

engagement

Zeitschrift für Erziehung und Schule

Prävention von sexualisierter Gewalt

Heft 1/2011

Das MFM-Projekt

ELISABETH RAITH-PAULA

Abstract

Wie Mädchen und Jungen ihren Körper erleben und bewerten, hat großen Einfluss auf ihr Selbstbild und ihr Selbstwertgefühl. Sich als Frau oder Mann zu bejahen und die körperlichen Veränderungen in der Pubertät in positiver Weise zu erleben, ist eine wichtige Entwicklungsaufgabe. Als ganzheitlich angelegtes, wertorientiertes Präventionsprojekt will das MFM-Projekt® sie dabei begleiten.

Das MFM-Projekt®

Mädchen, Jungen und ihre Eltern in die Pubertät begleiten – ein wertorientiertes, sexualpädagogisches Präventionsprojekt

Wie Mädchen und Jungen ihren Körper erleben und bewerten, hat großen Einfluss auf ihr Selbstbild und ihr Selbstwertgefühl. Sich als Frau oder Mann zu bejahen und die körperlichen Veränderungen in der Pubertät in positiver Weise zu erleben, ist eine wichtige Entwicklungsaufgabe. Das MFM-Projekt® will sie dabei begleiten. Das ganzheitlich angelegte, wertorientierte sexualpädagogische Präventionsprojekt wurde 1999 in der Erzdiözese München-Freising entwickelt. Zunächst als Mädchenprojekt unter dem Titel „Mädchen Frauen Meine Tage“ (MFM) gestartet, wurde es 2003 um das für Jungen konzipierte Zwillingsprojekt „MFM – Männer für Männer“ erweitert. Durch die liebevolle, anschauliche und ganzheitliche Darstellung der körperlichen Veränderungen und der beginnenden Fruchtbarkeit wird über die reine Wissensvermittlung hinaus vor allem die emotionale Ebene angesprochen, entsprechend dem Leitgedanken des Projektes: „Nur was ich schätze, kann ich schützen“.

Die Workshops für Mädchen und Jungen, die noch am Anfang ihrer Pubertät stehen, finden ergänzend zum Schulunterricht meist an ei-

nem Schulvormittag statt oder werden von verschiedenen Bildungseinrichtungen frei angeboten. Das MFM-Projekt® ist bundesweit verbreitet, mit Schwerpunkt in Bayern und Baden-Württemberg. Im Jahr 2009 wurden mit etwa 300 aktiven Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern in mehr als 3200 Veranstaltungen über 42.000 Mädchen, Jungen und Eltern erreicht. Damit ist es zu einem der größten sexualpädagogischen Präventionsprojekte in Deutschland herangewachsen. Inzwischen wird es auch in anderen europäischen Ländern wie Österreich, Schweiz, Frankreich, Ungarn und Belgien angeboten (www.mfm-projekt.eu).

2002 erhielt es den bayerischen Gesundheitsförderungs- und Präventionspreis, 2003 wurde es von der Europäischen Union als „best-practice-project“ für Prävention ausgezeichnet.

Die Angebote des MFM-Projekts:

- Workshop für Mädchen: „Die Zyklusshow – Dem Geheimcode meines Körpers auf der Spur ...“
- Workshop für Jungen: „Agenten auf dem Weg“
- Vortrag für Eltern

Rahmenbedingungen

Die geschlechtsgetrennten Workshops, an denen maximal 15 Mädchen oder Jungen teilnehmen können, dauern 6 Stunden. Wird der Workshop

innerhalb des regulären Schulunterrichts durchgeführt, umfasst er 6 Unterrichtsstunden, d.h. in der Regel einen Schulvormittag. Außerhalb des Unterrichts wird er auf freiwilliger Basis samstags oder in den Ferien angeboten (10–16 Uhr), entweder im Schulgebäude oder bei unterschiedlichen Bildungseinrichtungen wie z.B. Volkshochschulen, Familienbildungsstätten, Frauen-, Mütter-, Jugendzentren, Beratungsstellen. Das Angebot ist kostenpflichtig (siehe unten).

Prävention – Wir wollen unsere Kinder schützen

In den Elternabenden zum MFM-Projekt® erleben MFM-Referentinnen und Referenten nicht selten, dass gerade die verantwortungsbewussten Eltern, die sich Zeit nehmen und die Schulveranstaltungen besuchen, erfüllt sind von Sorge um ihre heranwachsenden Kinder angesichts ihrer bevorstehenden Geschlechtsreife (Menarche und erster Samenerguss). Sie spüren und wissen, dass damit eine Vielzahl von „Gefahren und Bedrohungen“ auf ihre Töchter und Söhne zukommen, angefangen von ungeplanten Schwangerschaften bei Minderjährigen, AIDS und andere sexuell übertragbare Krankheiten, Essstörungen aller Art und nicht zuletzt die in letzter Zeit wieder neu ins Bewusstsein gerückte Gefahr eines sexuellen Missbrauchs. Das Anliegen ist klar und nur zu verständlich: Eltern – Schule – Gesellschaft – Politik – wir alle wollen unsere Kinder schützen!

Was die Sexuaufklärung angeht, steht das Wissen über sichere Präventionsmaßnahmen zum Schutz vor ungeplanter Schwangerschaft und sexuell übertragbaren Krankheiten ganz im Vordergrund des Interesses und wird von besorgten Eltern immer wieder vehement eingefordert – nicht selten bereits für ihre Kinder in der Grundschule. Das Geschehen rund um die aufkeimende Fruchtbarkeit in der Pubertät wird aus dieser Sorge heraus in erster Linie unter dem Blickwinkel der Bedrohung wahrgenommen. Diese Besorgnis findet ihren Niederschlag z.B. in den zahlreichen, kostenlos erhältlichen Broschüren der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung, und auch in Bestrebungen, den sog. Kondomführerschein u.ä. bereits in die Lehrpläne der Grundschulen zu integrieren.

Schützen alleine genügt nicht

Was wir jedoch bei dem berechtigten und verständlichen Wunsch nach Schützen-wollen in den letzten Jahren und Jahrzehnten mehr oder weniger aus den Augen verloren haben, ist eine Binsenweisheit, die sich auf alle Lebensbereiche übertragen lässt, dass man nämlich nur etwas schützen kann, was man vorher auch zu schätzen gelernt hat. „Nur was ich schätze, kann ich schützen“, so lautet der Leitgedanke des MFM-Projekts®. Auf die Sexualerziehung übertragen heißt das:

Die Wertschätzung des eigenen Körpers, die Wertschätzung der Veränderungen, die sich in der Pubertät vollziehen, wenn das Mädchen zur Frau und der Junge zum Mann wird, – die Wertschätzung auch des Potentials der beginnenden Fruchtbarkeit – der Tatsache, dass nun so etwas unglaublich Großes wie ein neues Leben entstehen könnte – sie ist der Schlüssel und die Grundlage jeglicher Prävention und Grundvoraussetzung für einen verantwortungsbewussten Umgang mit Sexualität und Fruchtbarkeit.

Diese Wertschätzung ist die Grundvoraussetzung dafür, sich im weiblichen Körper wohl zu fühlen und darüber hinaus verantwortlich mit dem eigenen Körper, mit Sexualität und Fruchtbarkeit umgehen zu können. Dies ist die Grundlage jeder Präventionsarbeit und Voraussetzung für ein umfassendes Wohlbefinden.

Durch die verinnerlichte Achtung der eigenen Person, der eigenen Identität als Frau oder Mann sollen die Mädchen und Jungen befähigt werden, in verschiedensten Belangen ihres Lebens gut für sich zu sorgen – sich sozusagen automatisch zu schützen und auf sich aufzupassen und – in einem zweiten Schritt, ebenso achtsam mit ihrem Gegenüber umzugehen. Die positive Einstellung zum eigenen Körper ist der Schlüssel für ein echtes, erfolgreiches „Schutzverhalten“ nach dem Motto: „weil ich es mir wert bin“!

Rechtzeitige Vorbereitung

Viele sexualpädagogische Projekte beginnen erst in einem Alter, in dem die meisten Mädchen und Jungen bereits mitten in der Pubertät sind und viele Mädchen bereits ihre erste Regelblutung –

mehr oder weniger positiv – erlebt haben. Nach der Geschlechtsreife gerät das Thema Verhütung in den Vordergrund – oder anders ausgedrückt, es geht vorwiegend darum, wie sich Jugendliche vor dem für sie bedrohlichen Phänomen ihrer Fruchtbarkeit schützen können.

Es besteht jedoch ein nachweisbarer Zusammenhang zwischen der wertschätzenden Vorbereitung insbesondere auf die Menarche und dem Erleben derselben sowie der längerfristigen Einstellung zu diesem körperlichen Aspekt des Frauseins (vgl. Rendtorff 2003). So wirkt sich gerade die Art und Weise, wie junge Menschen auf die Veränderungen in ihrem Körper vorbereitet werden, auf die Identifikation mit ihrer Geschlechterrolle sowie auf ihre spätere Einstellung zu ihrem Körper, zu Gesundheit, Sexualität und Fruchtbarkeit aus. Deshalb richtet sich das MFM-Projekt® an Mädchen und Jungen am Anfang ihrer Pubertät. Es möchte ihnen die Möglichkeit geben, in aller Ruhe erfahren und erleben zu dürfen, was sich alles an Wunderbarem, Staunenswertem und Faszinierendem in ihrem Körper entwickelt, und sie so in positiver Weise auf die Veränderungen in ihrem Körper vorbereiten. Zielgruppe für die MFM-Workshops sind Mädchen und Jungen im Alter von 10–12 Jahren, optimal und damit Hauptzielgruppe ist die 5. Jahrgangsstufe.

Wertschätzung ist Herzenssache

Der Aufklärungsunterricht in der Schule wird sich häufig darauf beschränken müssen, biologisches Faktenwissen in einer sachlichen und theoretischen Art und Weise zu vermitteln. Dies geschieht oft mit einem geringen Zeitbudget, innerhalb von wenigen Unterrichtsstunden, nicht selten zu Schuljahresende und – oft unvermeidbar – im koedukativen Unterricht. Wenn Schulen das MFM-Projekt® in ihre 5. Klassen einladen, dann geschieht dies meist als eine Art „besonderes Geschenk“ zur Vertiefung bzw. Ergänzung der emotionalen Ebene, ein Aspekt, der im normalen Biologieunterricht von den Lehrkräften gar nicht geleistet werden kann.

In geschlechtsgetrennten Workshops werden die Schülerinnen und Schüler auf eine Entdeckungsreise durch den weiblichen bzw. männlichen Körper geschickt. In geschütztem Rahmen einer

kleinen Gruppe von maximal 15 Mädchen oder Jungen erleben sie dabei in phantasievollen Rollenspielen die geheimnisvollen und komplexen biologischen Vorgänge rund um Pubertät, Zyklusgeschehen, Fruchtbarkeit und die Entstehung neuen Lebens. Nicht theoretisch, nicht kurz und bündig oder hinter vorgehaltener Hand, sondern anschaulich, altersgerecht und liebevoll wird dem Thema der Raum gegeben, der ihm gebührt. Die Mädchen und Jungen spüren: „Was in mir vorgeht, ist der Rede wert. Ehrfurcht und Staunen vor dem Wunder des Lebens und des eigenen Körpers ergeben sich daraus induktiv, ohne explizit thematisiert werden zu müssen.“

Wertschätzende Sprache in Bildern und Vergleichen

Dieser emotionale Bezug wird gefördert durch eine für das MFM-Projekt® charakteristische, anschauliche und wertschätzende Sprache. Dabei werden stets die biologischen Fachausdrücke verwendet, immer aber verbunden mit positiv besetzten Bildern oder Vergleichen aus der Lebenswelt der Mädchen und Jungen. So werden – den Theorien des ganzheitlichen Lernens entsprechend – neben dem Verstand auch Herz, Emotionen und alle Sinne angesprochen. So ist beispielsweise der „Muttermund“ das „Tor zum Leben“, die „Östrogene“ sind „die besten Freundinnen“ und die Eireifungshormone FSH sind „Frühlingsboten“, der „Nebenhoden“ ist das „Trainingscamp“. MFM-Referentinnen und Referenten sind in weiten Teilen „Geschichten-erzähler“, denen es gelingt, selbst komplexe biologische Vorgänge mit Bildern und kleinen Geschichten zu veranschaulichen und nachvollziehbar zu machen.

Gerade was eine angemessene Sprache angeht, haben die Referentinnen und Referenten eine wichtige Vorbildfunktion. Die wertschätzende Art und Weise, wie sich die Referentin bzw. der Referent ausdrückt und über die Vorgänge im Körper spricht, übernehmen die Mädchen und Jungen im Laufe des Workshops. Damit bieten wir ihnen eine Alternative sowohl zur vorherrschenden „Sprachlosigkeit“ als auch zu einer wertneutralen – oft sogar wertlosen – Vulgärsprache, die die Kinder selbst im Grunde ih-

res Herzens ablehnen. Damit ist der Workshop oft Türöffner für das weitere Gespräch der Mädchen und Jungen untereinander, in der Klasse und in der Familie.

Wertschätzende Materialien

„Emotionen sind die Architekten des Gehirns“ sagt der Entwicklungspsychologe Stanley Greenspan. Negative Emotionen schaden, positive nützen und fördern die Persönlichkeitsentwicklung und den Lernerfolg. Da wir wissen, dass biologische Abbildungen und Darstellungen der weiblichen und männlichen Geschlechtsorgane die Mädchen und Jungen der oben genannten Altersgruppe oft überfordern und bei ihnen ein absolut natürliches, altersgerechtes Gefühl von Abwehr, mitunter auch von Scham und Ekel hervorrufen und damit auf dem Weg zu einer positiven Grundeinstellung zum eigenen Körper eher hinderlich sind, verwenden wir im MFM-Projekt® zur Veranschaulichung eine Fülle von Stoffen und edlen, farbenfrohen Materialien. Damit wird ein sehr ästhetisches Bodenbild gestaltet, das die „Bühne des Lebens“ darstellen soll, die weiblichen Geschlechtsorgane. Ebenso werden die männlichen Geschlechtsorgane zunächst in Form einer „Landkarte“ eingeführt und den Jungen als „Schatzkarte“ für ihr Agentenspiel überreicht. Auch die im Workshop verwendeten männlichen Spermien z.B. sind sehr freundlich und liebevoll gestaltet und erzeugen ein positives Gefühl. Wenn die Mädchen und Jungen dann im Laufe des Workshops mit dem Thema vertraut sind, werden die biologischen Zeichnungen zum Vergleich dazu geholt und von den Schülerinnen und Schülern jetzt als „stimmig“ angenommen.

Zyklusshow und Agentenspiel: Lernen mit allen Sinnen

Die MFM-Workshops sind interaktiv gestaltet, d.h. die Mädchen und Jungen werden aktiv ins Geschehen mit einbezogen.

Im Mittelpunkt des Mädchen-Workshops steht der weibliche Zyklus. Die jungen Teilnehmerinnen erfahren zunächst, wie die „Gleichung des Lebens“ (Spermie + Eizelle = Baby) Wirklichkeit wird, d.h. wie ein Mensch entsteht. Dabei schlüpfen sie selbst in die Rolle der weibli-

chen Hormone und erleben zunächst hautnah, wie sich der Körper der Frau auf den großen Gast vorbereitet. Kommt es zu einer Befruchtung, endet die Zyklusshow mit dem „großen Finale“, der Geburt eines Kindes – oder andernfalls mit dem „kleinen Finale“, der Menstruationsblutung. In diesem zweiten Teil, dem eigentlichen Hauptteil, geht es dann nur noch um ihren eigenen Körper und um die Veränderungen in der Pubertät mit seinen seltsamen Symptomen und vielen „Geheimcodes“. Jetzt wird den Mädchen klar, dass auch ihr eigener Körper, unabhängig davon, ob der Gast wirklich kommt oder nicht, alles genauso reichhaltig vorbereitet und letztlich keine Kosten und Mühen scheut, für jeden neuen Gast wieder alles so luxuriös vorzubereiten. Abschließend geht es um die erste Blutung, um Menstruationshygiene und ähnliche Themen.

Im Jungenworkshop schlüpfen sie selbst in die Rolle der Spermien, werden zu Spezialagenten und erleben in einer Art Stationenspiel den abenteuerlichen Weg von ihrer Entstehung im Hoden bis zur Erfüllung ihrer Mission im „Land des Lebens“, im Körper der Frau. Sie werden mit dem Zyklusgeschehen der Frau bekannt gemacht und verstehen in diesem Zusammenhang auch die Bedeutung der Regelblutung. In einem weiteren Teil geht es um die körperlichen Veränderungen in der Pubertät.

Im Workshop wird mit allen Sinnen gelernt, die Mädchen und Jungen dürfen sich bewegen, bekommen etwas zu essen und zu trinken, dürfen Dinge betasten und ausprobieren. Die einzelnen Szenen werden mit passender Musik untermalt.

Stärkung des Selbstwertgefühls: Ich bin zweifacher Sieger

Eine der wichtigsten Szenen – sowohl im Mädchen- als auch im Jungenworkshop – ist der Augenblick der Befruchtung, wenn die Siegerspermie (eines Mädchens bzw. eines Jungens) mit der Eizelle verschmilzt und ein neues Leben entsteht. Im Rennen um die Eizelle gibt es im Workshop zwar nur einen Sieger, alle anderen sind zunächst enttäuscht. Für sie gibt es jedoch einen wichtigen Trost: „Wichtiger als der Sieg im Spiel ist es, zurückzudenken an den Augenblick,

an dem unser eigenes Leben begonnen hat. Wir alle, so wie wir sind, waren im ersten Augenblick unseres Lebens bereits zweifache Sieger, wir waren die ausgewählte Eizelle, („die Königin“) und gleichzeitig auch die Siegerspermie, ausgewählt aus einer halben Milliarde Spermien. Dar- aus sind wir selbst entstanden, mit all unseren Merkmalen, Eigenschaften, Talenten und Vor- zügen, aber auch mit unseren Schattenseiten, mit unseren Problemen und Schwierigkeiten. Ge- nauso, wie wir sind, sind wir einzigartig, und es ist gut, dass es uns gibt!“

Bescheid wissen – Körperkom- petenz

Durch die ganzheitliche Wissensvermittlung er- langen die Mädchen und Jungen bereits nach ei- nem Workshoptag eine erstaunliche Körper- kompetenz, was sich im Feedback der Schülerin- nen und Schüler am Ende des Workshops widerspiegelt: „Ich weiß jetzt Bescheid“, „Ich habe keine Angst mehr“ sind die häufigsten Ant- worten. Jetzt lassen sie sich nicht mehr so leicht verunsichern von den ansonsten oft seltsamen und unverständlichen Körpersymptomen – eine gute Voraussetzung für die Entwicklung eines gesunden Selbstvertrauens in ihren eigenen Kör- per. Eine Langzeitevaluation, in der 100 Mäd- chen 1 ½ Jahre nach dem Workshop mit einer Kontrollgruppe verglichen wurden, ergab ein deutlich größeres Wissen bei jenen Mädchen, die am Workshop teilgenommen hatten (vgl. Schna- bel 2009).

Standardisierter Workshop – kein Frage-Antwort-Spiel

Das MFM-Projekt® ist ausdrücklich kein sexu- alpädagogisches Projekt im herkömmlichen Sinne, wo meist zu Beginn der Maßnahme oder bereits im Vorfeld anonyme Fragen der Schüle- rinnen und Schüler gesammelt und dann im Laufe des Aufklärungstages möglichst offen und klar beantwortet werden – nach dem Motto: „Alles, was du schon immer über Sex wissen wolltest!“ Vor allem in dieser jungen Alters- gruppe birgt dieses Vorgehen unserer Einschät- zung nach viel zu häufig die Gefahr, als Referen- tin oder Referent selbst „übergriffig“ zu werden,

indem man zwar einigen mutigen Fragestellern, die in ihrem Aufklärungsstand meist schon sehr weit fortgeschritten sind, gerecht würde, viele andere jedoch, die – wohlgemerkt – altersgerecht aufwachsen, durchaus überfordern und ihnen eher schaden würde.

Das MFM-Projekt® möchte die Mädchen und Jungen dort abholen, wo sie sich nach ihrem körperlichen und geistigen Entwicklungsstand und ihren Bedürfnissen jetzt gerade befinden und sie altersgerecht und liebevoll auf die kom- mende Zeit der Pubertät vorbereiten. Natürlich ist das immer eine Gradwanderung und von der Qualität und der Persönlichkeit der Referentin bzw. des Referenten abhängig. Um davon aber so weit wie möglich unabhängig zu sein, legt das MFM-Projekt® großen Wert auf die Einhaltung der Standardisierung.

Die Referenten bekommen bei der Ausbil- dung ein detailliert ausgearbeitetes Manual überreicht und müssen sich schriftlich dazu ver- pflichten, diese Standardisierung einzuhalten, d.h. den Workshop so wie im Manual vorgese- hen durchzuführen. So versucht das MFM-Pro- jekt® zu gewährleisten, dass die Workshopin- halte an jedem Ort und in jeder Gruppe – weit- gehend unabhängig vom jeweiligen Referenten/ Referentin – den jungen Menschen nahe ge- bracht werden können.

Frauen für die Mädchen, Männer für die Jungs

Die Mädchenworkshops werden selbstverständ- lich nur von weiblichen Referentinnen geleitet. Aber auch die Jungenworkshops werden – dem Logo des MFM-Projekts® entsprechend – (MFM – Männer Für Männer) ausschließlich von männlichen Referenten durchgeführt. Die- ses Qualitätsmerkmal ist nicht zu unterschätzen und wird von den Jungen als ganz besonders po- sitiv bewertet, angesichts des „Frauenüber- hangs“ in unserer Erziehungslandschaft, wo männliche Identifikationsfiguren Mangelware sind. Auch im MFM-Projekt® gibt es leider noch nicht ausreichend männliche Referenten, die sich den Anforderungen des MFM-Pro- jekts® stellen wollen, weshalb in einigen Regio- nen derzeit nur Mädchenworkshops angeboten werden können.

Eltern als Begleiter

Als erste Ansprechpartner ihrer Kinder tun sich Eltern bei Fragen zu Körpergeschehen und Sexualität oft nicht leicht. Einige fühlen sich bei diesem Thema einfach überfordert, manchmal mangelt es ihnen selbst an Wissen, oft an den richtigen Worten. Manche Mütter befürchten, ihren Töchtern bewusst oder unbewusst eigene Vorurteile oder negative Einstellungen weiter zu geben.

Das MFM-Projekt® möchte die Eltern mit einem ausführlichen Vortragsangebot unterstützen: Jedem Workshop geht im Idealfall ein zweistündiges Fortbildungsangebot voraus, in dem auch die Eltern auf ganz neue, wertschätzende Art und Weise vertraut gemacht werden mit den faszinierenden Vorgängen im Körper von Mann und Frau. Dieser Vortrag ist gewissermaßen ein zweites, nicht weniger wichtiges Standbein des MFM-Projektes. Zum Einen wird dadurch, dass den Eltern das Geschehen in derselben Art und Weise nahe gebracht wird wie ihren Kindern, eine gemeinsame Gesprächsebene geschaffen: Eltern und Kinder haben den gleichen Wissensstand und können über das Thema in derselben, wertschätzenden Sprache kommunizieren.

Zum anderen aber hat der Vortrag eine nicht zu unterschätzende positive Auswirkung auf die Eltern selbst als Mann und Frau. Nach einem der ersten Vorträge zum Mädchenprojekt, damals noch als „Vortrag für Mütter“ ausgeschrieben, kam ein allein erziehender Vater zur Referentin und sagte: „Das, was Sie heute erzählt haben, muss jeder Mann wissen!“ Die Referentinnen und Referenten erleben immer wieder, dass Frauen und Männer uns nach dem Vortrag erschüttert und begeistert mitteilen, sie hätten nun zum ersten Mal in ihrem Leben das Wunder ihres eigenen Körpers richtig – d. h. „mit dem Herzen“ verstanden.

MitarbeiterInnenqualifikation

Alle Angebote des MFM-Projekts® dürfen nur von zertifizierten Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern durchgeführt werden. Da das MFM-Projekt® auf dem Boden der christlichen Grundwerte steht, die ihren Ausdruck finden in der Achtung vor der Schöpfung, der Anerken-

nung der Einmaligkeit eines jeden Menschen und der Wertschätzung des Lebens von Anfang an, muss sich jede Ausbildungsinteressentin und jeder Interessent zu dieser christlichen Werterhaltung bekennen.

Bei den weiblichen Referentinnen ist zur kompetenten Durchführung der Projektangebote neben einem besonderen Spezialwissen rund um die Themen Zyklusgeschehen, Körperbeobachtung und Fruchtbarkeit auch die eigene Erfahrung in der Körperbeobachtung notwendig. Die Referentinnen und Referenten rekrutieren sich vornehmlich aus dem Gesundheits- oder Sozialbereich, die meisten sind Sozialpädagoginnen und Sozialpädagogen, Ärztinnen und Ärzte, Hebammen, Erzieherinnen und Erzieher, Gesundheitspädagoginnen und Gesundheitspädagogen sowie in der Jugend- und Familienarbeit tätige Frauen und Männer. Das Zertifikat ist an die Einhaltung der Standardisierung, an Projektrichtlinien und an die regelmäßige Teilnahme an Fortbildungsveranstaltungen und Supervisionen gekoppelt.

Feedback

Am Ende eines Workshops füllt jedes Mädchen einen Evaluationsbogen aus. Die Auswertung zeigt, dass die Mädchen den Workshop und die bildhafte Darstellung des Zyklusgeschehens sowie die Möglichkeit, selbst aktiv mitmachen zu können, als sehr positiv bewerten. Sie geben mehrheitlich an, dass ihnen der Workshop viel oder sehr viel geholfen hat, ihren Körper und die Blutung besser zu verstehen. Nach ihrer Einstellung zu ihrer ersten Blutung gefragt, antworten sie häufig: „Ich finde es ganz normal und o.k.“, „Ich habe keine Angst mehr“, „Ich bin erleichtert, dass ich alles weiß“.

In einer sozialpädagogischen Diplomarbeit, in der fünf Mädchen ein Jahr nach dem Workshop interviewt wurden, woran sie sich noch erinnern könnten, sagte das 11-jährige türkische Mädchen Aylin wörtlich: „....dass eine Frau wirklich was Wichtiges ist und dass sie wirklich viele schöne Sachen an sich hat, das hab ich wirklich gelernt..., halt, dass eine Frau wirklich was Wichtiges ist“.

Von den Jungen berichten 81 %, der Workshop habe ihnen gut oder sehr gut gefallen. 84 % sagen, dass sie nach dem Workshop viel besser

verstehen, was in ihrem Körper vor sich geht, 81 % geben an, auch die Vorgänge im weiblichen Körper besser zu verstehen.

In der oben bereits erwähnten Langzeitevaluation, in der 100 Mädchen 1½ Jahre nach dem Workshop mit einer Kontrollgruppe verglichen wurden, ergab sich eine signifikant höhere Akzeptanz ihrer körperlichen Veränderungen bei jenen Mädchen, die am Workshop teilgenommen hatten. Außerdem fühlten sie sich signifikant wohler in ihrem Körper als die Kontrollgruppe (vgl. Schnabel 2009).

Verbreitung und Auszeichnungen

Die Nachfrage nach den Projektangeboten steigt stetig. Seit 1999 wurden über 250.000 Mädchen, Jungen und Eltern erreicht, über 46.000 davon in über 3200 Veranstaltungen allein im Jahr 2009. Derzeit gibt es in Deutschland etwa 300 aktive Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter, davon 80 männliche Referenten. Die meisten Workshops finden an Gymnasien statt, gefolgt von Realschulen, Hauptschulen und Grundschulen.

2002 wurde das MFM-Projekt® mit dem bayerischen Gesundheitsförderungs- und Präventionspreis ausgezeichnet, 2003 wurde es von der Europäischen Union in die Reihe der „best-practice-projects“ zur Prävention von AIDS und anderen sexuell übertragbaren Krankheiten aufgenommen.

Inzwischen wird es auch in anderen Europäischen Ländern wie Österreich, Schweiz, Frankreich und Ungarn durchgeführt.

Organisationsstruktur und Finanzierung

Die MFM-Projektleitung ist im Erzbistum München und Freising angesiedelt. Das MFM-Projekt® ist regional derzeit in vierzehn so genannten regionalen Projektzentralen gegliedert, die meist an die katholischen (Erz)-Bistümer angebunden sind bzw. wird von ihnen unterstützt und gefördert werden. Diese vermitteln die MFM-Projekt-Referenten an die Schulen oder Bildungseinrichtungen vor Ort, sie organisieren Aus- und Fortbildungen und erbringen Serviceleistungen für die Referentinnen und Referenten.

Das MFM-Projekt® ist kostenpflichtig, d.h. die Referentenhonorare werden von den Schulen und anderen Einrichtungen selbst aufgebracht. Ein Workshop kostet – regional unterschiedlich – zwischen 160 €. – bis 220 €.

Das Buch zum Projekt

Schriftliche Grundlage des MFM-Projektes sind die ersten sechs Kapitel des Buches „Was ist los in meinem Körper“ von E. Raith-Paula, der Initiatorin des Projektes. In diesem Buch werden zunächst die Inhalte des Mädchenworkshops mit dessen besonderer Sprache, Anschaulichkeit und Wertschätzung mädchen- und altersgerecht dargestellt. Darüber hinaus begleitet es auch ältere Mädchen auf ihrem Weg zur erwachsenen Frau und behandelt Fragen rund um Körper, Fruchtbarkeit und Zyklusgeschehen. Ein besonderes Augenmerk wird speziell auf die Wirkweise der hormonellen Verhütungsmethoden auf den weiblichen Körper gerichtet, ein Thema, das in den Workshops nicht thematisiert wird. Dieses Buch ist gut geeignet zum Vertiefen, Nachlesen und Nachschlagen sowohl für Mädchen, die ihre erste Menstruation erwarten, aber auch für die Mütter, Lehrerinnen und Lehrer, Kinder- und Jugendärzte und in der Mädchenarbeit tätige Personen.

Für das Jungenprojekt gibt es bedauerlicherweise noch kein schriftliches Pendant.

Weitere Informationen

Weitere Infos zum MFM-Projekt und Kontakt zu den regionalen Projektzentralen unter www.mfm-projekt.de

Literatur

- Bergler, Reinhold (1984): Psychohygiene der Menstruation, Bern.
- Garcia-Sanchez, Inés et.al (2003): Best Practices in HIV/AIDS & STI Prevention for Women in Western Europe, Utrecht.
- Liebertz, Germaine (2009): Ganzheitlich lernen – Lernen mit allen Sinnen. Vortrag auf der Fachtagung zum 10jährigen Bestehen des MFM-Projekts, Köln.
- Liebertz, Germaine (2004): Das Schatzbuch der Herzensbildung: Grundlagen, Methoden und Spiele zur emotionalen Intelligenz, München.