Kinder kommt aus afrikanischen oder asiatischen Ländern. In einem Buben-Kurs mit 15 Teilnehmern hatte fast jedes Kind eine andere Nationalität. Die grosse Zahl von Kindern mit rudimentären Deutschkenntnissen lässt darauf schliessen, dass viele mit ihren Familien noch nicht lange in der Schweiz leben. Nach Auskunft der Schulleitungen ist die Fluktuation im Hohl und im Kern sehr hoch: Viele Familien ziehen aus dem belasteten Quartier weg, wenn sie anderswo eine Wohnung finden.

Im Vergleich zum Hohl- und Kern- hat das Milchbuck-Schulhaus einen geringen AusländerInnenanteil. Kinder von MigrantenInnen, für die Deutsch noch Fremdsprache ist, stellen eine Minderheit dar.

Insgesamt nahmen 128 Kinder an den Pilotkursen teil – 62 Mädchen und 66 Buben.

TEILNEHMENDE NACH GESCHLECHT

	Mädchen	Buben	Total
Hohl	12	18	30
Kern	24	28	52
Milchbuck	26	20	46
Total	62	66	128

TEILNEHMENDE AUFGETEILT NACH 5. UND 6. KLASSEN

	5. Klasse	6. Klasse
Hohl	30	0
Kern	14	38
Milchbuck	0	46
Total	44	84

Im Kern besuchten 52 Kinder der 5. und 6. Klassen die Kurse. Zwei der insgesamt vier Klassen waren Kleinklassen. Im Milchbuck nahmen 42 Mädchen und Buben der 6. Klassen an den Kursen sowie vier gleichaltrige Kinder einer Kleinklasse teil. Im Hohl-Schulhaus besuchten 30 Kinder aus zwei 5. Klassen – eine Regelklasse, eine Kleinklasse – die Kurse.

Zwei Drittel der TeilnehmerInnen aller Kurse waren SechstklässlerInnen, ein Drittel FünftklässlerInnen. Rund 30 Prozent der TeilnehmerInnen besuchten Kleinklassen.

DURCHFÜHRUNG DER KURSE

Die zwölf Kurse starteten im Mai 2005 nach den Frühlingsferien und dauerten bis zu den Sommerferien. Alle Kurse konnten ohne Terminverschiebungen oder Ausfälle durchgeführt werden. In einzelnen Fällen wurden Lektionen wegen Terminüberschneidungen gekürzt.

ZEIT UND ORT

Die Kurse fanden an Vormittagen statt, im Hohl am Dienstag, im Milchbuck am Freitag und im Kern am Donnerstag/Dienstag. Wegen Terminproblemen war in keinem Schulhaus ein regelmässiger Rhythmus – wöchentlich oder alle zwei Wochen – möglich.

Im Milchbuck liefen die Kurse an Stelle des Turnunterrichts. Dies hatte den Vorteil, dass neben den LehrerInnen auch die Turnlehrerin als Betreuungsperson zur Verfügung stand. Sie berichtete allerdings, dass die Kinder, vorab die Buben, bedauert hätten, dass wegen der Kurse sechsmal das Turnen ausfiel. In den Schulhäusern Hohl und Kern, die flexible Stundenpläne haben, fanden die Kurse an Stelle von anderen Fächern statt, in einer Klein-klasse im Hohl zum Beispiel an Stelle von Französisch und Mathematik.

Für das Training standen den KursleiterInnen entweder Turnhallen oder die Singsäle – in den alten Schulhäusern sind dies grosse Räume mit Holzböden – zur Verfügung. Die Mädchen-Kurse im Hohl und im Kern fanden teilweise in einem «Dojo» im Souterrain statt, das zwar mit Matten und Spiegel ausgestattet war, aber mangels Platz und Tageslicht wenig Spielraum liess.

Information der Eltern—Es war den Schulen überlassen, ob sie die Eltern der Kinder über die Durchführung der Kurse informieren wollten. Im Milchbuck erhielten alle Eltern einen Brief der Schulleitung mit Angaben zum Ziel der Kurse. Die Schulen Hohl und Kern verzichteten auf eine schriftliche Information der mehrheitlich fremdsprachigen Eltern. Seitens der Eltern gab es weder auf den Elternbrief im Milchbuck noch auf die mündlichen Erzählungen der Kinder zu Hause negative Reaktionen. Vereinzelt Rückmeldungen von Eltern bei den LehrerInnen waren positiv.

An drei Vormittagen fotografierte Silvia Voser im Auftrag der Fachstelle für Gleichstellung das Training. Die Eltern der Kinder wurden per Handzettel vorgängig über die Verwendung der Bilder im Rahmen des Pilotprojekts informiert. Die Eltern mussten schriftlich ihre Einwilligung geben, ob ihr Kind auf den Bildern erscheinen dürfe oder nicht. Diejenigen Kinder, die nicht fotografiert werden durften, wurden für die Übungen in eine separate Gruppe gefasst.

AUSTAUSCH ZWISCHEN KURSLEITENDEN UND BEGLEITPERSONEN

Die KursleiterInnen und die Lehrkräfte kamen erstmals an den Vorbereitungssitzungen Mitte April 2005 miteinander in Kontakt, das heisst drei Wochen vor Beginn der Kurse. Ein Trainer im Hohl-Schulhaus und eine Begleitperson im Kern besuchten vor dem Kursstart den Unterricht, um die Kinder und die Stimmung in den Klassen kennenzulernen. Die kurzfristig rekrutierten Begleitpersonen der Buben-Gruppen im Milchbuck und im Hohl konnten sich erst unmittelbar vor dem Start der Kurse mit den Kursleitern austauschen. Nach kurzer Anlaufzeit klappte die Zusammenarbeit jedoch in allen Kursen gut. Die Beglei-

terInnen halfen als Co-TrainerInnen bei den Übungen und Rollenspielen mit. Wenn nötig, griffen sie auch disziplinarisch ein. Vor, nach und in den Kursen blieb den TrainerInnen und Lehrkräften wenig Zeit für Besprechungen. Einige KursleiterInnen behalfen sich damit, die Stunden mit den Begleitpersonen per Mail oder telefonisch vorzubereiten.

Medienecho___Wegen des grossen Medieninteresses am Projekt lud die Projektleiterin die Medien an zwei Terminen (16. und 17. Juni 2005) zu einem Besuch der Trainings in den Schulhäusern Kern und Milchbuck ein. Die Medienleute konnten während zwei Stunden dem Training in je einem Mädchen- und einem Buben-Kurs zuschauen und den Kindern, KursleiterInnen und Begleitpersonen Fragen stellen.

___ Radioberichte: Energy, Radio24, Regionaljournal DRS1

___ Zeitungsartikel: Landbote Winterthur, NZZ, Quartierecho, SDA-Reportage in verschiedenen Lokalzeitungen, P. S., Tages-Anzeiger (Interview mit der Projektleiterin)

KURSPROGRAMM

Die Mädchen übten in den Kursen intensiver, die eigene Körperkraft einzusetzen, während die Buben mehr Zeit für Wahrnehmungsübungen aufwendeten – dies vor dem Hintergrund, dass Buben von ihrer Sozialisation her öfter und schneller bereit sind, Grenzen zu verletzen und zuzuschlagen. Mädchen dagegen verhalten sich oftmals angepasst und trauen ihren eigenen Kräften nicht, wenn sie angegriffen werden. So durften die Mädchen – die das wollten – im Kurs ein Holzbrett mit der blossen Faust oder dem Fuss zerschlagen und den Beweis ihrer Stärke nachher mit nach Hause nehmen.

METHODE, HILFSMITTEL

Die Grundsätze der Selbstbehauptung vermittelten die KursleiterInnen den Kindern mit Hilfe der Hand und Symbolen. Jeder der fünf Finger steht für eine Handlung: Der Daumen für die Wahrnehmung, der Zeigefinger für Weggehen, der Mittelfinger für die verbale Selbstverteidigung, der Ringfinger für körperliche Abwehr und der kleine Finger für «Hilfe holen». Mit Hilfe der fünf Finger lernten die Mädchen und Buben, die verschiedenen Handlungsmöglichkeiten auseinanderzuhalten und Situationen besser einzuschätzen.

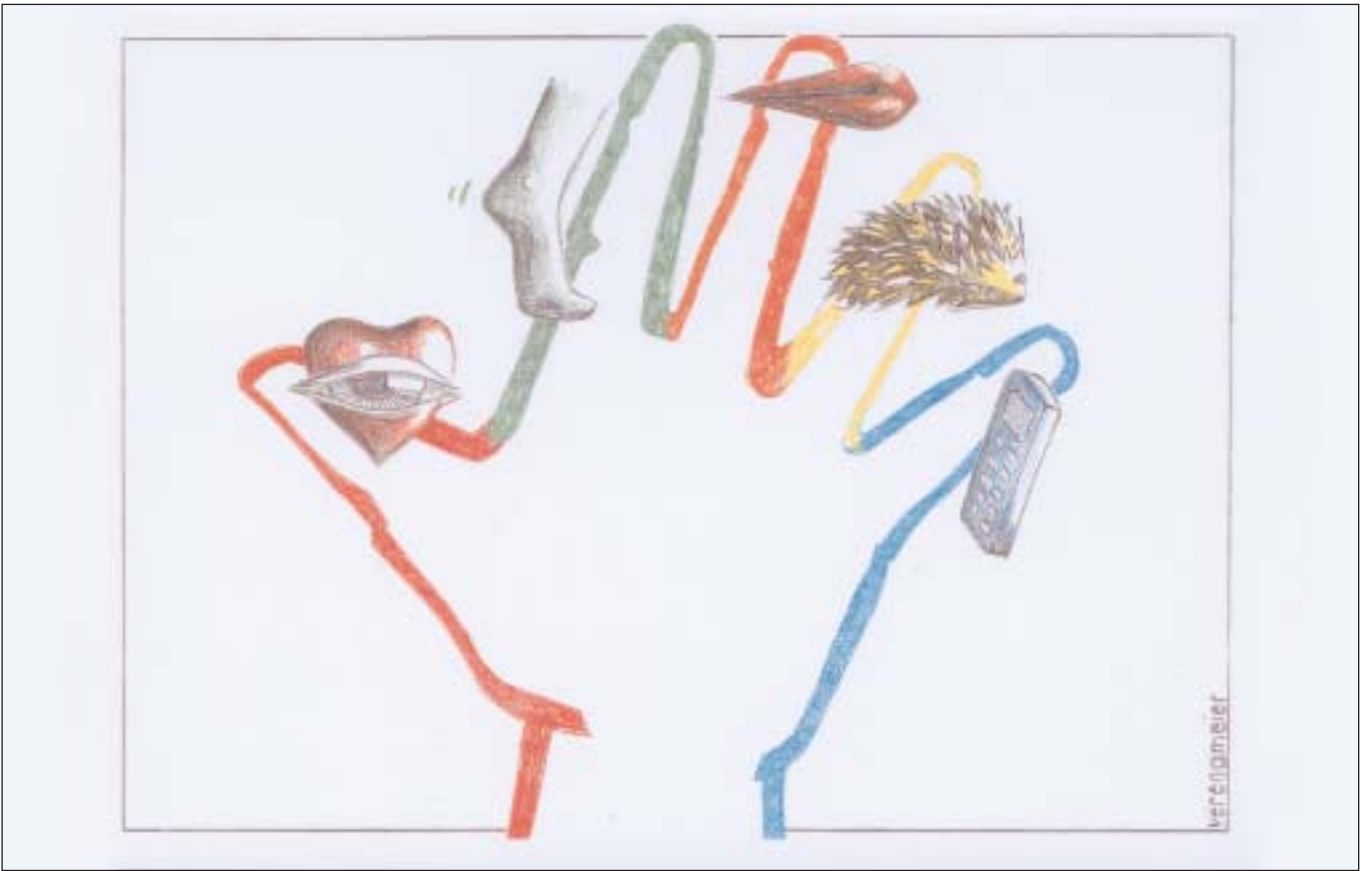
Für die einzelnen Finger wurden für die Buben und Mädchen nicht durchgehend die gleichen Symbole verwendet, das Prinzip ist jedoch dasselbe:

	BUBEN	MÄDCHEN	
Daumen	Auge	Gesicht und Herz	= wahrnehmen
Zeigefinger	Pfeil	Beine	= wegrennen
Mittelfinger	Sprechblase	Mund	= sich mit Worten wehren
Ringfinger	Igel	Igel	= sich körperlich wehren
Kleiner Finger	Erste-Hilfe-Zeichen	Handy	= Hilfe holen

In jedem Training gab es Übungen zu den fünf Bereichen, zum Beispiel Einsatz der Körpersprache für die Selbstbehauptung oder Selbstverteidigung (Mittel- und Ringfinger): Guter Stand, gezielter Blick, ruhige Atmung und feste Stimme sollen zu einem starken und wirk-samen Auftritt verhelfen. Zur Selbstverteidigung trainierten die Kinder einfache, aber wirk-same Techniken, die sie im Alltag einsetzen können. Zum Beispiel: Wie befreie ich mich, wenn jemand meine Handgelenke packt? Rollenspiele und das Erzählen von eigenen Erlebnissen und Geschichten nahmen in den Kursen ebenfalls viel Raum ein. Spiele und Entspannungsübungen lockerten das Training auf. Am Schluss jeder Kurseinheit wieder-holten die TrainerInnen jeweils das Gelernte mit den Kindern mit Hilfe der fünf Finger.

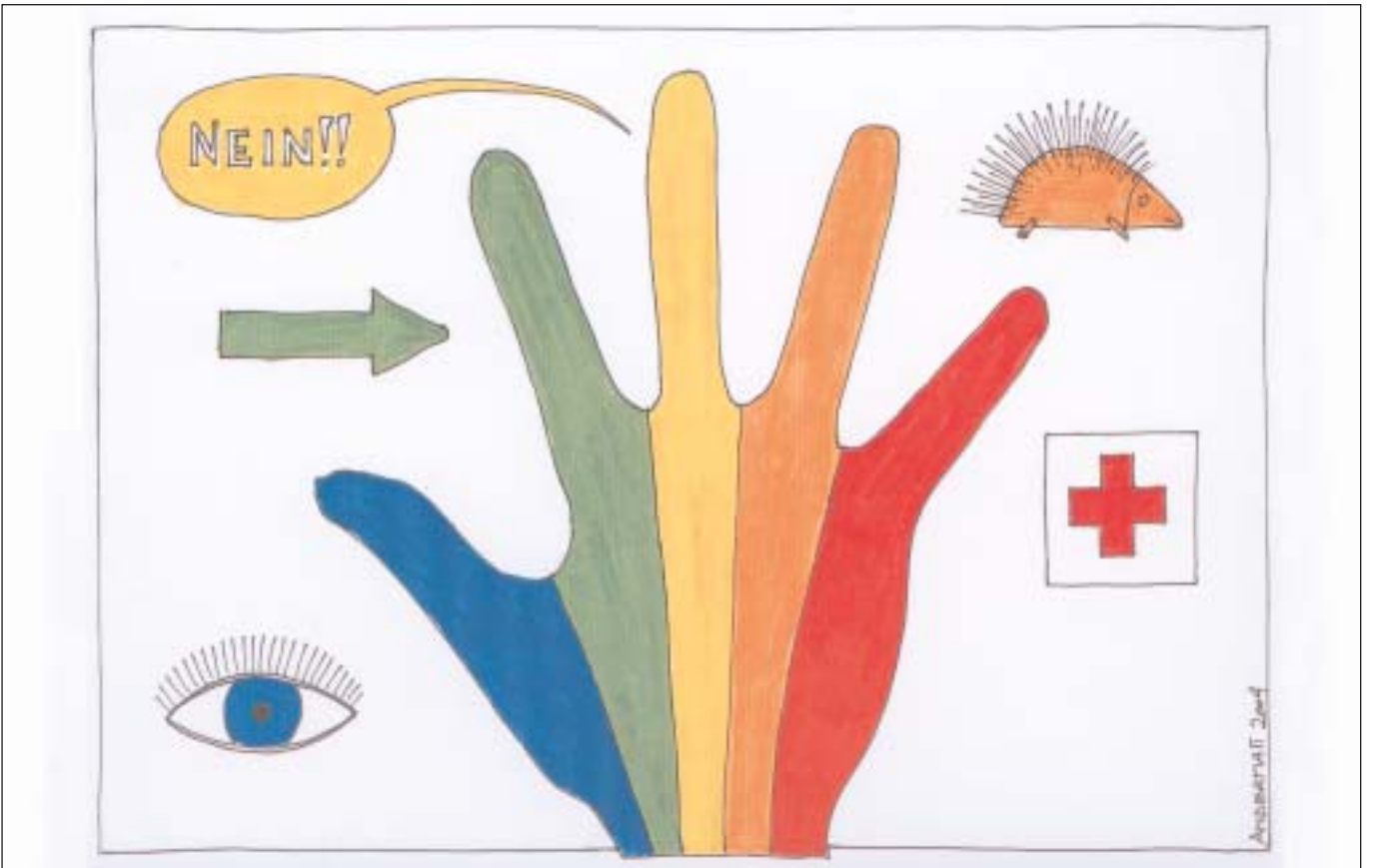
Notfall-Kärtlein___Am Ende des Kurses erhielten alle TeilnehmerInnen eine Karte mit der Hand, auf der die Symbole erklärt sind, um sie mit nach Hause zu nehmen. Gleichzeitig gaben die KursleiterInnen auch Notfall-Kärtlein im Kreditkartenformat ab, welche die Pro Juventute der Projektleiterin zur Verfügung stellte.

- ___ 147: Telefonhilfe für Kinder und Jugendliche
- ___ www.tschau.ch: eine Website mit Infos und Tipps für Jugendliche
- ___ Passepartout 147, ein Mini-Ratgeber in Form eines Comics



___DIE FÜNF FINGER UND IHRE SYMBOLE: MÄDCHEN

___DIE FÜNF FINGER UND IHRE SYMBOLE: BUBEN





___DIE EIGENE KRAFT SPÜREN

___EIN HOLZBRETT MIT BLOSSER FAUST ZERSCHLAGEN





—GEGENSCHLÄGE MIT DEN FÄUSTEN

—UND MIT DEN FÜSSEN





___BEFREIUNGSTRICKS ÜBEN

___ABWEHRTECHNIKEN TRAINIEREN





___SICH MIT WORTEN WEHREN

___EINANDER GRENZEN SETZEN





___DAS GLEICHGEWICHT HALTEN

___WACHSAM SEIN





—ERFAHRUNGEN AUSTAUSCHEN

—NACHDENKEN





___SPIEL

___UND SPASS





___ABSTAND HALTEN

___SICH MITTEILEN



Im Auftrag der Fachstelle für Gleichstellung evaluierte Thea Weiss Sampietro, wissenschaftliche Mitarbeiterin am Zentrum Sustainability der Zürcher Hochschule Winterthur, das Pilotprojekt. Sie stützte sich auf die Protokolle der Vorbereitungssitzungen, die Verlaufsprotokolle der KursleiterInnen und Begleitpersonen zu den einzelnen Kursen sowie auf das von ihr geleitete Abschlussgespräch aller erwachsenen Beteiligten an den drei Schulen. Die Kinder gaben ihr Feedback am letzten Kurstag in einem Fragebogen ab, der neben Fragen zum Ankreuzen auch freie Kommentare verlangte. Markus von Allmen, Mitarbeiter am Zentrum Sustainability, wertete die Fragebogen der Kinder aus. Die Evaluatorin Thea Weiss Sampietro besuchte ausserdem alle Kurse in den drei Schulhäusern, um sich ein Bild der Stimmung in den Trainings zu machen.

BILANZ AUS SICHT DER SCHULEN

Trotz komplexer Organisation und Koordination zogen alle am Pilotprojekt beteiligten Lehrkräfte und Begleitpersonen eine positive Bilanz. Ihre Erwartungen, den SchülerInnen – insbesondere den benachteiligten Kindern – etwas Besonderes ausserhalb des normalen Unterrichts zu bieten, haben sich gemäss ihren eigenen Angaben erfüllt. Die LehrerInnen hätten sich eine umfangreichere inhaltliche Einführung ins Thema gewünscht, um die Kinder besser vorbereiten zu können. Deshalb seien zum Teil falsche Erwartungen entstanden: Einige Buben hätten geglaubt, sie würden in Selbstverteidigung im Stil von Karate unterrichtet. Rückblickend bewerteten die Schulen den Zeitpunkt der Kurse – im letzten Quartal des Schuljahres – als ungünstig. Vor den Sommerferien seien die Stundenpläne schon stark beladen und die Disziplin der Kinder lasse nach. Insbesondere in den sechsten Klassen herrsche Verunsicherung, weil die Klassen aufgelöst werden und der Wechsel in die Oberstufe bevorsteht.

ROLLE DER BEGLEITPERSONEN

Einigen Begleitpersonen war ihre Rolle zu Beginn der Kurse nicht klar. Das änderte sich aber schnell dank ihres Einbezugs ins Training. Die Lehrkräfte und auch die kurzfristig zugezogenen Begleitpersonen – Schulsozialarbeiter und Hauswart – gestalteten die Lektionen aktiv mit. Zum Teil bearbeiteten sie die im Training vermittelten Inhalte mit den Kindern im Unterricht weiter. Ein Lehrer im Milchbuck diskutierte zum Beispiel mit seiner Klasse über die Zeitungsartikel zum Projekt «Weder Tussi noch Macho».

Im Kern zog der Kursleiter in einer schwierigen Gruppe für eine Lektion eine Lehrerin bei. Für den Kursleiter und die Lehrkräfte war in dieser Situation das Vertrauensverhältnis zu den Kindern wichtiger als das Geschlecht der Begleitperson. Die Vertrauensperson der Schule gewährte, dass Probleme, die im Kurs auftauchten, weiterbehandelt würden. Je nach Thema könne die Begleitperson zwischendurch auch rausgeschickt werden, damit die Kinder mit der externen Kursleitung allein seien.

Einig waren sich die Beteiligten, dass für die Begleitung der Mädchen-Kurse Frauen beigezogen werden sollen, da die Übungen Körperkontakt mit sich bringen. Auch die Lehrerinnen hielten sich bei bestimmten Übungen zurück, weil sie ihren Schülerinnen körperlich nicht zu nahe treten wollten.

WIRKUNG DES TRAININGS AUF DAS VERHALTEN DER KINDER

Zurückhaltend äusserten sich die Lehrkräfte und die anderen Begleitpersonen bezüglich der Wirkung der Kurse. Dafür sei das Training zu kurz gewesen. Die Lehrkräfte zeigten sich aber überzeugt, dass das Training bei einigen Mädchen und Buben etwas ausgelöst hat: Die Scheuen seien im und nach dem Training selbstbewusster aufgetreten. Bei den Vorwitzigen habe das Training teils eher kontraproduktiv gewirkt. Das dominante Verhalten im Klassenzimmer könne aber auch andere Ursachen haben. Zu gezielten Anwendungen der im Kurs gelernten Schlagtechniken kam es in keiner Klasse.

Im Umgang der Buben und Mädchen miteinander hat sich nach Ansicht der LehrerInnen wenig verändert. Die Mädchen seien jetzt besser gewappnet gegen Übergriffe von

Erwachsenen. Den Buben habe das Training tendenziell weniger gebracht als den Mädchen, stellten einige LehrerInnen fest. Ihrer Einschätzung nach sind die Buben in ihrem Rollenverhalten verhärteter.

Einig waren sich die LehrerInnen darin, dass zur Stärkung des Selbstvertrauens der Mädchen und Buben das Training im Unterricht wieder aufgegriffen und vertieft werden müsse. Neben dieser kontinuierlichen Arbeit mit den Kindern wäre es wünschenswert, wenn das im Kurs Gelernte von Jahr zu Jahr wieder aufgefrischt würde. Der Stoff müsste dem Alter der Kinder entsprechend angepasst werden. In den höheren Klassen würde zum Beispiel die Sexualität stärker thematisiert.

«Ein Selbstbehauptungs- und Konflikttraining müsste regelmässig und altersgerecht auf allen Schulstufen angeboten werden. Der Schulpolizist kommt schliesslich auch jedes Jahr in die Klasse», brachte eine Schulleiterin den Wunsch aller drei Schulen auf den Punkt.

BILANZ AUS SICHT DER KURSLEITERINNEN UND KURSLEITER

Sowohl die Trainer von «selbstbewusst & stark» wie auch die Kursleiterinnen vom Verein Wen-Do zogen eine positive Bilanz. Trotz der anfänglichen Schwierigkeiten bei der Vorbereitung und Koordination der Kurse bewerteten sie die Zusammenarbeit mit den Schulen und Begleitpersonen als gut. Die Zeit zur gemeinsamen Vorbereitung war aber ihrer Ansicht nach zu kurz. Zwei Kurse hintereinander zu leiten, empfanden die TrainerInnen als sehr streng. Durch die Umtriebe, welche das Pilotprojekt mit sich brachte (Medienbesuch, Evaluation), und die sprachlichen Probleme sei auch die Zeit für das Training knapp gewesen. Besonders die Mädchen-Trainerinnen fanden die zwei Lektionen pro Kurstag zu kurz und die Kurse zu wenig kompakt, um die Inhalte mit den Kindern zu vertiefen.

Die KursleiterInnen schätzten die Erfahrung, die Trainings im obligatorischen Unterricht durchzuführen. Dadurch erreiche man auch solche Kinder, die von zu Hause aus wenig in ihrem Selbstvertrauen gestärkt würden. Die Gruppendynamik und das Rollenverhalten in den Klassen fielen stärker ins Gewicht als bei Freizeitkursen. Die Probleme mit einzelnen Gruppen im Kern-Schulhaus führten die KursleiterInnen unter anderem auf die Zusammenlegung der 5. und 6. Klassen zurück. Die Alters- und Entwicklungsunterschiede müssten berücksichtigt werden: Während die Jüngsten 11 Jahre alt waren, kamen aus den sechsten Klassen vereinzelt auch 14- oder sogar 15-Jährige hinzu.

BUBENTRAINER

Der Trainer im Milchbuck konnte das Programm in beiden Buben-Kursen mit je 10 Teilnehmern ohne Abstriche durchziehen. Viele Buben hätten wenig Selbstwertgefühl, wüssten nicht, wie sie ihre Stärken, ihre Stimme einsetzen könnten. Der Kursleiter versuchte den Buben auch über seine eigene Person, andere Bilder von Männlichkeit zu vermitteln. «Die Buben waren es nicht gewohnt, über Gefühle zu sprechen.» Am Schluss des Kurses sei die Bereitschaft jedoch grösser gewesen, über Persönliches zu sprechen, vielleicht auch deshalb, weil ein Externer das Training geleitet habe.

Wegen disziplinarischer Probleme teilte der Trainer im Kern einen Buben-Kurs mit 13 Teilnehmern in zwei Gruppen auf. Auch wenn beide Gruppen jeweils nur eine Stunde trainieren konnten, hätten die Buben – zumindest in einer Gruppe – dank intensiverer Betreuung auf diese Weise mehr vom Kurs mitbekommen, so sein Fazit.

Die Kursleiter im Hohl und im Kern befürchteten zu Beginn der Kurse, dass sie den fast ausschliesslich fremdsprachigen Kindern die Inhalte wegen Sprachproblemen nicht vermitteln könnten. Sie waren überrascht, dass trotzdem viele gute Gespräche mit den Buben möglich waren. «Die Buben sind erreichbar, wenn man ihnen respektvoll entgegentritt.»

Das Tempo passten die Trainer im Hohl und im Kern den Gruppen an und kürzten das Programm. Sie nahmen teils neue Elemente (Bilder, Parcours) ins Training auf. Der Akzent lag stärker auf dem Wahrnehmungstraining als auf verbalen Verteidigungsstrategien. Am besten eigneten sich Übungen zum Nachahmen. Viele Buben hätten wenig Gespür für Grenzen, beobachtete ein Trainer. Sie könnten nicht unterscheiden zwischen Spiel und Realität. Die Stimmung kippe sehr schnell, aus Spiel werde plötzlich Ernst.

Die anfängliche Enttäuschung darüber, dass im Kurs keine Kampftechniken eingeübt wurden, haben die Buben nach Ansicht der Trainer schnell überwunden. Die Kursleiter

setzten Übungen zu Schlagtechniken sehr sparsam – als «Zückerlein» – ein, um die Buben zu motivieren.

«Kleine Sequenzen und Momente tragen zu kleinen Schritten bei», so die Bilanz der Kursleiter. Veränderungen stellten sie im Verlauf der Kurse in der Grundhaltung der Buben fest. Solche positiven Ansätze müssten im Unterricht weitergepflegt werden, um die Kinder nachhaltig in ihrem Selbstbewusstsein zu stärken. «Die Buben sind offen, eine Art Notproviantkofferchen mit auf den Weg in die Pubertät zu nehmen», sagte einer der Kursleiter. Und ein anderer kam zum Schluss: «Wenn wir bei den Buben das Gefühl für die eigenen und fremden Grenzen schärfen konnten und ihnen vermittelt haben, dass man(n) Gefühle wie Angst zulassen darf, ist schon viel erreicht.»

MÄDCHENTRAINERINNEN

Die Mädchen gaben weniger disziplinarische Probleme auf als die Buben. Den Sprachproblemen begegneten die Kursleiterinnen zum Teil damit, dass die Mädchen sich in ihrer Muttersprache wehren durften. Aber auch in den Mädchen-Kursen nahmen die Übersetzungen zur Erklärung der Übungen und Spiele viel Zeit in Anspruch.

Während beim Selbstbehauptungstraining Konflikte in der Klasse oder auf dem Pausenplatz aufgegriffen wurden, standen bei der Selbstverteidigung Übergriffe von aussen im Zentrum. Vor allem im Hohl und Kern stellten die Trainerinnen fest, dass die Ängste der Mädchen vor gewalttätigen Übergriffen – auf dem Schulweg, im Quartier oder zu Hause – zum Teil auch auf realen Erfahrungen beruhten. Deshalb sei das Erzählen kleiner Erfolgsgeschichten für sie sehr wichtig gewesen, etwa, wie sie die Anmache eines Typen im Supermarkt pariert oder wie sie einen Verfolger abgehängt hätten.

Einzig im Hohl, wo die Mädchen-Gruppen kleiner waren, konnte die Kursleiterin ihr Programm vollumfänglich durchziehen. Die Kursleiterin im Schulhaus Kern, die aus verschiedenen Klassen und Schulstufen zusammengewürfelte Mädchen-Gruppen trainierte, musste hingegen Abstriche machen. Die Trainerin ist dennoch überzeugt, dass die Mädchen im Training einen Input bekamen, um sich besser zu behaupten.

Die Trainerinnen hatten den Eindruck, dass die Mädchen im Laufe des Kurses eine selbstbewusstere Körperhaltung einnahmen. «Die Mädchen sind weggekommen vom Tussi-Gehabe, nehmen mehr Raum ein.» Ein Mädchen, das im Unterricht wenig rede, sei regelrecht aufgeblüht, berichtete eine Kursleiterin. Dass sie ein Holzbrett von blosser Hand zerschlagen konnten, habe die Mädchen mit Stolz erfüllt. Sie hätten es kaum erwarten können, den anderen Kindern die Holzteile in der Pause zu zeigen und vor allem den Neid der Buben zu erregen.

Die Kursleiterinnen vermuteten, dass vor allem die Scheuen von den Kursen profitiert haben. Die Mädchen hätten gespürt, dass sie Kraft haben. Wenn der Umgangston rauer geworden sei, dann habe dies auch mit dem gestärkten Bewusstsein über die eigene Rolle zu tun. Vieles sei aufgewühlt worden und müsste – später im Unterricht oder in einem Fortsetzungskurs – weiterbearbeitet werden.

BILANZ DER KINDER

Das Feedback der Mädchen und Buben holten die KursleiterInnen am letzten Kurstag per Fragebogen ein. Die SchülerInnen hatten einerseits den Kurs und die Kursleitung zu bewerten und wurden andererseits auch gefragt, was sie gelernt hätten. Obwohl die KursleiterInnen die Fragen erklärten, hatten einige Kinder Verständnisprobleme. Teils füllten sie den Fragebogen auch gemeinsam aus. Auch wenn die Befragung wissenschaftlichen Kriterien nicht genügt, geben die Antworten ein Bild davon, wie die Mädchen und Buben die Kursinhalte aufnahmen. 122 Fragebogen (bei 128 TeilnehmerInnen) wurden ausgewertet, darunter auch solche, die nicht vollständig ausgefüllt waren.

NOTE 5,5 FÜR DIE KURSLEITUNG

Sowohl bei den Mädchen wie bei den Buben sind die Kurse gut angekommen. Den TrainerInnen gaben sie eine Note im Schnitt von 5,5 (Höchstnote=6). Im Kern lagen die Noten in je einem Mädchen- und einem Buben-Kurs darunter. Die Kurse selbst bewerteten die Kinder mit einer Durchschnittsnote von 5,1. Auch hier drücken die Bewertungen im Kern den Schnitt nach unten. Einige Kinder erklärten dazu, dass das Training ihnen wenig gebracht habe, weil sie schon einmal einen ähnlichen Kurs gemacht hätten.

Bis auf zwei Gruppen (ein Mädchen- und ein Bubenkurs) fanden es die Mädchen und Buben gut, dass sie getrennt trainierten. Untereinander könnten sie besser über ihre Gefühle reden, müssten sich nicht voreinander genieren. Vielen ist auch bewusst, dass Knaben und Mädchen unterschiedlich von Gewalt betroffen sind. «Meistens packen die Männer die Frauen und wir müssen uns verteidigen mit anderen Sachen», schrieb ein 11-jähriges Mädchen.⁵ Auch der Wunsch wurde laut, die Mädchen und Buben sollten sich am Ende des Kurses gegenseitig vorführen, was sie gelernt hatten. Die meisten Kinder waren vom Training begeistert, was sie entsprechend ausdrückten: «Ich fände es sehr gut, wenn es diesen Kurs für alle Schüler geben würde». Oder «Machen sie so weiter.» Und «Ich fände es z. B. cool würde es einen Fortsetzungskurs geben.»

STIMME ALS WICHTIGSTES VERTEIDIGUNGSINSTRUMENT

Gefragt wurden die Mädchen und Buben, welcher Finger der Hand für sie am wichtigsten sei. Die Antworten weisen darauf hin, dass die Mehrheit der Kinder die Symbolik verstanden hat und die verschiedenen Handlungsmöglichkeiten der Selbstbehauptung unterscheiden kann. Am häufigsten wählten die Mädchen, etwas weniger ausgeprägt auch die Buben, den Mittelfinger als wichtigsten Finger. Dieser steht für die Stimme, das heisst verbale Selbstverteidigungsstrategien. Sich körperlich wehren zu können, hielten rund 20Prozent der Mädchen und Buben für das Wichtigste: «Ich habe keine Angst mehr mich zu verteidigen», schrieb ein 12-jähriges Mädchen. «Weil es Spass macht und man es gut brauchen kann», begründete ein 13-jähriger Knabe seine Präferenz für den Körpereinsatz.

⁵ Die Kommentare sind original im Wortlaut, aber ohne Orthografiefehler, wiedergegeben.

Die Wahrnehmung (Daumen, Symbol Gesicht/Herz bzw. Auge) kam bei den Mädchen insgesamt an dritter Stelle, bei den Buben an zweiter Stelle, gleichwertig wie die körperliche Selbstverteidigung. «Wenn man nicht auf seine Gefühle achtet, dann kann man nie wissen was gefährlich ist», erklärte eine 12-Jährige die Wahl ihrer Priorität. Für einige Buben aus den Schulen im Langstrassenquartier ist Wachsamkeit offenbar eine Notwendigkeit, um sich gegen reale Übergriffe zu wappnen. «Weil ich es wichtig finde zu fühlen, wenn sich ein Gegner nähert», schrieb ein 12-Jähriger aus dem Kern.

Dem kleinen Finger mit dem Symbol für «Hilfe holen» räumten die Kinder am wenigsten Bedeutung ein. 10 Prozent der Mädchen und 6,3 Prozent der Buben hielten es für das Wichtigste, sich jemanden anzuvertrauen. «Mir persönlich hilft jetzt nach dem Kurs jeder Finger, aber wenn mir etwas passiert ist, rede ich gerne darüber!», begründete ein 12-jähriges Mädchen seine Wahl. Einem 11-Jährigen ist der Satz «Ich darf Nein sagen» am stärksten in Erinnerung geblieben. «Mich trauen, anderen zu sagen was mich stört oder dass sie aufhören sollten», erklärte eine 12-Jährige die Bedeutung der Selbstverteidigung mit Worten.

TRAINING HAT KINDERN GEHOLFEN

Die für viele wahrscheinlich schwierigste Frage bezog sich auf die Veränderung ihres Sicherheitsgefühls (Mädchen) beziehungsweise ihrer Wahrnehmung (Buben). Ihre Befindlichkeit vor und nach dem Kurs notierten die Kinder in einer Skala von 1 bis 10.

Bei den Mädchen steigerte sich das Sicherheitsgefühl um rund drei Punkte auf einen Mittelwert von 8,7. Allerdings sind die Unterschiede zwischen den Schulhäusern gross: Am sichersten fühlten sich nach dem Kurs die Mädchen im Schulhaus Hohl (9,6). Die geringste Steigerung des Sicherheitsgefühl spürten die Mädchen eines Kurses im Kern (plus 1 auf 7.8 Punkte).

Bei den Buben fielen die Antworten auf die Frage, ob sie nach dem Kurs ihre Grenzen besser kennen würden, sehr unterschiedlich aus. Während die Buben im Hohl und in einem Kurs im Milchbuck angaben, grosse Fortschritte gemacht zu haben, sahen die Buben im Kern und in einem Kurs im Milchbuck wenig Veränderungen.

Die generelle Frage, ob der Kurs ihnen geholfen habe, sich in Konfliktsituationen besser zu behaupten, beantwortete über die Hälfte der Mädchen und Buben mit «Ja, er hat mir sehr geholfen». Von den Buben sagten 8 Prozent, der Kurs habe ihnen kaum oder überhaupt nicht geholfen. Bei den Mädchen kreuzten 12 Prozent die Antwort «kaum geholfen» an. Allerdings sind die Unterschiede zwischen den Kursen gross: Die Mädchen im Hohl scheinen am meisten profitiert zu haben. Gemischter fiel die Bilanz im Milchbuck aus. Im Kern beantwortete eine Mädchen-Gruppe die Frage kollektiv mit «Ja, sehr geholfen», während im anderen Mädchenkurs die negativen Stimmen überwogen. In diesem Kurs war es am Ende zu Unstimmigkeiten gekommen, die sich in der Auswertung niederschlugen.

Bei den Buben zeichnete sich ein ähnliches Bild, wobei im Milchbuck deutliche Unterschiede zwischen den Gruppen auftraten. Im Kern scheint der Kurs vorab den jüngeren Buben etwas gebracht zu haben, während die 13-/14-Jährigen mehrheitlich angaben, der Kurs habe ihnen kaum geholfen.

Die jüngeren Kinder und jene aus homogenen Gruppen profitierten insgesamt am meisten von den Trainings. Das bestätigte auch die Nachfrage im Hohl-Schulhaus nach den Sommerferien. Laut der Lehrerin erinnerten sich die nunmehr SechstklässlerInnen gerne an den Kurs. Die Mädchen hätten das Gelernte schon in unangenehmen Situationen anwenden können, was ihnen ein gutes Sicherheitsgefühl gebe.

Am Besten gefielen den Buben die Selbstverteidigungstricks und Schlagtechniken. Aber einigen ist durch den Kurs auch weniger Naheliegenderes bewusst geworden, was Aussagen wie «Ich darf Angst haben, ich bin wichtig» oder «Es gibt Grenzen» oder «Ich hab Kraft» beweisen. Viele Mädchen fanden alles gut, die Schlag- und Boxtechniken, die Verteidigungstricks, den Einsatz der Stimme. «Das man auch NEIN sagen kann und sich nicht immer überreden lassen soll.» Die Selbstverteidigungstechniken und das eigenhändige Zerschlagen des Holzbrettes hinterliess bei den Mädchen den grössten Eindruck.

ZUSAMMENFASSUNG

Die zwölf Pilotkurse «Weder Tussi noch Macho» an den drei Zürcher Primarschulen Milchbuck, Hohl und Kern waren ein Erfolg, sowohl aus Sicht der Schulen als auch aus Sicht der KursleiterInnen und der Projektleiterin. Das Selbstbehauptungs- und Konflikttraining für 5.- und 6.-KlässlerInnen entsprach den Bedürfnissen dieser Altersgruppe (11 bis 13 Jahre). Die KursleiterInnen gestalteten das Programm flexibel, so dass alle Kinder – auch fremdsprachige und leistungsschwache – vom Training profitierten.

Dank der Trennung von Mädchen und Buben konnten die Kursleiterinnen respektive die Kursleiter das Training geschlechtsspezifisch gestalten. Die Methode (Hand-Symbolik), Ziele und Inhalte waren für beide Geschlechter die gleichen, doch lag der Akzent bei den Mädchen stärker auf der körperlichen Selbstverteidigung, bei den Buben auf der Wahrnehmung und verbalen Selbstverteidigungstechniken.

Die Pilotkurse fanden zwischen den Frühlings- und den Sommerferien 2005 statt. Die Durchführung der Kurse im Rahmen des obligatorischen Schulunterrichts bot die Chance, auch Mädchen und Buben daran teilnehmen zu lassen, die in ihrer Freizeit kaum solche Angebote nutzen. Je nach Klasse fanden die Kurse an Stelle anderer Unterrichtsstunden statt. Seitens der Eltern gab es keine negativen Rückmeldungen.

Wegen der kurzfristigen Planung stand den KursleiterInnen wie auch den Schulen wenig Zeit für die inhaltliche Vorbereitung und den Austausch zur Verfügung. Der Zeitpunkt der Kurse im letzten Quartal des Schuljahres erwies sich als ungünstig, weil – besonders in den 6. Klassen – Abschieds- beziehungsweise Aufbruchstimmung herrschte. Aus Sicht der Schulen hätten die Trainings regelmässiger und kompakter – zum Beispiel jede Woche oder in einer Projektwoche – durchgeführt werden sollen.

Die Trennung und Neuaufteilung der Klassen in Mädchen- und Buben-Kurse stellte hohe Ansprüche an die Organisation und Koordination. Die Durchmischung von 5. und 6. Klassen beeinträchtigte zum Teil die Gruppendynamik, auch wegen der Altersunterschiede. Es zeigte sich, dass zu grosse Gruppen (über 10 TeilnehmerInnen) gerade bei schwierigen Klassen mit vielen Fremdsprachigen die Vermittlung der Inhalte und eine Vertiefung erschweren.

Bei den Mädchen betätigten sich die Lehrerinnen, bei den Buben Lehrer und andere männliche Begleitpersonen (Schulsozialarbeiter, Hauswart) als Co-TrainerInnen. In zwei schwierigen Buben-Kursen wurde vom Prinzip der Geschlechtertrennung abgewichen. Wichtiger als das Geschlecht der Begleitperson war für die Lehrkräfte und Kursleiter in dieser Situation, dass eine Vertrauensperson (weiblich oder männlich) dem Training beiwohnte. Die Integration der LehrerInnen ins Training erwies sich als sinnvoll, teils sogar als notwendig. Sie konnten bei disziplinarischen Problemen vermitteln und die durch das Training ausgelösten Konflikte und Emotionen auffangen. Einige LehrerInnen griffen die Inhalte des Trainings mit den Kindern im Unterricht auf und arbeiteten weiter daran.

Die meisten Mädchen und Buben haben die Grundsätze der Selbstbehauptung verstanden, dies geht aus ihrem Feedback hervor. Sowohl die Mädchen als auch die Buben halten die Selbstverteidigung mit der Stimme und mit Worten für die wichtigste Strategie, um sich zu wehren.

Den Fragebogen zufolge haben die Kinder in den jüngeren und homogenen Gruppen am meisten vom Training mitgenommen. Nicht nur Konflikte mit Gleichaltrigen in der

Schule beschäftigen die SchülerInnen, sondern auch die Erfahrungen mit Übergriffen durch Erwachsene, sei dies auf dem Schulweg oder zu Hause.

Ob die Kinder selbstsicherer und konfliktfähiger geworden sind, lässt sich nach der einmaligen Durchführung des Trainings nicht generell voraussagen. Die Mädchen fühlten sich nach eigenen Angaben nach dem Kurs sicherer als vorher. Und die Buben waren überzeugt, dass sie dank dem Training Grenzsituationen besser einschätzen können.

Die KursleiterInnen empfanden die teilnehmenden Mädchen und Buben als offen und aufnahmebereit. In den Schulhäusern Kern und Hohl waren trotz Sprachschwierigkeiten Gespräche auch über heikle Themen wie Gefühle und Sexualität möglich. Die Lehrkräfte beobachteten bei einigen Kindern, vorab bei den Mädchen, dass sie nach dem Training in der Klasse selbstbewusster auftraten, lauter sprachen und schneller und bestimmter Nein sagten. Nach ihrer Einschätzung haben vor allem die scheuen Kinder vom Training profitiert.

Sowohl KursleiterInnen als auch Lehrkräfte sind überzeugt, dass das geschlechtsspezifisch ausgerichtete Selbstbehauptungs- und Konflikttraining ihren SchülerInnen den Rücken gestärkt hat. Das Selbstbewusstsein und die Konfliktfähigkeit der Kinder müsste ihrer Ansicht nach in der Schule kontinuierlicher und nachhaltiger gefördert werden, zum Beispiel mit regelmässigen Trainings alle ein oder zwei Jahre.

Tussis und Machos___«Weder Tussi noch Macho»: Der Name für das Selbstbehauptungs- und Konflikttraining hat zu Diskussionen angeregt, nicht nur unter den Mädchen und Buben, welche die Pilotkurse besuchten. Die Mädchen einer sechsten Klasse aus Bonstetten diskutierten in der Schule über ein Interview zum Pilotprojekt im «Tages-Anzeiger». Vor allem die Aussage der Projektleiterin «Ein Tussi ist ein Mädchen ohne Selbstbewusstsein» löste Widerspruch aus. Der Kommentar eines Mädchens steht hier stellvertretend für viele andere, interessante Meinungsbeiträge zum Thema «Tussis und Machos»:

«Wir haben in der Schule ihren Text über Tussis gelesen und sind nicht ganz ihrer Meinung. Wir finden, es gibt zwei Arten von Tussis. Die eine ist vom Verhalten her ein Tussi und die andere Art vom Aussehen und der Körperpflege her. Für uns sind Tussis solche, die sich zu extrem um ihren Körper sorgen und das Gefühl haben, wegen ihres Aussehens über anderen zu stehen. Manchmal sind sie nicht einmal so hübsch wie sie denken. Diese Art von Tussi muss aber Selbstvertrauen haben, weil sie sich erst mal getrauen müssen, ihren eigenen Stil zu entwickeln und damit herumzulaufen. Die andere Art hat kein Selbstvertrauen und will sich immer beweisen. Meistens greifen sie dann zu gemeinen Methoden wie abschlagen oder sich gemein mit Wörtern ausdrücken. Bei der Sache mit den Machos sind die Mädchen der Klasse ihrer Meinung.

Viele Grüsse von der 6. Klasse in Bonstetten.»

EMPFEHLUNGEN

- ___ Die Selbstbehauptungs- und Konfliktrainingskurse im obligatorischen Unterricht müssen in und mit den Schulen mindestens ein halbes Jahr im Voraus geplant und organisiert werden. Pro Schulhaus ist eine für die Koordination verantwortliche Person zu bezeichnen.
- ___ Die Begleitpersonen sollen bereits in die inhaltliche Vorbereitung der Trainings einbezogen, ihre Rolle und Aufgabe geklärt werden. Auch für den Austausch zwischen Kursleitung und Lehrkräften muss Zeit einberechnet werden, damit die Inhalte des Trainings später im Unterricht wieder aufgegriffen und vertieft werden können.
- ___ Die Kurse à sechs bis acht Doppellektionen sollten in regelmässigem Rhythmus stattfinden oder en bloc – z. B. im Rahmen einer Projektwoche – durchgeführt werden. Die Räume müssen gross und hell sein, damit Spiele und Übungen am Boden möglich sind.
- ___ Als Zeitpunkt der Durchführung empfiehlt sich der Beginn des Schuljahres (nach den Sommerferien) oder das Wintersemester. Die Kurse können je nach Flexibilität des Stundenplans an Stelle eines oder mehrerer Fächer stattfinden.
- ___ Die Gruppen dürfen nicht zu gross und nicht zu heterogen sein. Regelklassen: maximal 12–14 TeilnehmerInnen, schwierige Klassen: maximal 10. Eine Durchmischung von 5. und 6. Klassen kann wegen der Altersunterschiede problematisch sein.
- ___ Das Trainingsprogramm muss flexibel gestaltet und dem Alter der Kinder angepasst sein. Sprachprobleme und Leistungsunterschiede sind beim Tempo und den Übungen zu berücksichtigen.
- ___ Es lohnt sich, während oder am Schluss der Kurse eine gemeinsame Auswertung der KursleiterInnen und der Begleitpersonen/Lehrkräfte einzuplanen. Zum Abschluss der Trainings soll das Feedback der Kinder eingeholt werden.

AUSBLICK

Der Bericht zum Pilotprojekt «Weder Tussi noch Macho» soll Interessierte motivieren, an den Schulen oder im Rahmen anderer Institutionen (Kirchgemeinden, Schulsport, Quartierzentren) Selbstbehauptungs- und Konflikttrainings für Mädchen und Buben durchzuführen. Die Fachstelle für Gleichstellung der Stadt Zürich vermittelt den Kontakt zu den KursleiterInnen von Wen-Do und «selbstbewusst & stark». Diese können das von ihnen entwickelte Programm den jeweiligen Bedürfnissen anpassen und – entsprechend ihrer Kapazitäten – die Kurse durchführen. Es ist mit Kosten von 2500 Franken pro Kurs respektive 5000 Franken für einen Mädchen- und einen Buben-Kurs zu rechnen.

Vor allem die Stadtzürcher Primarschulen können von den Erfahrungen mit den Pilotkursen in den Schulhäusern Milchbuck, Hohl und Kern profitieren. Da die wenigsten Schulen die von Externen geleiteten Kurse aus ihrem ordentlichen Budget bezahlen können, muss die Finanzierung gesichert werden. Langfristiges Ziel der Fachstelle für Gleichstellung ist es, dass alle Zürcher Kinder am Ende der Primarschule im Unterricht ein Selbstbehauptungs- und Konflikttraining durchlaufen, das den unterschiedlichen Erfahrungen von Mädchen und Buben mit Gewalt Rechnung trägt. Das Pilotprojekt «Weder Tussi noch Macho» bietet die Grundlage dazu.

ANHANG

Herausgeberin:
 Stadt Zürich – Fachstelle für Gleichstellung
 Ausstellungsstrasse 88
 8005 Zürich
 Tel. 044 447 17 77, Fax 044 447 17 78
gleichstellung@zuerich.ch

Der Bericht kann in gedruckter Form unter obiger Adresse bestellt werden.
 Er ist ausserdem als pdf-File auf www.gleichstellung-zuerich.ch (Projekte) zu finden.

Dank für die finanziellen Beiträge an das Pilotprojekt:
 Migros-Genossenschafts-Bund
 Genossenschaft Migros Zürich
 Zürcher Kantonalbank

Projektleitung/Bericht:
 Eva Krähenbühl, Fachstelle für Gleichstellung
 Tel. 044 447 17 82, eva.kraehenbuehl@zuerich.ch

Evaluation:
 Thea Weiss Sampietro
 Zentrum Sustainability zsa-ZHW
 Zürcher Hochschule Winterthur ZHW
www.zsa.zhwin.ch

Bilder: Silvia Voser, Fotografin
 Gestaltung des Berichts: Sonja Schenk, Grafikerin

AM PILOTPROJEKT BETEILIGTE SCHULEN

Schulhaus Kern
 Kernstr. 45, 8004 Zürich
 Tel. 043 322 25 75, sl.kern@gmx.ch

Roger Hartmann, Lehrer 6. Klasse D, Schulleiter, Begleitperson Buben
 Arnold Zürrer, Lehrer Kleinklasse BM, Begleitperson Buben
 Ernst Falk, Lehrer 6. Klasse, Begleitperson Buben
 Anna Siegrist, Lehrerin 5. Klasse, Begleitperson Mädchen
 Gerda Zbinden, Lehrerin und «Springerin» Schulkreis Limmattal, Begleitperson
 Mädchen und Buben

Schulhaus Hohl
 Hohlstr. 68, 8004 Zürich
 Tel. 043 322 24 55, sl.hohl@gmx.ch

Katherina Graf, Lehrerin 5. Kleinklasse, Begleitperson Mädchen
 Eva Zurbuchen, Lehrerin 5. Klasse, Begleitperson Mädchen und Buben
 André Behrendt, Schulsozialarbeiter, Begleitperson Buben
 Annemarie Hösli, Schulleiterin

Schulhaus Milchbuck
 Guggachstr. 11, 8057 Zürich
 Tel. 044 368 38 83, sl2.milchbucka@gmx.ch

Silvia Krattinger, Lehrerin 6. Klasse, Begleitperson Mädchen
 Kathrin Meier, Turnlehrerin, Begleitperson Mädchen
 Fritz Gugerli, Schulhauswart, Begleitperson Buben
 Martin Stotz, Schulleiter, Lehrer 6. Klasse
 Michèle Portmann, Lehrerin Kleinklasse
 Silvia Scherrer, Schulleiterin

KURSLEITUNG

Mädchen:
 Wen-Do Zürich
 Postfach, 8031 Zürich
 Tel/Fax: 044 273 45 73, www.wendo.ch/zuerich
 Kursleiterinnen: Sophie Scheurer, Patrizia Giossi, Edith Bitschnau
 In Ausbildung: Daniela Baumgartner, Sandra Henlein

Buben:
 «selbstbewusst & stark»
 Urban Brühwiler
 Ritterhausstr. 18, 8608 Bubikon
 urbanfeldbach@gmx.ch
 Kursleiter: Urban Brühwiler, André Becchio, Olivier Rando, Olivier Andermatt