

# mira

## MÄDCHENBILDUNG

**mira Mädchen\*bildung** ist ein inklusives Bildungsprojekt für Mädchen\* und junge Frauen\* sowie für Fachkräfte und bietet Seminare in den Bereichen politische und berufliche Bildung, Kultur und Medienpädagogik an.



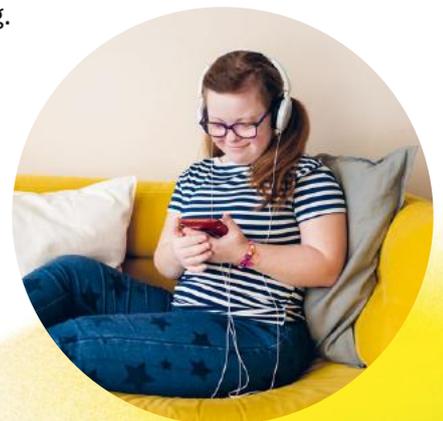
### Für wen sind unsere Seminare?

mira arbeitet mit Mädchen\* und jungen Frauen\* mit und ohne Behinderungen von 9 bis 27 Jahren in München in allen Schularten und in Einrichtungen der Kinder-, Jugend- und Behindertenhilfe. Zudem bieten wir **Seminare für Fachkräfte** an – weitere Informationen gibt es auf unserer Homepage: [miramue.de](http://miramue.de)

Unsere Angebote richten sich an alle Personen, die sich als weiblich identifizieren. Sowie an Personen, die in der Vergangenheit als weiblich gelesen wurden bzw. immer noch gelesen werden. Ebenso sind Menschen, die sich weder weiblich noch männlich definieren, in unseren Seminaren willkommen. Sprache ist im Wandel und verändert sich stetig. Derzeit verwenden wir das Gendersternchen.

### Was sind unsere Ziele?

- ▲ Selbstbestimmung unterstützen
- ▲ Förderung der gesellschaftlichen Teilhabe
- ▲ Reflexion der Identität als Mädchen\* und als junge Frau\*
- ▲ Förderung persönlicher, sozialer, medialer und politischer Kompetenzen
- ▲ Aufzeigen struktureller Bedingungen und individueller Wahlmöglichkeiten
- ▲ Herstellen von Solidarität, gegenseitiger Wertschätzung und Unterstützung
- ▲ Förderung von politischer Einflussnahme und Partizipation



### Wie arbeiten wir?

mira arbeitet nach den Prinzipien der feministisch-parteilichen Mädchen\*arbeit und des systemischen Ansatzes. Unsere Methoden sind ressourcen-, ziel- und zukunftsorientiert.

## Medien

### ▲ Mein Nein im Netz – digitale Selbstbehauptung

- △ Für Mädchen\* und junge Frauen\* von 9 bis 27 Jahren
- Austausch über Erfahrungen von virtuellen Grenzüberschreitungen
- Stärkung von Strategien zur Selbstbehauptung im Netz
- Informationen und Adressen zur digitalen Selbstverteidigung

### ▲ Das Internet und ich – wo bin ich unterwegs?

- △ Für Mädchen\* und junge Frauen\* von 9 bis 27 Jahren
- Reflexion des eigenen Nutzungsverhaltens
- Unterstützung bei der digitalen Teilhabe
- Aktive Medienarbeit

### ▲ Alles vernetzt!? Chancen und Risiken der virtuellen Welt

- △ Für Mädchen\* und junge Frauen\* von 9 bis 27 Jahren
- Kritische Auseinandersetzung mit der virtuellen Welt
- Hinterfragen von digitalen Strukturen und Betrachtung von Chancen
- Aktive Medienarbeit

### ▲ Meine Welt – mein Foto

- △ Für Mädchen\* und junge Frauen\* von 9 bis 27 Jahren
- Auseinandersetzung mit der eigenen Lebenswelt
- Beschäftigung mit Fotografie und deren Wirkung
- Darstellen der eigenen Meinung mittels Fotografie

### ▲ Cybermobbing – nicht mit mir!

- △ Für Mädchen\* ab der 7. Klasse
- Informationen zu Cybermobbing
- Entwicklung von Handlungsalternativen bei Cybermobbing
- Solidarisches Handeln mit Betroffenen

## Konflikte

### ▲ Selbstbehauptung

- △ Für Mädchen\* und junge Frauen\* von 9–27 Jahren
- Wahrnehmen der eigenen Grenzen
- Benennen von Grenzüberschreitungen
- Erarbeiten und Einüben von Handlungsmöglichkeiten für Übergriffssituationen

### ▲ Prüfungsangst

- △ Für Schülerinnen ab Klasse 8
- konstruktiver Umgang mit Stress- & Angstsituationen
- Zugang zu Ressourcen
- persönliche Strategien zur Prüfungsvorbereitung

### ▲ Konfliktmanagement

- △ Für Berufsschülerinnen im 1. bis 3. Ausbildungsjahr
- Reflexion problematischer Situationen in Ausbildung und Schule
- Gesprächs- und Trainingseinheiten zur Förderung sozialer Kompetenz & Konfliktfähigkeit
- Stärkung der Selbstsicherheit

## Beruf

### ▲ Persönliche Präsenz bei Vorstellungsgesprächen

- △ Für Schülerinnen der beiden letzten Abschlussklassen
- Stärkung der Kommunikationsfähigkeit
- Informationen zu und Einüben von Vorstellungsgesprächen

### ▲ Zukunftsplanung – berufliche Orientierung

- △ Für Schülerinnen ab Klasse 8
- Reflexion persönlicher Vorstellungen & Wünsche
- Stärkung der eigenen Fähigkeiten
- Erarbeiten erster Schritte zur konkreten Umsetzung

### ▲ Allein unter Männern\* – schön und manchmal schwierig

- △ Für weibliche Auszubildende in männer\*dominierten Berufen
- Reflexion problematischer Situationen in Ausbildung und Schule
- Stärkung der Selbstsicherheit
- Entwicklung von Solidarität

## Identität

### ▲ Empowerment, Stärkung, positive Selbstwahrnehmung!

- △ Für Schülerinnen ab Klasse 9/10
- Auseinandersetzung mit prägenden Einflüssen
- Reflexion schon vorhandener Ressourcen & Fähigkeiten
- Stärkung der eigenen Kompetenzen

### ▲ Identitätssuche zwischen Schönheitswahn & Körpermarkt

- △ Für Schülerinnen ab Klasse 8
- Selbst- und Fremdwahrnehmung
- Widersprüchliche gesellschaftliche Rollenerwartungen
- Aktuelles Frauenbild in den Medien

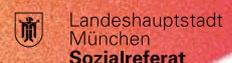
<b>Gruppengröße</b>	6 bis 14 Mädchen*
<b>Betreuung</b>	1–2 Pädagoginnen pro Gruppe
<b>Kosten</b>	1 Zeitstunde kostet in der Regel 40 €

Neben unseren Standardseminaren entwickeln wir bedarfsgerechte und zielgruppenorientierte Workshops für Mädchen\* und junge Frauen\* in den unterschiedlichsten Lebenslagen.

TRÄGER:



GEFÖRDERT VON:



**mira Mädchen\*bildung** | Hermann-Lingg-Straße 13,  
80336 München | Tel. 089/513 99 696 | mira@miramue.de

 [miramue.de](http://miramue.de)