



# mira

## MÄDCHENBILDUNG

**mira** ist ein Mädchenbildungsprojekt und bietet Seminare zu den Schwerpunkten politische Bildung und berufliche Orientierung an.

## Für wen sind unsere Angebote?



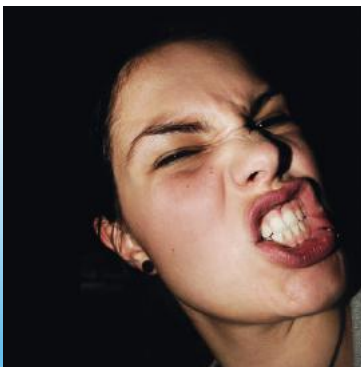
**mira** arbeitet mit Mädchen und jungen Frauen mit und ohne Behinderung von 9–27 Jahren

- ▲ in allen Schularten
- ▲ in Einrichtungen der Kinder- und Jugendhilfe
- ▲ in der offenen Jugendarbeit



## Was sind unsere Ziele?

- ▲ Unterstützung von Selbstbestimmung
- ▲ Förderung persönlicher, sozialer und politischer Kompetenzen
- ▲ Förderung der gesellschaftlichen Teilhabe
- ▲ Aufzeigen struktureller Bedingungen & individueller Wahlmöglichkeiten
- ▲ Reflexion der Identität als Mädchen und als junge Frau
  - ▲ Eröffnen neuer Handlungsspielräume
  - ▲ Unterstützung bei Entscheidungsprozessen
  - ▲ Stärken der Planungskompetenz anhand ihrer Fähigkeiten und Ressourcen
  - ▲ Herstellen von Solidarität, gegenseitiger Wertschätzung & Unterstützung
  - ▲ Förderung von politischer Einflussnahme und Partizipation



## Wie arbeiten wir?

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

## Konflikte

### Selbstbehauptung

- Wahrnehmen der eigenen Grenzen
  - Benennen von Grenzüberschreitungen
  - Austausch von Erfahrungen
  - Erarbeiten und Einüben von Handlungsmöglichkeiten für Übergriffssituationen
- Für Mädchen & junge Frauen 9–27 Jahre

### Prüfungsangst

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

### Konfliktmanagement für junge Frauen in der Ausbildung

- Reflexion problematischer Situationen in Ausbildung und Schule
  - Gesprächs- und Trainingseinheiten zur Förderung sozialer Kompetenz und Konfliktfähigkeit
  - Stärken der Selbstsicherheit
- Für Berufsschülerinnen 1.–3. Ausbildungsjahr

### Meine Rechte in der Ausbildung | IN KOOPERATION MIT AZURO – AUSBILDUNGS- UND ZUKUNFTSBÜRO

- Förderung von Konfliktfähigkeit
  - Stärken der Selbstsicherheit
  - Rechte und Pflichten in der Ausbildung
- Für Berufsschülerinnen 1.–3. Ausbildungsjahr

## Identität

### Wer bin ich und was werde ich?

- Auseinandersetzung und Beschäftigung mit prägenden Einflüssen, mit gegenwärtigen Haltungen und aktueller Selbsteinschätzung
  - Reflexion schon vorhandener Ressourcen & Fähigkeiten; Erweitern eigener Kompetenzen
- Für Schülerinnen ab Klasse 9 / 10

### Identitätssuche zwischen Schönheitswahn und Körpermarkt

- Selbst- und Fremdwahrnehmung
  - widersprüchliche gesellschaftliche Rollenerwartungen
  - aktuelles Frauenbild in den Medien
- Für Schülerinnen Klasse 8–12

## Beruf

### Persönliche Präsenz bei Vorstellungsgesprächen

- Schlüsselqualifikation soziale Kompetenz/Kommunikationsfähigkeit
  - Körpersprache und Rhetorik
  - Formulieren eigener Kompetenzen/Wünsche
  - Informationen zu und Einüben von Vorstellungsgesprächen
- Für Schülerinnen der beiden letzten Abschlussklassen aller Schularten

### Zukunftsplanung – berufliche Orientierung

- Wo liegen meine Fähigkeiten für mein späteres Leben?
  - Reflexion persönlicher Vorstellungen und Wünsche, eigener Fähigkeiten, Ressourcen und Möglichkeiten & Grenzen unterschiedlichster weiblicher Lebensplanung
  - Erarbeiten erster Schritte zur konkreten Umsetzung der Lebensplanung
- Für Schülerinnen ab Klasse 8 / 9 / 10

### Allein unter Männern – schön und manchmal schwierig

- Reflexion problematischer Situationen in Ausbildung und Schule
  - Stärken der Selbstsicherheit
  - Entwicklung von Solidarität
- Für weibliche Auszubildende in männerdominierten Berufen

## Fortbildung

### Workshops für Fachpersonal

- ressourcenorientiertes Arbeiten
- geschlechtsspezifische Berufswahl
- Konfliktlösungsverhalten von Mädchen
- Parteilichkeit in der Arbeit mit Mädchen
- Lebensrealitäten von Mädchen

## Kooperationen

### Innovative Workshops für Institutionen

Wir entwickeln gemeinsam mit der Schule, der Schulsozialarbeit und Einrichtungen der Jugend- und Behindertenhilfe bedarfsgerecht und zielgruppenorientiert Angebote für Mädchen & junge Frauen in den unterschiedlichsten Lebenslagen.

**Gruppengröße** 6–14 Mädchen

**Kosten** Eine Zeitstunde kostet in der Regel 40 €.

ARTWORK: rose pistola | FOTOS: benicce/photocase.de, istock.com/LaraBelova, istock.com/DenKuvaiev, Franzworks/photocase.de