

# TANZ WORKSHOP



ICH TANZE MEIN LEBEN  
SELBST!

Für Mädchen im Alter von 9  
bis 12 Jahren

Sa. **10.06.23** 14:00 - 17:30

Sa. **17.06.23** 14:00 - 17:30

Sa. **24.06.23** 14:00 - 16:30  
+ 17:00 Besuch Tanzshow  
von Tanzstudio *ma-move*

Wir...

...essen

...plaudern

...tanzen

Zusammen.

.. Juhul  
QR-Code  
scannen und  
anmelden..



roundabout®



[www.jugendfachstelle.ch](http://www.jugendfachstelle.ch)

Abbildung 1: Flyer (eigene Darstellung)

# Tanzworkshop, ich tanze mein Leben selbst!

## Projektbericht

Projektzeitraum von November 2022 bis August 2023

### Katharina Schneiter

Hochschule Luzern – Soziale Arbeit

Studienrichtung Soziokultur

Begleitperson: Reto Stäheli und Annina Fritz

Eingereicht am: 31. Januar 2024

Diese Arbeit wurde am **31. Januar 2024** an der Hochschule Luzern – Soziale Arbeit eingereicht. Für die inhaltliche Richtigkeit und Vollständigkeit wird durch die Hochschule Luzern keine Haftung übernommen.

---

Studierende räumen der Hochschule Luzern Verwendungs- und Verwertungsrechte an ihren im Rahmen des Studiums verfassten Arbeiten ein. Das Verwendungs- und Verwertungsrecht der Studierenden an ihren Arbeiten bleibt gewahrt (Art. 34 der Studienordnung).

---

Studentische Arbeiten der Hochschule Luzern – Soziale Arbeit werden unter einer Creative Commons Lizenz im Repositorium veröffentlicht und sind frei zugänglich.

---

**Originaldokument gespeichert auf LARA – Lucerne Open Access Repository and Archive  
der Zentral- und Hochschulbibliothek Luzern**



**Urheberrechtlicher Hinweis:**

**Dieses Werk ist unter einem Creative Commons Namensnennung-Keine kommerzielle Nutzung-Keine Bearbeitung 3.0 Schweiz (CC BY-NC-ND 3.0 CH) Lizenzvertrag lizenziert.**

Um die Lizenz anzuschauen, gehen Sie bitte zu <https://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/3.0/ch>

**Sie dürfen:**



**Teilen** — das Material in jedwedem Format oder Medium vervielfältigen und weiterverbreiten.

**Zu den folgenden Bedingungen:**



**Namensnennung** — Sie müssen angemessene Urheber- und Rechteangaben machen, einen Link zur Lizenz beifügen und angeben, ob Änderungen vorgenommen wurden. Diese Angaben dürfen in jeder angemessenen Art und Weise gemacht werden, allerdings nicht so, dass der Eindruck entsteht, der Lizenzgeber unterstütze gerade Sie oder Ihre Nutzung besonders.



**Nicht kommerziell** — Sie dürfen das Material nicht für kommerzielle Zwecke nutzen.



**Keine Bearbeitungen** — Wenn Sie das Material remixen, verändern oder darauf anderweitig direkt aufbauen dürfen Sie die bearbeitete Fassung des Materials nicht verbreiten.

**Keine weiteren Einschränkungen** — Sie dürfen keine zusätzlichen Klauseln oder technische Verfahren einsetzen, die anderen rechtlich irgendetwas untersagen, was die Lizenz erlaubt.

Jede der vorgenannten Bedingungen kann aufgehoben werden, sofern Sie die Einwilligung des Rechteinhabers dazu erhalten.

Diese Lizenz lässt die Urheberpersönlichkeitsrechte nach Schweizer Recht unberührt.

Eine ausführliche Fassung des Lizenzvertrags befindet sich unter

<https://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/3.0/ch/legalcode.de>

## Abstract

Das vorliegende Projekt „Tanzworkshop, ich tanze mein Leben selbst“ zielte darauf ab, Mädchen der 3. bis 6. Klasse durch Tanz und Empowerment zur Selbstbestimmung zu befähigen. Unterstützt von der Kinder- und Jugendfachstelle Aaretal und in Kooperation mit der Tanzorganisation roundabout, adressierte das Projekt die Förderung der Geschlechtergleichstellung im Einklang mit der Agenda 2030. Über kreative Tanzworkshops bot es einen geschützten Raum, in dem die Teilnehmerinnen ihre sozialen Kompetenzen, ihre Kreativität und ihr Selbstbewusstsein durch den Ausdruck im Tanz stärken konnten. Die methodische Umsetzung in der Konzeptions-, Organisations- und Umsetzungsphase basierte auf einer partizipativen, explorativen und gestaltenden Herangehensweise. Die sorgfältige Evaluation unterstreicht den Bedarf an Mädchenspezifischen Projekten sowie deren Notwendigkeit und Bedeutung. Wenn auch einige Herausforderungen nicht verhindert werden konnten, zeigte sich eine positive Wirkung auf die Zielgruppe. Die gelungene Kooperation mit roundabout eröffnete neue Perspektiven. Dieses Projekt stellt ein leuchtendes Beispiel für die kraftvolle Verbindung der Sozialen Arbeit, des Tanzes und des Empowerment-Ansatzes dar und lädt dazu ein, weitere Projekte umzusetzen, um die Geschlechtergleichstellung und die Selbstbestimmung von Mädchen und jungen Frauen zu fördern.

# Inhaltsverzeichnis

1.	<i>Konzeptionsphase</i>	6
<b>1.1.</b>	<b>Projektbegründung</b>	<b>6</b>
1.1.1.	Institutionelle Rahmenbedingungen	6
1.1.2.	Situationsanalyse	6
1.1.3.	Ausgangslage	6
1.1.4.	Expert*inneninterviews	7
1.1.5.	Befragung der Zielgruppe	8
1.1.6.	Stakeholderanalyse	8
<b>1.2.</b>	<b>Handlungsbedarf</b>	<b>9</b>
2.	<i>Zielsetzungen und Beteiligte</i>	10
<b>2.1.</b>	<b>Zielbaum</b>	<b>10</b>
<b>2.2.</b>	<b>Zielgruppe</b>	<b>11</b>
3.	<i>Umsetzungsphase (Planung)</i>	11
<b>3.1.</b>	<b>Projektorganisationsdiagramm</b>	<b>12</b>
3.1.1.	Zusammenarbeit Team Intern	12
3.1.2.	Sitzung mit der Geschäftsleitung	13
3.1.3.	Planung der Expert*inneninterviews	14
3.1.4.	Zusammenarbeit mit roundabout	14
3.1.5.	Öffentlichkeitsarbeit	14
3.1.6.	Drehbuch	15
<b>3.2.</b>	<b>Aufbau- und Ablauforganisation</b>	<b>15</b>
4.	<i>Umsetzungsphase (Durchführung)</i>	18
<b>4.1.</b>	<b>Workshop: Eins, Zwei und Drei</b>	<b>18</b>
5.	<i>Abschlussphase</i>	23
<b>5.1.</b>	<b>Evaluation und Reflexion</b>	<b>23</b>
5.1.1.	Evaluationsdesigne	24
5.1.2.	Zielevaluation	24
5.1.3.	Evaluation Projektorganisation	27
5.1.4.	Evaluation Partizipation	27
5.1.5.	Evaluation Zeit- und Prioritätenplanung	28
5.1.6.	Reflexion der eigenen Rolle	30
<b>5.2.</b>	<b>Evaluation Umsetzungsphase</b>	<b>30</b>
5.2.1.	Schriftliche Befragung	30
5.2.2.	Online-Umfrage	31
5.2.3.	Schlussevaluation SEPO Methode	31
5.2.4.	Evaluation Gesellschaftliche Differenzierung	32
5.2.5.	Evaluation Öffentlichkeitsarbeit	33
5.2.6.	Evaluation Nachhaltigkeit	33

<b>5.3.</b>	<b>Abrechnung und Budgetvergleich</b>	<b>35</b>
<b>5.4.</b>	<b>Evaluationserkenntnisse und Fazit</b>	<b>37</b>
6.	<i>Persönliche Stellungnahme und Dank</i>	38
7.	<i>Literaturverzeichnis</i>	39
8.	<i>Anhang</i>	40
<b>8.1.</b>	<b>Bestätigung Selbsterarbeitung</b>	<b>40</b>
<b>8.2.</b>	<b>Würdigung des Auftraggebers</b>	<b>41</b>
<b>8.3.</b>	<b>Anhang A</b>	<b>42</b>
<b>8.4.</b>	<b>Anhang B</b>	<b>43</b>
<b>8.5.</b>	<b>Anhang C</b>	<b>45</b>
<b>8.6.</b>	<b>Anhang D</b>	<b>47</b>
<b>8.7.</b>	<b>Anhang E</b>	<b>48</b>

ABBILDUNG 1: FLYER (EIGENE DARSTELLUNG)	1
ABBILDUNG 2: ZIELBAUM (EIGENE DARSTELLUNG)	10
ABBILDUNG 3: PROJEKTORGANISATIONS DIAGRAMM (EIGENE DARSTELLUNG)	12
ABBILDUNG 4: PRÄSENTATION (EIGENE DARSTELLUNG)	13
ABBILDUNG 5: PRÄSENTATION (EIGENE DARSTELLUNG)	13
ABBILDUNG 6: FLYER (EIGENE DARSTELLUNG)	15
ABBILDUNG 7: FLYER (EIGENE DARSTELLUNG)	15
ABBILDUNG 8: FLYER (EIGENE DARSTELLUNG)	15
ABBILDUNG 9: PROJEKTSKIZZE (EIGENE DARSTELLUNG)	16
ABBILDUNG 10: ZIELSETZUNGEN (EIGENE DARSTELLUNG)	17
ABBILDUNG 11: WORKSHOP (EIGENE DARSTELLUNG)	18
ABBILDUNG 12: WORKSHOP (EIGENE DARSTELLUNG)	18
ABBILDUNG 13: DREHBUCH (EIGENE DARSTELLUNG)	19
ABBILDUNG 14: WORKSHOP (EIGENE DARSTELLUNG)	20
ABBILDUNG 15: WORKSHOP (EIGENE DARSTELLUNG)	21
ABBILDUNG 16: WORKSHOP (EIGENE DARSTELLUNG)	22
ABBILDUNG 17: WORKSHOP (EIGENE DARSTELLUNG)	22
ABBILDUNG 18: WORKSHOP (EIGENE DARSTELLUNG)	23
ABBILDUNG 19: WORKSHOP (EIGENE DARSTELLUNG)	24
ABBILDUNG 20: WORKSHOP (EIGENE DARSTELLUNG)	24
ABBILDUNG 21: AUSWERTUNG ZIELE (EIGENE DARSTELLUNG)	25
ABBILDUNG 22: AUSWERTUNG ZIELE (EIGENE DARSTELLUNG)	26
ABBILDUNG 23: ZEIT UND PRIORITÄTENPLAN (EIGENE DARSTELLUNG)	29
ABBILDUNG 24: WEBSITE KJUFA	34
ABBILDUNG 25: BUDGETPLAN (EIGENE DARSTELLUNG)	36

# 1. Konzeptionsphase

Die Konzeptionsphase beinhaltet die Entwicklung einer klaren Projektvision und die Definition von Zielen unter Berücksichtigung der spezifischen Bedürfnisse der Zielgruppe und der Einbindung der Stakeholder (Willener & Friz, 2019, S. 158). Dieser Projektbericht dokumentiert und evaluiert umfassend das Projekt „Tanzworkshop, ich tanze mein Leben selbst“. Die Ausgangslage und Situationsanalyse, ausführlich im Projektkonzept dargestellt, werden hier in verkürzter Form wiedergegeben (Schneiter, 2023, S. 4-8). Das methodische Vorgehen gliedert sich in drei Phasen: Konzeptions-, Umsetzungs- und Abschlussphase, deren Beschreibung und Evaluation sich an Willener & Friz (2019) orientieren (S. 158-221).

Die Abkürzungen im Text sind wie folgt definiert: PL steht für Projektleitung und PT für Projektteam. Die Kinder- und Jugendfachstelle Aaretal wird als KJuFA abgekürzt, offene Kinder- und Jugendarbeit steht für OKJA, und SKA bezeichnet die Soziokulturelle Animation.

## 1.1. Projektbegründung

### 1.1.1. Institutionelle Rahmenbedingungen

Die KJuFA ist die Leistungserbringerin für die OKJA im Aaretal. Das Einzugsgebiet der KJuFA beinhaltet die Sitzgemeinde Münsingen und die umliegenden Anschlussgemeinden Wichtrach, Rubigen, Gerzensee, Oppligen, Kiesen, Kirchdorf und Jaberg. Die Zielgruppe der KJuFA ist im Alter von 6 bis 20 Jahren. Im Aaretal leben Menschen mit sozioökonomisch hohen wie auch tiefen Status. Zusammen zählen die acht Gemeinden ca. 5.046 Kinder und Jugendliche zwischen 0 – 19 Jahren (Stand 31. Dez. 2019), (OKJA, 2022, S. 7).

Die OKJA nimmt eine Schlüsselfunktion bei der Gestaltung von förderlichen Aufwuchsbedingungen für Kinder und Jugendliche ein (OKJA, 2022, S. 12). Die Begleitung von Kindern und Jugendlichen auf ihrem Weg ins Erwachsenenalter, die Schaffung einer Wohlfühlumgebung und Förderung der aktiven Beteiligung an Prozessen der Gesellschaft, gehört zu den Kernfunktionen der OKJA. Dabei nimmt die OKJA auch eine vermittelnde Rolle zwischen Kindern, Jugendlichen, deren Bezugspersonen und weiteren Anspruchsgruppen ein. Die Grundsätze der Freiwilligkeit, Offenheit und Partizipation begleiten die Professionellen der OKJA in ihrem Alltag (ebd.).

### 1.1.2. Situationsanalyse

Die Situationsanalyse dient zur genaueren Umschreibung, Begründung und Legitimierung des Projektes. Hierbei gilt es, mit starken Veränderungen der Projektidee zu rechnen, da es aufgrund der Situationsanalyse zu neuen Erkenntnissen kommen kann (Fritz & Willener, 2019, S.158).

### 1.1.3. Ausgangslage

Dieses Projekt wurde mit der Vision ins Leben gerufen, dass Mädchen in der heutigen Gesellschaft selbstsicher entgegnetreten und eigenmächtig in ihrer Lebensgestaltung sind. Über 20 Jahre lang bot die KJuFA regelmässig genderspezifische Treffs für Mädchen in verschiedenen Altersgruppen an. In diesen

Jahren wurde die Art der Durchführung der Mädchenarbeit immer wieder überarbeitet, es wurde Neues ausprobiert und Angebote wurden erweitert. Bereits ab dem Jahr 2016 gab es kaum noch Besucherinnen im Moditreff, vermutlich aufgrund eines Generationenwechsels oder weil das Angebot und die Bedürfnisse der Mädchen nicht mehr übereinstimmten. Danach wurden einige Aktivierungsversuche gestartet und im Jahr 2018 wurde eine Sozialarbeiterin in Ausbildung unter anderem für die Weiterentwicklung der Mädchenarbeit engagiert. Ab 2020 schien es keine Mädchenarbeit mehr gegeben zu haben. Es wird vermutet, dass die Gründe dafür einerseits bei der geringen Nachfrage der Zielgruppe und andererseits beim Fokuswechsel des Teams auf andere Projekte lagen. Dazu kommt die Ausbreitung des Coronavirus Ende 2019, was die meisten Angebote der KJuFA in den Winterschlaf versetzte, darunter auch die Moditreffe.

Im letzten Jahr wie auch in diesem, 2024, ist diesbezüglich eine Lücke zu beobachten, denn die KJuFA bietet keine genderspezifischen Angebote mehr an. Der Treff in Münsingen wird kaum von Mädchen besucht. Interessant ist die Beobachtung einer deutlichen Zunahme der Besucher\*innenzahlen im Jugendraum in Wichtrach. Darunter befanden sich viele Mädchen. Jedoch arbeitete die PL in Münsingen und kam kaum in Kontakt mit den Besucherinnen in Wichtrach. Der Austausch innerhalb der KJuFA zeigte, dass das Team an einem neuen Angebot für Mädchen interessiert ist. Die KJuFA sprach sich somit erneut für eine Wiederaufnahme der Mädchenarbeit aus. Durch die Auseinandersetzung mit den eigenen Interessen, kombiniert mit Befragungen der Geschäftsleitung, informellen Gesprächen mit Teamkolleg\*innen und zahlreichen Expert\*inneninterviews, entstand eine Projektidee. In Form von mehreren Tanzworkshops für Mädchen im Aaretal setzte sich die PL mit der Thematik Mädchenarbeit auseinander. Mädchen brauchen einen Safe Space. Daher sollte dieses Projekt einerseits ein Safe Space sein, um die Selbstermächtigung und das Körperbewusstsein von Mädchen durch Gespräch und Tanz zu fördern, wie auch ein Anstoss, um erneut mit Mädchen aus dem Aaretal in Kontakt zu treten und den Bedarf an Mädchenspezifischen Projekten zu erheben.

#### 1.1.4. Expert\*inneninterviews

Aufgrund der Herausforderung, dass die PL nur begrenzten Kontakt zur Zielgruppe hatte, wurden elf umfassende Expert\*inneninterviews durchgeführt und analysiert. Diese Interviews zielten darauf ab, tiefere Einblicke in die Bedürfnisse der Zielgruppe zu erhalten, indem Personen befragt wurden, die direkten Kontakt zur Zielgruppe hatten. Befragt wurden alle Schulsozialarbeiter\*innen des Einzugsgebiets der KJuFA, Mitarbeiter\*innen der KJuFA selbst, Pascale Altenburger eine professionelle Tänzerin, Tanzlehrerin, Kindergärtnerin und Aufklärungsarbeiterin in Sachen Prävention und Rassismus, Sara-Lisa Ringgenberg die Teamleiterin in Bern von roundabout, die Co-Leiterin Nina Stähli, des Treffs für Mädchen und junge Frauen namens Punkt 12 und Fabienne Zubler die Leiterin der Tanzschule Ma-Move in Münsingen. Die gewonnenen Erkenntnisse zeigten, dass ein Bedarf an Mädchenspezifischen Angeboten in allen Altersstufen bestand. Alle interviewten Personen zeigten Interesse an der Projektidee und waren hilfsbereit.

Aus den Interviews kristallisierten sich verschiedene Themen heraus, die Mädchen beschäftigten. Ein aktuelles Thema war die Auseinandersetzung mit dem eigenen Körper in Verbindung mit ungesunden Körperbildern und Essstörungen. Besonders auffällig war, wie Mädchen mit dieser Thematik in Berührung kamen, zum Beispiel durch spezifische Gruppierungen auf Instagram, die sich als Ernährungsspezialist\*innen ausgaben. Diese forderten Nacktfotos oder Fotos in leichter Bekleidung, um



die Gewichtsreduktion zu beurteilen, und gaben im Gegenzug ungesunde Ernährungstipps für kontinuierlichen Gewichtsverlust. Dies führte dazu, dass betroffene Mädchen den Bezug zur Realität und die Verbindung zu ihrem eigenen Körper verloren. Dieses Phänomen verdeutlicht eine gefährliche Facette sozialer Medien. Weitere genannte Themen waren unter anderem Jungs, der Umgang mit sozialen Medien, das Knüpfen von Freundschaften, Mobbing und Cybermobbing, das Leben in verschiedenen Kulturen, Zukunftsängste, hoher Druck vonseiten der Schule und der Familie sowie ein Mangel oder ein Übermass an Freizeitaktivitäten. Die Interessen variierten je nach Altersgruppe. Themen wie Sexualität, sexuelle Orientierungen und Rollenbilder waren in allen Altersgruppen präsent. Es mangelte an Freiräumen, in denen Selbstwirksamkeit und Kreativität gefördert werden konnten. Viele der Themen, die Mädchen beschäftigen, sind zwar altbekannt, doch setzten sich Mädchen heute bereits in jüngeren Jahren damit auseinander.

### 1.1.5. Befragung der Zielgruppe

Kontakte knüpfen ist in der Projektarbeit essenziell (Fritz & Willener, 2019, S.222). In der Konzeptionsphase wurde im Jugendraum Wichtrach mit der Zielgruppe Kontakt aufgenommen. Die Befragung zielte darauf ab, einen Teil ihrer Bedürfnisse zu ermitteln. Vier Fragen wurden während eines offenen Treffs im Jugendraum schriftlich und mündlich besprochen. Die Mädchen zeigten sich freudig, interessiert und aufmerksam. Ergebnisse der Befragung zeigen, dass alle befragten Mädchen an einem Mädchenspezifischen Angebot teilnehmen möchten, wobei die Mehrheit Interesse am Tanzen hatte (Schneiter, 2023, S. 8).

### 1.1.6. Stakeholderanalyse

Die Stakeholderanalyse ergab, dass die Mitarbeiter\*innen der KJuFA eine zentrale Rolle bei der Planung und Umsetzung des Projektes spielten. Ihre Aufgaben umfassten Projektbegleitung, Mitarbeit bei der Umsetzung, fachliche Beratung sowie Unterstützung in bilateralen Gesprächen. Sowohl die Mitglieder des PTs als auch die KJuFA als Auftraggeberin und Mitfinanzierende Instanz, wurden als Stakeholder identifiziert. Durch die geführten Interviews kam eine Kooperation mit der Teamleiterin von roundabout in Bern zustande, die der PL zwei freiwillig engagierte junge Tänzerinnen vermittelte, die jeweils eine Tanzstunde leiteten. Folglich wurde roundabout ebenfalls als Stakeholder eingestuft. Die Leiterin von roundabout bewarb zudem die Workshops, während die PL während der Workshops für roundabout warb.

Zwei weitere Stakeholder kamen hinzu: Zum einen Christine Ramseier, die dem Projekt einen Raum in Münsingen, bekannt als "Alte Tubaki", zur Verfügung stellte, wobei lediglich die Reinigungskosten zu tragen waren. Zum anderen wurde das Gesundheitsförderungsprogramm Kebab+ des Dachverbandes Offene Kinder und Jugendarbeit Schweiz (DOJ/AFAJ) als Stakeholder definiert, da sie das Projekt mitfinanzierten. Die Schulen im Einzugsgebiet der KJuFA wurden nach Absprache als Werbeflächen genutzt. Schliesslich zählten auch die Teilnehmenden der Workshops zu den Stakeholdern. Im Projektorganisationsdiagramm sind alle Stakeholder dargestellt.

## 1.2. Handlungsbedarf

Der Handlungsbedarf, abgeleitet aus den Erkenntnissen der Ausgangslage, den Interviews und der Befragung, ergibt sich durch den gegenwärtigen Mangel an Mädchenspezifischen Veranstaltungen in der KJuFA. Die Geschäftsleitung und das Team der KJuFA planen, sich mit Modiarbeit zu befassen und neue Mädchenspezifische Projekte zu prüfen. Dabei stehen die Wiederherstellung des Kontakts zu Mädchen im Aaretal und die Erfüllung des Auftrags der OKJA, einschliesslich der Förderung der Gesundheit junger Menschen (KJuFA, 2017, S.2), im Fokus.

Mädchenspezifische Arbeit wird als förderlich für das Wohlbefinden und die Gesundheit von Mädchen und jungen Frauen in konkreten Lebenssituationen betrachtet (Vincent et al., 2010, S. 14). Die Professionellen der Sozialen Arbeit sind aufgefordert, ihre Arbeit gemäss dem Berufskodex Soziale Arbeit Schweiz auszurichten, der die Ziele der Chancengleichheit (Avenir Social, 2010, S.12) und Gleichberechtigung (S.14) aller Menschen definiert. Die SKA hat die Aufgabe, die Zielgruppe auf ihrem Weg zu Autonomie und Selbstbestimmung zu unterstützen und zu begleiten (Heinz Moser, 2013, S. 65), was nur durch den Kontakt zu allen Geschlechtergruppen erfolgen kann.

Die Begeisterung der Mädchen während der Befragung und die Ergebnisse der Interviews bestätigen den Bedarf an Tanzworkshops. Die Stakeholder-Analyse zeigte, dass die erforderlichen Stakeholder abgedeckt werden konnten. Weiter wurden die Workshops als Chance gesehen, um neue Kontakt zu knüpfen. Des Weiteren ist die Durchführung von Tanzworkshops, mit folgendem zu rechtfertigen.

Es ist allgemein anerkannt, dass Bewegung für die menschliche Gesundheit essenziell ist. Die Kranken- und Unfallversicherung SWICA (2016), beteiligt sich sogar an den Kosten der Tanzkurse ihrer Kund\*innen, in Form eines Sportförderungsbeitrages. Tanzen, tief verwurzelt in der menschlichen Kultur, ist nicht nur ein vergnügliches, sondern auch ein gesundheitsförderndes Unterfangen. Diese vielseitige Sportart passt zu Menschen jeden Alters und jeder Körperform. Regelmässiges Tanzen trägt positiv zur körperlichen Gesundheit bei, indem es die Durchblutung und Herzleistung verbessert, die Wirbelsäule stärkt und fast alle Muskeln trainiert, während es gleichzeitig die Gelenke schont. Tanzen fördert nicht nur die körperliche, sondern auch die geistige Fitness. Es beansprucht Gedächtnis und Koordination und verbessert Konzentration und Geschicklichkeit. Als gesellige Aktivität reduziert Tanzen Stress und steigert das Wohlbefinden und die Energie. Die Möglichkeit, eigene Choreografien zu kreieren oder zu improvisieren, fördert zudem die Kreativität (Kranken- und Unfallversicherung SWICA, 2016).

Die Neurobiologin Lucy Vincent untersuchte im Jahr 2020 das Zusammenspiel von Körper und Geist beim Tanzen (S.13). Im Kontext des Empowerment-Arbeitsprinzips spielt Tanz eine wichtige Rolle. Das Erlernen von Bewegungen beinhaltet ein "Belohnungssystem", das die Freisetzung von Endorphinen, Dopamin und Oxytocin fördert und somit Glücksgefühle auslöst (173). Mädchen erleben durch das Erlernen neuer Tanzschritte oder das eigenständige Choreografieren ein Gefühl der Selbstwirksamkeit. Das Erreichen dieser Ziele löst Freude und Stolz aus (S. 42), was wiederum das Selbstbewusstsein stärkt (S. 173). Die Jungeliterinnen sammeln durch das Unterrichten von Tanzworkshops wertvolle Erfahrungen und haben die Möglichkeit, ihr Wissen weiterzugeben. Tanz bietet die Möglichkeit, sich nonverbal durch den Körper auszudrücken und Gefühle zu vermitteln, für die es keine Worte gibt. Mädchen lernen durch Tanz, sich mit ihrem eigenen Körper auseinanderzusetzen, was zu einem bewussteren Umgang mit sich selbst führt. Zudem werden Respekt und Dankbarkeit für die Fähigkeiten des eigenen Körpers gefördert.

Vincent betont in ihrer Arbeit: «Tanzen bewirkt einen intimen, intensiven Austausch zwischen Körper und Gehirn und kann unser Leben vollkommen verändern» (S. 173).

## 2. Zielsetzungen und Beteiligte

Die Wahl der Zielgruppe entstand aus der Situationsanalyse. Auch wenn der Bedarf in Allen Altersstufen zu beobachten war entschied sich die PL für folgende Zielgruppen. Aufgrund der Hypothese der PL, dass die Stärkung von Mädchen in einem frühen Stadium langfristige und weitreichende Auswirkungen hat. Nachfolgend wurden im Zielbaum ein Hauptziel, drei Wirkungsziele und drei Leistungsziele definiert. Drei Indikatoren zeigten auf, ob die Ziele erreicht wurden.

### 2.1. Zielbaum

Vision		
Mädchen treten der heutigen, stark geschlechtsspezifischen Gesellschaft, selbstsicher entgegen und sind eigenmächtig in ihrer Lebensgestaltung.		
Hauptziel		
Die Kinder- und Jugendfachstelle Aaretal fördert anhand von Tanzworkshops die Selbstermächtigung und das Körperbewusstsein von Mädchen und jungen Frauen im Einzugsgebiet der Fachstelle.		
Wirkungsziel 1	Wirkungsziel 2	Wirkungsziel 3
Die Mädchen gewinnen Selbstsicherheit durch Bewegung.	Ihre eigenen Themen werden eingebracht und diskutiert.	Durch die Workshops lernen die Mädchen die Kinder- und Jugendfachstelle und ihre Angebote besser kennen und nehmen daran teil.
Leistungsziel 1	Leistungsziel 2	Leistungsziel 3
- Es werden Tanzkurse durchgeführt.	- Mädchen gestalten die Workshops partizipativ mit.	- Die Bedürfnisse der Mädchen werden erhoben.
Indikatoren 1	Indikatoren 2	Indikatoren 3
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Mädchen nehmen aktiv teil.</li> <li>- Sie bringen Choreografie- und Musikideen ein.</li> <li>- Sie stellen Fragen.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- In informellen Gesprächen werden gesellschaftliche relevante Themen diskutiert.</li> <li>- In den Workshops werden Bilder, Videos, Kurzfilme etc. zu den aktuellen Themen der Mädchen gezeigt.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Die Mädchen, die wollen, folgen uns auf den sozialen Medien (Instagram &amp; Tiktok).</li> <li>- Die Mädchen wissen wo sich die KJuFA befindet.</li> <li>- Die Erkenntnisse der Bedürfniserhebung werden von der Projektleitung schriftlich festgehalten.</li> </ul>

Abbildung 2: Zielbaum (eigene Darstellung)

## 2.2. Zielgruppe

Die primäre Zielgruppe dieses Projekts besteht aus Mädchen der 3. bis 6. Klasse, die im Einzugsgebiet leben. Die Experteninterviews haben gezeigt, dass es einen Bedarf an spezifischen Angeboten für Mädchen aller Altersgruppen gibt. Der Fokus liegt auf der Förderung von Selbstsicherheit durch Tanz und der Möglichkeit, in gemeinsamen Gesprächen über relevante Themen zu sprechen. Die Teilnehmerinnen sollen zudem die KJuFA-Räumlichkeiten und Angebote kennenlernen. Die Workshops werden partizipativ gestaltet. Die sekundäre Zielgruppe sind die Bezugspersonen der Mädchen. Sie werden über die Inhalte der Workshops informiert und haben die Möglichkeit, die PL und die KJuFA kennenzulernen. Die tertiäre Zielgruppe besteht aus dem Team der KJuFA, das durch das Projekt wieder in Kontakt mit der Zielgruppe kommt und die gewonnenen Erfahrungen in zukünftige Arbeit mit Mädchen einbezieht (Schneiter, 2023, S.11 – 12).

## 3. Umsetzungsphase (Planung)

Die Planung der Umsetzungsphase in der integralen Projektmethodik ist ein entscheidender Schritt, der eine gründliche Vorbereitung und strategische Überlegungen erfordert. Zunächst wird die Bedeutung der Festlegung klarer Ziele hervorgehoben, wie bereits beschrieben, die auf die spezifischen Bedürfnisse der Zielgruppe abgestimmt sind. Ein wichtiger Aspekt dieser Planungsphase ist die Einbeziehung der Stakeholder, um breite Unterstützung und Engagement für das Projekt zu gewährleisten. Des Weiteren wird auf die Bedeutung von Ressourcenplanung und Zeitmanagement eingegangen, um die Effizienz der Projektumsetzung zu sichern. Schliesslich betonen Willener und Friz die Notwendigkeit von Flexibilität innerhalb der Planung, um auf unvorhersehbare Herausforderungen reagieren zu können (Willener & Friz, 2019, S. 206 - 209).

In der Planungstätigkeit ist es entscheidend, einen gemeinsamen und verbindlichen Orientierungsrahmen zwischen den Beteiligten festzulegen. Gleichzeitig sollte dieser flexibel sein, um auf neue Erkenntnisse oder unvorhersehbare Entwicklungen reagieren zu können. Wesentlich ist auch, bestimmte Spiel- und Freiräume für die Projektentwicklung und -umsetzung zu schaffen, was ein Vertrauen in die eigene Improvisationsfähigkeit und die der Beteiligten erfordert (Fritz & Willener, 2019, S.244).

### 3.1. Projektorganisationsdiagramm

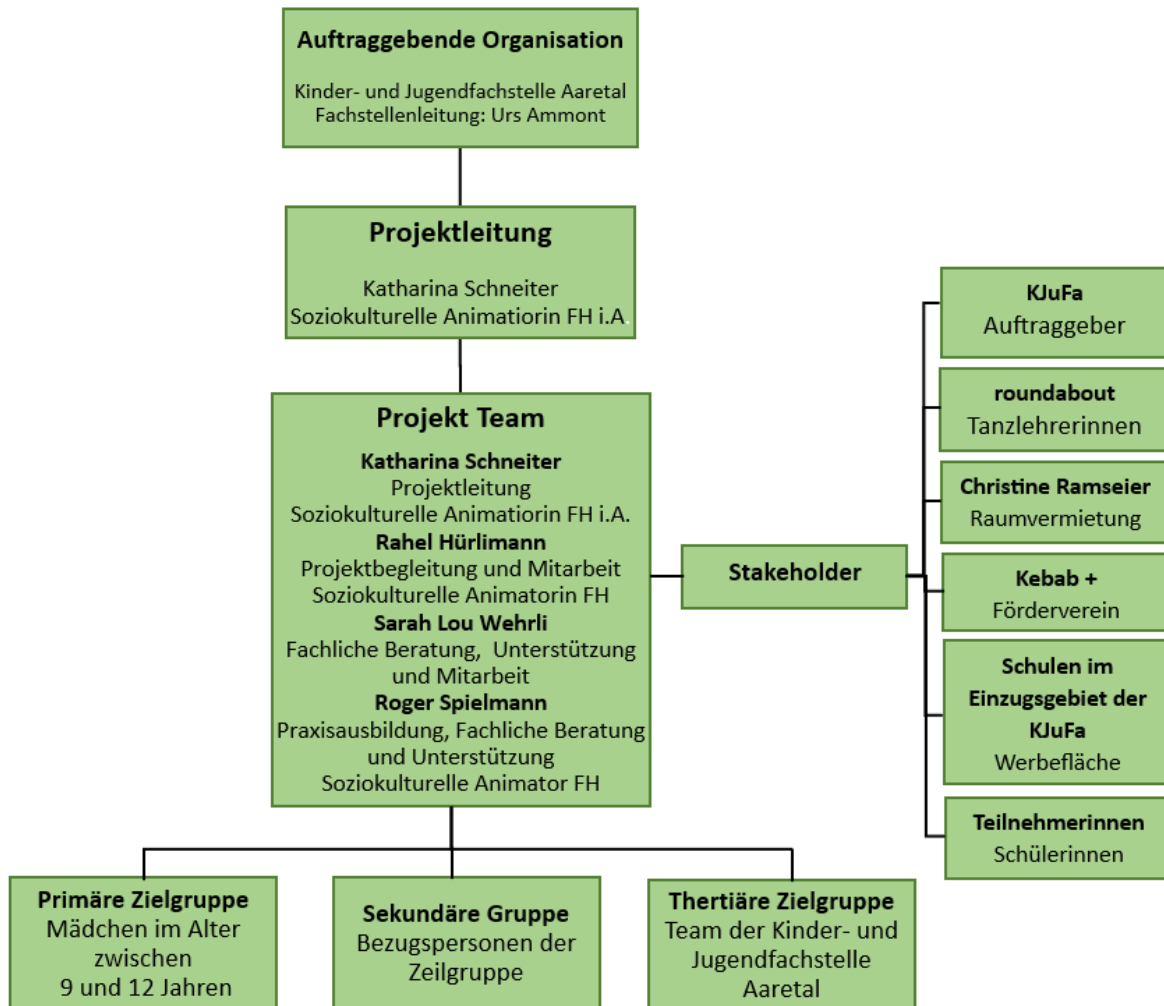


Abbildung 3: Projektorganisationsdiagramm (eigene Darstellung)

#### 3.1.1. Zusammenarbeit Team Intern

Von Projektbeginn an legte die PL grossen Wert darauf, ihre eigenen Interessen, Motive und Ziele offen darzulegen und gleichzeitig die Perspektiven der KJuFA durch informelle Gespräche zu verstehen. Dieses Vorgehen zielte darauf ab, die Projektentwicklung zu lenken und ein starkes Vertrauensverhältnis aufzubauen (Fritz & Willener, 2019, S.70 - 71). Die Zusammenarbeit mit dem KJuFA-Team erwies sich als sehr angenehm, wobei sich alle Beteiligten als motiviert, hilfsbereit und kooperativ zeigten. Zu Beginn wurde die PL von ihrem Praktikantenausbildner begleitet, später übernahm eine neu angestellte Mitarbeiterin eine Coaching-Rolle im PT. Sie beteiligte sich aktiv an der Konzeptionsphase und unterstützte bei Fragen.



### 3.1.3. Planung der Expert\*inneninterviews

Expert\*inneninterviews sind laut Alex Willener eine Form der qualitativen Datenerhebung, bei der Expertinnen auf offene Fragen frei antworten können. Der Interviewleitfaden dient dazu, ein themenfokussiertes Gespräch in Gang zu bringen, ohne enge Antwortkategorien vorzugeben, wie es bei stark strukturierten Fragebögen der Fall ist (Willener, o. J., S.1). Das konkrete Vorgehen bei Expert\*inneninterviews, wie in der Publikation von Willener erläutert, beinhaltet mehrere Schlüsselschritte. Zunächst ist es entscheidend, die Expert\*innen aufgrund ihrer spezifischen Kenntnisse und ihrer Rolle in gesellschaftlichen Entscheidungs- und Gestaltungsprozessen auszuwählen. Expert\*innen können aufgrund einer besonderen Ausbildung oder ihrer Stellung in einer Institution oder Organisationen, als solche betrachtet werden. Im Mittelpunkt steht oft ihre Kompetenz oder Expertise in einem bestimmten Bereich (Willener, o. J., S.1-2). Die Expert\*innen wurden aufgrund Ihrer Fachexpertise und regelmässigen Kontaktes zur Zielgruppe ausgewählt.

Die PL setzte sich das Ziel, die Organisation der Interviews für Dezember 2022 abzuschliessen und deren Durchführung bis spätestens Anfang Februar 2023 zu gewährleisten. Zu diesem Zweck entwickelte sie einen Leitfaden, in welchem sie verschiedene Themenblöcke für die Fragen festlegte (Willener, o. J., S.3). Diese Fragen wurden auf die spezifischen Fachbereiche der befragten Expert\*innen zugeschnitten. In der folgenden Tabelle sind die Fragen ersichtlich.

### 3.1.4. Zusammenarbeit mit roundabout

Ein Mitglied der KJuFA machte die PL auf roundabout aufmerksam, ein präventives und niederschwelliges Tanzangebot für Mädchen und junge Frauen zwischen 8 und 20 Jahren, das in vielen Orten der Schweiz vertreten ist. Die PL erkannte darin das Potenzial für eine Zusammenarbeit. Dies führte zu einem informativen und positiven Interview mit der Teamleiterin von roundabout in Bern. Für die Durchführung von drei geplanten Workshops erhielt die PL Unterstützung von der Leiterin von roundabout, die zwei junge Frauen vermittelte, um in jedem Workshop, als Jungleitende, eine Stunde Hip-Hop zu unterrichten. Im Gegenzug wurden Fragen von roundabout in Bezug auf die Neueröffnung einer Tanzschule in Münsingen durch die PL beantwortet und es wurde die Gelegenheit genutzt, um während der Workshops für roundabout Werbung zu machen.

### 3.1.5. Öffentlichkeitsarbeit

Die PL setzte soziale Medien, insbesondere Instagram und TikTok, ein, um für die Workshops zu werben. Ein von der PL entworfener Flyer wurde in regelmässigen Abständen online veröffentlicht, um zusätzlich Werbung zu machen. Dabei erhielt die PL Unterstützung von den Mitarbeiter\*innen der KJuFA, um sowohl Aktionen als auch ein Klassenbesuch durchzuführen. Die Flyer wurden per E-Mail an Schulsozialarbeiter\*innen, Elternvereine in Wichtrach, Rubigen und Münsingen, sowie an den Frauenverein in Münsingen und andere Interviewpartner\*innen verschickt. Zudem wurde der Flyer auf einer digitalen Plattform (Scolaris) veröffentlicht, die von der Schule in Münsingen genutzt wird, um Eltern über aktuelle Geschehnisse der Schule und auch zum Teil der KJuFA zu informieren. Auf der Jugendapp der KJuFA und auf deren Website wurde ebenfalls Werbung für die Workshops gemacht. Des Weiteren wurden die Flyer an verschiedenen Orten in Münsingen ausgehängt.

**TANZ  
WORKSHOP**

ICH TANZE MEIN LEBEN  
SELBST!

Für Mädchen im Alter von 9  
bis 12 Jahren

Sa. **10.06.23** 14:00 - 17:30

Sa. **17.06.23** 14:00 - 17:30

Sa. **24.06.23** 14:00 - 16:30  
+ 17:00 Besuch Tanzshow  
von Tanzstudio *ma-move*

Wir...  
...essen  
...plaudern  
...tanzen  
Zusammen.

Zwei QR-Codes  
scannen und  
anmelden

**roundabout**  
www.jugendfachstelle.ch

**KINDER  
JUGEND  
FACHSTELLE  
AARETAL**

Abbildung 7: Flyer (eigene Darstellung)

**Programm**

HAST DU LUST TANZEN ZU LERNEN? DANN MELDE DICH ALLEINE  
ODER MIT DEINER FREUNDIN GLEICH AN.

Die Workshops sind **kostenlos** und werden von **Katharina Schneiter**,  
ausgebildete Tänzerin und angehende Soziokulturelle Animatorin, geleitet.  
Den Tanzstil *Streetdance*, werden Jungleiterinnen von *roundabout*  
unterrichten, in Begleitung von Katharina.

Gemeinsam starten wir in die Workshops, mit einem kleinen "zVierl".  
Zum Aufwärmen und Kennenlernen, spielen wir lustige **Tanzspiele**.  
Danach sind wir bereit für das Eintauchen in den **Streetdance** Unterricht.

**Treffpunkt** jeweils um **14:00** im **Spycher**, Schlossstrasse 18, 3110 Münsingen  
Workshop Ende **17:30** im **Spycher**, Schlossstrasse 18, 3110 Münsingen

Sa. **24.06.23 17:00** besuchen wir gemeinsam nach den Workshops die  
Tanzshow des Tanzstudio *ma-move*.  
Tanzshow Ende - wird nach der Anmeldung kommuniziert

Mitnehmen: Bequeme Kleidung (Trainerhosen, T-Shirt, Trainerjacke) & gute  
Laune

**Anmeldung**

Per QR-Code & unter der Nummer **077 442 42 63**  
oder schreibe eine Mail an: [katharina.schneiter@jugendfachstelle.ch](mailto:katharina.schneiter@jugendfachstelle.ch)  
Adresse: Schlossstrasse 18, 3110 Münsingen  
[www.jugendfachstelle.ch](http://www.jugendfachstelle.ch)

3hul  
QR-Code  
scannen und  
anmelden

Abbildung 6: Flyer (eigene Darstellung)

**TANZ  
WORKSHOP**

ICH TANZE MEIN LEBEN  
SELBST!

Für Mädchen im Alter von 9  
bis 12 Jahren

Sa. **10.06.23** 14:00 - 17:30

Sa. **17.06.23** 14:00 - 17:30

Sa. **24.06.23** 14:00 - 16:30  
+ 17:00 Besuch Tanzshow  
von Tanzstudio *ma-move*

Wir...  
...essen  
...plaudern  
...tanzen  
Zusammen.

MELDE DICH  
JETZT AN!

**roundabout**  
www.jugendfachstelle.ch

**KINDER  
JUGEND  
FACHSTELLE  
AARETAL**

Abbildung 8: Flyer (eigene Darstellung)

### 3.1.6. Drehbuch

Als der Zeitpunkt kam der Detaillierte Inhalt der Workshops festzulegen, erstellte die PL ein Drehbuch. Das Drehbuch beschreibt die Planung und Durchführung des Tanzprojekts. Es umfasst detaillierte Anweisungen für die Vorbereitung der Räumlichkeiten, die Durchführung der Workshops, und die Nutzung verschiedener Orte, einschliesslich des Tanzraums Tubaki. Die Termine der Workshops sind genau festgelegt, und es gibt spezifische Anleitungen für den Ablauf jedes Tages, einschliesslich des Empfangs der Teilnehmerinnen, der Durchführung von Kennenlernspielen, der Pausengestaltung und des Tanzunterrichts. Darüber hinaus werden die Rollen der Moderatorinnen und die geschätzte Teilnehmerinnenzahl angegeben. Ein wesentlicher Fokus liegt auf dem Empowerment der Mädchen durch Bewegung. Ergänzend zum Drehbuch wurde eine Kontakten Liste von den Teilnehmerinnen erstellt, um Kontakt zu den Eltern herstellen zu können und den Überblick zu behalten.

## 3.2. Aufbau- und Ablauforganisation

Willener und Friz (2019) betonen die Bedeutung einer klar strukturierten Aufbau- und Ablauforganisation in der Projektmethodik. Während die Aufbauorganisation sich mit der Festlegung von Rollen und Verantwortlichkeiten sowie der Strukturierung von Kommunikationswegen und Ressourcenzuweisung befasst, konzentriert sich die Ablauforganisation auf die zeitliche Planung der Projektaktivitäten. Diese umfasst die Ausarbeitung von detaillierten Arbeitsprozessen, Zeitplänen und die Festlegung von Meilensteinen, um eine effiziente Durchführung des Projekts zu sichern (Willener & Friz, 2019).



Im Rahmen ihres Projektes evaluierte die PL diverse Planungsinstrumente, um das optimale Tool für ihre Anforderungen zu identifizieren. Anfänglich setzte sie auf das Grafikdesign-Tool *Canva*, um erste Schritte in der Projektplanung zu realisieren. Im Zuge der Entwicklung des Projektkonzepts erstellte sie einen detaillierten Zeit- und Prioritätenplan sowie eine Strategie für die Umsetzung, die sich an den definierten Wirkungszielen orientierte. Zusätzlich integrierte sie das Organisationstool *Onenote* in ihre Arbeitsweise.

Im Endeffekt zeigte sich, dass die digitale Agenda der KJuFA die effektivste Lösung darstellte um einzelne langfristige wie auch kurzfristige Schritte zu planen. Die folgenden Abbildungen zeigen ein ersten Versuch Meilensteine zu planen und die Umsetzungsstrategie anhand der Wirkungsziele.

## Planung Meilensteine

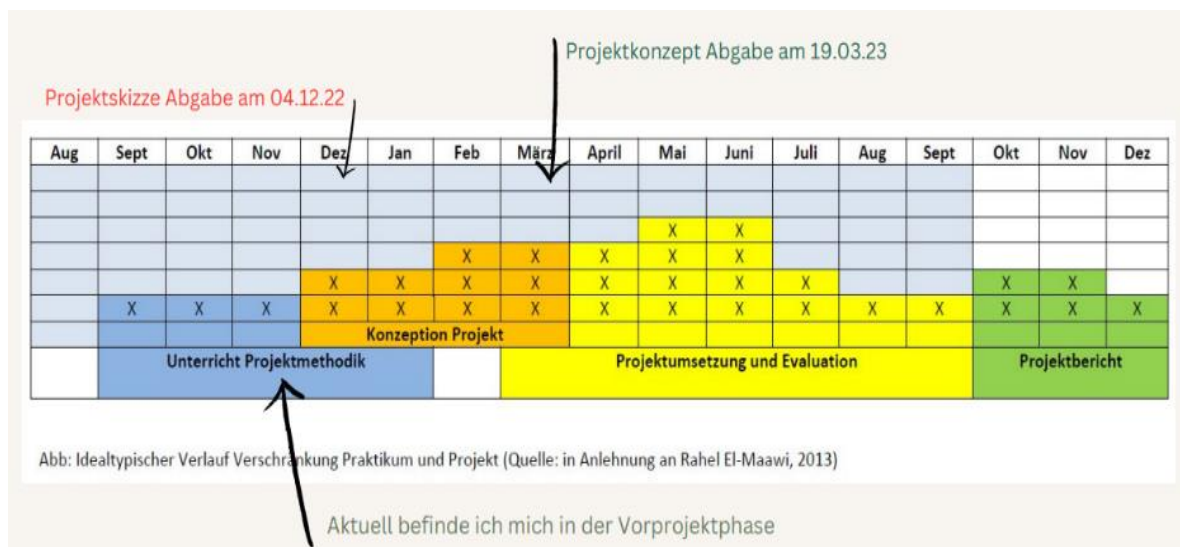


Abbildung 9: Projektskizze (eigene Darstellung)

## Umsetzungsstrategie anhand der Wirkungsziele

Wirkungsziel 1	
Die Mädchen gewinnen Selbstsicherheit durch Bewegung.	
Umsetzungsschritte	Mittel und Methode
Expert*innen Interviews	Im Dezember bis Anfang Februar wurden elf Interviews geführt. In denen die Bedürfnisse der Zielgruppe über Dritte abgefragt wurden.
Befragung Zielgruppe	Am 03.02.2023 wurde eine Befragung der Zielgruppe durchgeführt.
Werbung/Mobilisierung	Es werden Flyer und Plakate kreiert, Pausenplatzaktionen durchgeführt und das Projekt auf Social Media verbreitet. Ebenso wird es auf Scolari hochgeladen und Werbung und Zeitungen gemacht, dass die Eltern der Kinder Zugang erhalten.
Anmeldungen	Die Flyer haben ein QR-Code, um sich anzumelden und Kontakt Daten, bei denen sich die Zielgruppe Anmelden kann.
Planung der Workshops	Die Detaillierte Planung der Inhalte der Workshops beginnt am 05.04.2023 und wird von der PL und dem Projekt Team durchgeführt. Die Workshops Beinhalt: <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Tanz und Empowerment Spiele</li> <li>2. Tanzkurse</li> <li>3. Gemeinsames Essen</li> <li>4. Gemeinsames Austauschen (Let's talk about)</li> </ol>
Durchführung der Workshops	Die Durchführung findet von Mai bis Juni statt.
Schlussevaluation	Gemeinsam mit den Mädchen wird eine Umfrage ausgefüllt. Über einen QR-Code der zu einer Umfrage führt und bei Bedarf mit einer Umfrage in Papierform zum Ausfüllen. Zudem wird die Zielgruppe mit der Fünf Finger Befragung nach jedem Workshop befragt. Die PL wertet den Projekt-Prozesse mit dem Projektteam aus.
Wirkungsziel 2	
Ihre eigenen Themen werden eingebracht und diskutiert.	
Umsetzungsschritte	Mittel und Methode
Mitwirkung bei der Durchführung der Workshops	Die Mädchen bekommen die Gelegenheit bei der Planung der Inhalte der Workshops mitzuwirken. (Musik Wahl, Themen Wahl für Austausch, Menu Wahl, choreographieren von Tanzsequenzen). An einem Workshop wird über den nächsten Workshop gesprochen.
Wirkungsziel 3	
Durch die Workshops lernen die Mädchen die Kinder- und Jugendfachstelle und ihre Angebote besser kennen und nehmen daran teil.	
Umsetzungsschritte	Mittel und Methode
Raum Benutzung	Die Räumlichkeiten der KJuFA werden für Teile der Workshops benutzt.
Kinder- und Jugendfachstelle	Die Mädchen werden über die Angebote der KJuFA informiert und animiert daran teilzunehmen.

Abbildung 10: Zielsetzungen (eigene Darstellung)

## 4. Umsetzungsphase (Durchführung)

In der Umsetzungsphase steht die Realisierung der geplanten Aktivitäten im Vordergrund, wobei Flexibilität und Anpassungsfähigkeit an unerwartete Herausforderungen betont werden (Fritz & Willener, 2019, S.).

### 4.1. Workshop: Eins, Zwei und Drei

Die Teilnehmerinnen trafen an drei unterschiedlichen Daten ein: 10.06.23, 17.06.23 und 24.06.23. Jede Session war von 14:00 bis 17:30 Uhr geplant, mit einer Ausnahme am letzten Tag, als der Workshop von 14:00 bis 16:30 Uhr stattfand, gefolgt von der Tanzshow um 17:00 Uhr, die schliesslich vier von fünf Teilnehmerinnen besuchten. Es wurde mit etwa 15 Kindern pro Workshop gerechnet. Insgesamt gab es 28 Teilnehmerinnen. Manche nahmen an mehreren Workshops teil. Die Teilnehmerinnenzahl nahm ab, von 19 im ersten Workshop auf 12 im zweiten und fünf am letzten Tag. Daher musste die PL (PL) bei den ersten beiden Workshops eine Anmeldesperre einrichten. Über einen QR-Code auf dem Flyer oder eine Verlinkung auf Social Media oder der Website konnten sich die Teilnehmerinnen anmelden. Meistens wurden sie von einem Elternteil angemeldet. Es gab auch Absagen aufgrund von Krankheit oder Unfall sowie ein bis zwei Abmeldungen von Teilnehmerinnen, die nach dem ersten Workshop nicht mehr teilnehmen wollten. Die Workshops fanden zu einem Zeitpunkt statt, als viele andere Veranstaltungen liefen, wie die Schüler\*innen Show der Tanzschule Ma-move, und kurz vor Schulschluss vor den Sommerferien. Viele befanden sich in der Prüfungsphase.



Abbildung 11: Workshop (eigene Darstellung)

Bei der Umsetzung des Projekts waren jeweils die PL und eine weitere Mitarbeiterin der KJuFA anwesend. Die PL kam jeweils etwa zwei Stunden vor Beginn der Workshops, das weitere Teammitglied eine Stunde zuvor. Die Jungleiterinnen von roundabout kamen erst zu Beginn ihrer Streetdance-Stunden. Der Workshop startete für das PT mit einer Vorbereitungsphase. Die Räume wurden entsprechend dem Wetter vorbereitet. Da das Wetter an allen Tagen sehr heiss und sonnig war, wurde der Aussenbereich der KJuFA genutzt. Bei regnerischem Wetter hätte der erste Teil der Workshops im Blumenhauskeller oder im Haupthaus der KJuFA namens "Spycher" stattgefunden. Die Werbefahne der KJuFA mit dem Flyer drauf wurde draussen positioniert, um den Workshop-Ort kenntlich zu machen. Es gab einen Tanzraum für die Kurse, der je nach Hitze vorher gelüftet wurde. Die Teilnehmerinnen wurden gebeten, ihre eigenen



Abbildung 12: Workshop (eigene Darstellung)

Trainingskleider und Wasser mitzubringen. Die Struktur des Workshops war an allen Tagen gleich, mit einer Anpassung am letzten Tag für den Besuch einer Tanzshow. Die Struktur des Ablaufs für den Workshop wurde im Drehbuch in Phasen gegliedert mit genauen Zeitangaben.

Der Tag startete jeweils im Garten der KJuFA unter Sonnenschirmen und auf Picknickdecken. Es gab ein "Z'Vieri" und nach einer kurzen tänzerischen Vorstellungsrunde folgte eine Gesprächsrunde. Die Gesprächsrunde wurde wie folgt begonnen:

**Gute Einführung machen:** warum machen wir diese Gesprächsrunde. (Um uns kennenzulernen und um zu verstehen / sehen was für Stärken ihr habt.)

Wir freuen uns sehr auf die Workshops mit euch. Weil wir uns zuerst noch kennenlernen möchten, und wird es etwas anders sein als bei anderen Tanzstunden. Wir haben deshalb drei Spezialregeln, die uns sehr wichtig sind:

1. Miteinander Lachen ist ok, einander auslachen nicht! Respekt ist uns wichtig.
2. Fragen, Fragen, Fragen – dafür sind wir da! Fordert uns heraus, löchert uns mit Fragen.
3. Während dem Workshop können auch einmal Dinge erzählt werden, die nicht alle wissen müssen. Aus diesem Grund werden Infos diskret behandelt, alles bleibt hier im Raum (nicht auf Social Media veröffentlichen oder auf dem Pausenplatz herumposaunen). Alle Regeln gelten auch für uns.

**Ausnahme:** Gefährdungsverdacht erklären: wenn wir uns Sorgen um jemanden machen, würden wir euch auch direkt darauf ansprechen (nicht vor den anderen). Dann müssten wir allenfalls weitere informieren, jedoch möglichst mit eurem Einverständnis.

Abbildung 13: Drehbuch (eigene Darstellung)



Abbildung 14: Workshop (eigene Darstellung)

In der "Zvieri"-Phase ging es auch ums Kennenlernen, das Vorstellen der KJuFA und roundabout, sowie darüber zu informieren, wie der Ablauf gestaltet ist. Das Kennenlernspiel durch Tanz wurde wie folgt umgesetzt: Alle schrieben ihren Namen auf einen Klebezettel und klebten diesen an ihr T-Shirt. Alle standen auf und gingen in einen Kreis. Alle sagten nacheinander ihren Namen und machten eine Bewegung dazu. Diese Bewegung und den Namen machten Alle nach. Diese Runde wurde dann zweimal wiederholt.

Nach der Vorstellungsrunde ging es wieder zurück auf die Kissen. Themen wie die Bedeutung des Frauseins in der heutigen Zeit, respektvoller Umgang mit sich selbst und anderen sowie die eigene "Superkraft" und deren Nutzen wurden diskutiert. Weitere Themen umfassten Freundschaft, Vorstellungen vom perfekten Tag und die Kreation eines eigenen Planeten. Hierbei konnten spannende Gespräche sowohl in kleinen Gruppen als auch im Plenum entstehen. Die KJuFA stellte alle Materialien zur Verfügung. Danach wurden gemeinsam alle Gegenstände und das Essen in den Innenbereich der KJuFA geräumt. Hier konnten die Teilnehmerinnen auch kurz einen der Innenbereiche der KJuFA sehen.



Abbildung 15: Workshop (eigene Darstellung)

Weiter ging es auf den kurzen Weg bis zum Gebäude "Alte Tubaki", in dem sich der wunderschöne Tanzraum befand. Auf dem Weg entstanden Gespräche untereinander. Nach diesem Standortwechsel tauchten die Teilnehmerinnen in die Welt des Improvisationstanzes ein. Hierbei konnten die Mädchen mit Improvisationsmethoden neue Bewegungen kreieren, den Körper sprechen lassen und Gedanken loslassen. Grosse, kleine, leichte, schwere, harte oder weiche Bewegungen, am Boden oder mit einem Sprung durch den Raum – alles war dabei. Stolz durch den Raum gehen oder wie Tiere auf dem Boden kriechen gehörte auch dazu. Es schien für die meisten eine neue Form des Tanzes zu sein und dennoch machten sie aktiv mit. Die PL unterrichtete diese Sequenz. Sie nutzte hier kreative Freiheit, um den Improvisationsteil selbst zu improvisieren. Bis auf einzelne Tanzspiele, die auch im Falle ihrer Abwesenheit hätten angewendet werden können. Die PL stellte eine Playliste mit dem Spotify-Account der KJuFA zusammen.

Nach einer kurzen Pause, mit Wasser und den übriggebliebenen und mitgebrachten Snacks, rundete der Streetdance Unterricht der roundabout-Jungleiterinnen den Tag ab. Hierbei wurden Ausdauer, Konzentration und ein gutes Körperbewusstsein gefragt. In kurzer Zeit lernten die Mädchen neue Bewegungen in richtiger Reihenfolge ohne Hilfe zu tanzen, was sie mit Stolz erfüllte. Kurz vor Schluss wurde jeder Workshop in schriftlicher Form ausgewertet. Am letzten Workshop durften die fünf Mädchen etwas zeichnen, da sie alle die Auswertung schnell fertig hatten, was sie selbst so gewählt hatten. Den Mädchen wurden immer Flyer für roundabout und der KJuFA mitgegeben.



Abbildung 16: Workshop (eigene Darstellung)



Abbildung 17: Workshop (eigene Darstellung)



Abbildung 18: Workshop (eigene Darstellung)

## 5. Abschlussphase

Im folgenden Abschnitt wird die Abschlussphase des Projektes beschrieben. Es handelt sich um einen zentralen Moment, in dem das Projekt offiziell beendet, die Leistung bewertet und dokumentiert sowie Erkenntnisse für zukünftige Projekte gewonnen werden (Willener & Fritz, 2019, S.210).

### 5.1. Evaluation und Reflexion

Nach Willener (2019) beinhaltet die Evaluation eine zweifache Zielsetzung. Diese besteht aus der Kombination von Erfolgskontrolle und Wirkungsanalyse. Zum einen wird geprüft, ob die gesetzten Effekte – sowohl die beabsichtigten als auch die unbeabsichtigten oder unerwünschten – eingetreten sind, was in den Bereich der Wirkungsanalyse fällt (S.210).



### 5.1.1. Evaluationsdesign

Die Evaluationsmethoden wurden im Projektverlauf ergänzt, optimiert oder angepasst. Das Logbuch wurde über OneNote geführt. Das Logbuch wurde von der PL genutzt, um Notizen, Bemerkungen und relevante Informationen festzuhalten. Es wurde nur sehr sporadisch über den Projektverlauf berichtet, daher ist es nicht erwähnenswert. Die laufende Evaluation erfolgte in bilateralen Gesprächen mit der Projektbegleitung und dem Praktikantenausbilder. Die Erkenntnisse aus diesen Gesprächen wurden direkt umgesetzt oder weitere Handlungsschritte geplant. Nach jedem Workshop wurde mit den Teilnehmerinnen eine schriftliche Befragung (vgl. Kap. 5.2.2) durchgeführt, was ermöglichte herauszufinden, ob ein Bedarf an Mädchenspezifischen Angeboten oder Tanzworkshops vorhanden ist. Ebenso zeigte es den Erfolg der Workshops auf, wie auch Verbesserungspotenzial. Nach der Umsetzung der Workshops wurden Online-Umfragen durchgeführt (vgl. Kap. 5.2.1), um die Zufriedenheit und Verbesserungswünsche des PTs wie auch einzelner Stakeholder herauszufinden. Weiter wurde ein Auswertungstreffen organisiert. Hier wurde die SEPO-Methode angewendet. Die Schlussevaluation anhand der SEPO-Methode wurde angewendet, um abschliessende Erkenntnisse über das gesamte Projekt und den Projektverlauf sowie Chancen und Risiken für zukünftige Projekte zusammenzutragen (vgl. Kap. 5.2.3). Alle Methoden verhalfen der PL zur Reflexion der eigenen Rolle (vgl. Kap. 5.1.6).

Leider konnte kein Dankessen für die Jungleiterinnen organisiert werden, das als Plattform für weiteres Feedback hätte dienen können. Um dennoch ihren Dank auszudrücken, schickte die PL den Jungleiterinnen ein Paket, das einen Brief und ein Geschenk enthielt.



Abbildung 20: Workshop (eigene Darstellung)



Abbildung 19: Workshop (eigene Darstellung)

### 5.1.2. Zielevaluation

Um die Erreichung der spezifischen Ziele zu überprüfen, wurden Indikatoren verwendet. Die im Zielbaum festgelegten Ziele (vgl. Kap. 2.1) werden nachfolgend evaluiert.

**Vision:** Mädchen treten der heutigen, stark geschlechtsspezifischen Gesellschaft, selbstsicher entgegen und sind eigenmächtig in ihrer Lebensgestaltung.

Ob die Vision erreicht wurde, kann durch die Evaluation nicht klar bestätigt werden. Die Vision des Projekts fungierte als Orientierungsrahmen und Wegweiser, um den Schwerpunkt und die Zielsetzungen des Projekts festzulegen. Die Hypothese lässt sich aufstellen, dass das Projekt einen kleinen Schritt in Richtung der angestrebten Vision ermöglicht hat.

**Hauptziel:** Die KJuFA Aaretal fördert anhand von Tanzworkshops die Selbstermächtigung und das Körperbewusstsein von Mädchen und jungen Frauen im Einzugsgebiet der Fachstelle.

Das Hauptziel wurde erreicht. Die gewonnene Selbstsicherheit zeigte sich durch das Tanzen während dem Unterricht. Sie waren bereit, in der Improvisation und im Streetdance Stunde, sich auch mit neuen Bewegungen, die eine Prise Mut forderten, in diesem Rahmen zu zeigen.

**Wirkungsziel 1:** Die Mädchen gewinnen Selbstsicherheit durch Bewegung.

**Leistungsziel 1:** Es werden Tanzkurse durchgeführt.

**Auswertung:** Das Ziel wurde erreicht.

**Indikatoren 1:**

- Mädchen nehmen aktiv teil.
- Sie bringen Choreografie und Musik Ideen ein.
- Sie stellen Fragen.

**Umsetzungsschritte:**

- Expert\*innen Interviews:

**Mittel und Methode:** Im Dezember bis Anfang Februar wurden elf Interviews geführt. In denen die Bedürfnisse der Zielgruppe über Dritte abgefragt wurden.

**Auswertung:** Wurde umgesetzt.

- Befragung Zielgruppe:

**Mittel und Methode:** Am 03.02.2023 wurde eine Befragung der Zielgruppe durchgeführt.

**Auswertung:** Wurde umgesetzt.

- Werbung/Mobilisierung:

**Mittel und Methode:** Es werden Flyer und Plakate kreiert, Pausenplatzaktionen durchgeführt und das Projekt auf Social Media verbreitet. Ebenso wird es auf Scholaris hochgeladen und Werbung in Zeitungen gemacht, dass die Eltern der Kinder Zugang erhalten.

**Auswertung:** Wurde umgesetzt.

- Anmeldungen:

**Mittel und Methode:** Die Flyer haben ein QR-Code, um sich anzumelden und Kontakt Daten, bei denen sich die Zielgruppe Anmelden kann.

**Auswertung:** Wurde umgesetzt.

- Planung der Workshops:

**Mittel und Methode:** Die Detaillierte Planung der Inhalte der Workshops beginnt am 05.04.2023 und wird von der PL und dem Projekt Team durchgeführt. Die Workshops Beinhalten: Tanz und Empowerment Spiele – Tanzkurse - Gemeinsames Essen - Gemeinsames Austauschen - (Let's talk about)

**Auswertung:** Wurde umgesetzt.

- Durchführung der Workshops:

**Mittel und Methode:** Die Durchführung findet von Mai bis Juni statt.

**Auswertung:** Die Durchführung konnte erfolgreich im Juni durchgeführt werden.

- Schlussevaluation:

**Mittel und Methode:** Gemeinsam mit den Mädchen wird eine Umfrage ausgeführt. Über einen QR-Code der zu einer Umfrage führt und bei Bedarf mit einer Umfrage in Papierform zum Ausfüllen. Zudem wird die Zielgruppe mit der Fünf Finger Befragung nach jedem Workshop befragt. Die PL wertet den Projekt-Prozesse mit dem Projektteam aus.

Abbildung 21: Auswertung Ziele (eigene Darstellung)

<p><b>Auswertung:</b> Gemeinsam mit den Mädchen wurde eine Umfrage in Papierform ausgefüllt. Über einen QR-Code, der zu einer Umfrage führt, wurde das Projektteam, die Jungleiterinnen und die Leitung von roundabout befragt. Mit einer Person aus Projektteam und einer weiteren Mitarbeiterin der KJuFa die in Zukunft Modiarbeit wieder aufnehmen möchte eine Auswertung mit der SEPO-Methode durchgeführt. <b>Die fünf Finger Methode wurde nicht angewendet.</b></p>
<p><b>Wirkungsziel 2:</b> Ihre eigenen Themen werden eingebracht und diskutiert.  <b>Leistungsziel 2:</b> Mädchen Gestalten die Workshops partizipativ mit.  <b>Auswertung:</b> Das Ziel wurde nur punktuell auf der Stufe der Information, Konsultation, Mitwirkung erreicht  <b>Indikatoren 2:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ In informellen Gesprächen werden gesellschaftliche relevante Themen diskutiert</li> <li>▪ In den Workshops werden Bilder, Videos, Kurzfilme etc. über die aktuellen Themen der Mädchen gezeigt.</li> </ul> <p><b>Umsetzungsschritte:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Mitwirkung bei der Durchführung der Workshops</li> </ul> <p><b>Mittel und Methode:</b> Die Mädchen bekommen die Gelegenheit bei der Planung der Inhalte der Workshops mitzuwirken. (Musik Wahl, Themen Wahl für Austausch, Menu Wahl, choreographieren von Tanzsequenzen). An einem Workshop wird über den nächsten Workshop gesprochen.  <b>Auswertung:</b> Die Mädchen konnten Zum Teil wählen über was sie sich Austauschen wollen. Die Improvisation wurde angeleitet jedoch die Ausführung lag bei den Mädchen. Die Partizipation kam deutlich zu kurz, was eine klarer Kritikpunkt am Projekt ist.</p>
<p><b>Wirkungsziel 3:</b> Durch die Workshops lernen die Mädchen die Kinder- und Jugendfachstelle und ihre Angebote besser kennen und nehmen daran teil.  <b>Leistungsziel 3:</b> Die Bedürfnisse der Mädchen werden erhoben.  <b>Auswertung:</b> Das Ziel wurde erreicht.  <b>Indikatoren 3:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Die Mädchen, die wollen, folgen uns auf Sozialmedia (Instagram &amp; TikTok)</li> <li>▪ Die Mädchen wissen wo sich die KJuFa befindet.</li> <li>▪ Die Erkenntnisse der Bedürfnis Erhebung werden von der Projektleitung schriftlich festgehalten.</li> </ul> <p><b>Umsetzungsschritte:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Raum Benutzung</li> </ul> <p><b>Mittel und Methode:</b> Die Räumlichkeiten der KJuFa werden für Teile der Workshops benutzt.  <b>Auswertung:</b> Wurde umgesetzt.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Kinder- und Jugendfachstelle</li> </ul> <p><b>Mittel und Methode:</b> Die Mädchen werden über die Angebote der KJuFa informiert und animiert daran teilzunehmen.  <b>Auswertung:</b> Wurde umgesetzt.</p>

Abbildung 22: Auswertung Ziele (eigene Darstellung)

Somit lässt sich zusammenfassend sagen, dass die drei gesetzten Wirkungsziele erreicht wurden. Während der Improvisation lernten sie eigenständig neue Bewegungen zu kreieren und konnten bestimmen, wie sie sich bewegen wollten. Durch das Erlernen der Choreografien konnten die Teilnehmerinnen sich selbst in ihren Stärken erleben. Die Tanzleiterinnen von roundabout hatten durch die Workshops die Möglichkeit, selbständig Tanzstunden zu kreieren und diese anzuleiten und konnten somit neue bestärkende Erfahrungen sammeln. Die eigenen Themen der Teilnehmerinnen wurden vereinzelt in bilateralen Gesprächen oder in kleineren Gruppen, in denen sie sich unter sich austauschten, thematisiert. Die Teilnehmerinnen sahen den Innen- wie auch den Aussenbereich der KJuFA und zu Beginn der Gesprächsrunde wurden die Mitarbeiterinnen der KJuFA, das Angebot roundabout und die KJuFA vorgestellt. Zu kritisieren ist, dass das Zweite Wirkungsziel zu kurz kam.

### 5.1.3. Evaluation Projektorganisation

In der Organisation des Projektes kann sowohl die sorgfältige Vorbereitung und Zielgruppenanalyse als auch die Kooperation mit Partnern und das Teammanagement positiv hervorgehoben werden. Die PL legte Wert auf die Entwicklung eines umfassenden Konzepts, das in Zusammenarbeit mit dem PT und weiteren beteiligten Parteien erstellt wurde. Ein wichtiger Punkt zur Verbesserung für zukünftige Projektorganisationen ist allerdings das Verhältnis zwischen dem umfangreichen Zeitaufwand in der Konzeptionsphase und dem eigentlichen Umfang des Projekts. Das heisst weniger grossen Zeitaufwand für das Projektkonzept und mehr für die Planung der Umsetzung. Trotz dieses Aspekts trug das gut strukturierte Vorgehen massgeblich zum Erfolg des Projekts bei und schaffte eine gute Basis für weitere Projekte in dieser Form. Die Zusammenarbeit mit der Organisation roundabout und weiteren lokalen Akteuren stellte sich als ergiebig heraus, da sie sowohl für das PT als auch für die Teilnehmenden von Vorteil war. Dies eröffnete neue Möglichkeiten für zukünftige Kooperationen und die Schaffung von Netzwerken. Generell wäre eine stärkere Fokussierung auf die Partizipation und Nachhaltigkeit des Projekts wünschenswert gewesen, um mehr langfristige Auswirkungen zu erzielen.

### 5.1.4. Evaluation Partizipation

Für die Festlegung der Beteiligungsstufen der Zielgruppen orientierte sich die PL am Modell der Partizipationsstufen nach Peter Stadel (2019), da es sich von bestehenden Modellen ableiten lässt und mehr auf die Realität von Projekten in der Soziokulturellen Animation eingeht (S.56).

Es ist festzustellen, dass das Projekt zwar Partizipation anstrebte, dies aber in der Umsetzung nicht vollständig realisiert wurde. Im Rückblick zeigt sich, dass die PL eine Chance zur stärkeren Einbindung von Mädchen, die bereits am Jugendtreff in Wichtrach teilnahmen, verpasst hat. Eine partizipativere Entwicklung des Projekts hätte dort ansetzen können. Zudem war die PL in Münsingen tätig, wo eine offensichtliche Lücke in der Teilnahme von Mädchen am Treff bestand. Interessanterweise hätten sich die Jungleiterinnen von roundabout als geeignetere sekundäre Zielgruppe erwiesen, da sie eine partielle Selbstorganisation erreichten, indem sie den Inhalt der Tanzstunden selbst bestimmten (S.58). Für zukünftige Moditreffs in der KJuFA sollte Partizipation als zentraler Ansatz gewählt werden.

## Primäre Zielgruppe

Die primäre Zielgruppe bildeten Mädchen zwischen der 3. und 6. Klasse. Es ist klar zu sagen, dass die Partizipationsmöglichkeiten der Teilnehmerinnen nur minimal vorhanden waren. Die PL entschied sich dennoch diese als solche zu definieren. Die Teilnehmerinnen wurden auf der Partizipationsstufe, Information, über die KJuFA, roundabout und über positive Aspekte von Mädchen spezifischen Angeboten informiert. Die Meinung und Stimmung der Zielgruppe in Bezug auf das Projekt und zukünftigen Moditreffs wurde durch die schriftliche Auswertung eingeholt. Hier wurde die Stufe der Konsultation erreicht. Durch die Mitwirkung der Zielgruppe in den Gesprächen und der Improvisation wurde der Inhalt der Workshops beeinflusst und gestaltet. Hier kann von einer leichten Erreichung der Stufe der Mitwirkung gesprochen werden (Stade, 2019, S.59). Grundsätzlich fehlte es an bestehenden Beziehungen und einem zu kurzen Zeitrahmen, um hier die gewünschte Partizipation zu ermöglichen.

## Sekundäre Zielgruppe

Die Bezugspersonen stellten die sekundäre Zielgruppe des Projekts dar. Bei ihnen wurde lediglich die Stufe der Information erreicht, was durch die Verteilung von Flyern über die KJuFA und roundabout erfolgte. Wie auch über die Erzählungen der Teilnehmerinnen.

## Tertiäre Zielgruppe

Das Team der KJuFA Aaretal (KJuFA) fungierte als tertiäre Zielgruppe des Projekts. Sie erreichten die Stufe der Information, da sie kontinuierlich über alle Projektphasen informiert wurden. Die Konsultationsstufe wurde durch regelmässiges Einholen ihrer Meinungen und Anregungen für neue Ideen erzielt. Ihre Akzeptanz war für die erfolgreiche Umsetzung des Projekts entscheidend, da es stark von der Unterstützung des KJuFA-Teams abhing. Darüber hinaus erreichte das Team auch die Mitwirkungsstufe, indem ihre Anliegen und Bedürfnisse in die Planung integriert und sie aktiv an der Umsetzung beteiligt wurden.

### 5.1.5. Evaluation Zeit- und Prioritätenplanung

Zusammenfassend ist zu beobachten, dass die Mehrheit der geplanten Meilensteine eingehalten werden konnten. Schwierigkeiten tauchten bei der Erarbeitung von mehreren schriftlichen Arbeiten auf. Hier mussten Abgabetermine verschoben werden. In der folgenden Grafik sind diese Arbeitsschritte in roter Schrift festgehalten. Es wurde zu wenig Zeit für die Erarbeitung der jeweiligen Arbeiten eingeplant.



### 5.1.6. Reflexion der eigenen Rolle

Im Handlungsmodell der Soziokulturellen Animation nach Moser et al. (1999) werden vier zentrale Interventionspositionen dargelegt: Konzeptions-, Organisations-, Animations- und Vermittlungsposition (S.104). Diese Positionen stehen in Verbindung, wobei die Animationsposition als Kernstück fungiert. Jede Position umfasst spezifische Aufgaben, Ziele, Aktivitäten und Methoden (Hangartner, 2013, S. 297). In diesem Kontext wird die Rolle der PL unter Berücksichtigung dieser vier Interventionspositionen reflektiert.

Während der Anfangs- und Planungsphase des Projekts übernahm die PL eine explorative und gestaltende Rolle, bekannt als die Konzeptionsphase (Hangartner, 2013, S. 310). Indem die PL den Bedarf und Nutzen für Mädchen spezifische Angebote erhob und den Handlungsbedarf ableitete. Die Organisationsphase, charakterisiert durch Unterstützung, Planung, Durchführung und Bewertung, zog sich durch alle Etappen des Projekts (S. 304). Die Erstellung des Drehbuches war hier ein zentraler Schritt. Zudem spielte die Animationsphase, in der die PL aktiv zur Teilnahme an Workshops motivierte, eine wesentliche Rolle (S. 299). Diese Phase kam besonders bei Schulbesuchen, auf Social Media und bei Pausenplatzaktionen zum Einsatz. Die Vermittlungsphase fand hingegen im Projektverlauf keine Anwendung. In der Vermittlungsphase geht es darum, Probleme zu identifizieren, Inhalte zu übersetzen, Konflikte zu lösen und unterschiedliche Interessen auszugleichen (S. 317).

## 5.2. Evaluation Umsetzungsphase

In der Umsetzungsphase taucht die PL meist ins kalte Wasser. Hier wird die erarbeitete Planung des Projektes auf die Probe gestellt und das Geplante angewendet, um die Ziele zu erreichen. Da in der Projektarbeit in der Regel mit Menschen gearbeitet wird, Menschen die dynamisch, komplexe und soziale Systeme verkörpern, kann mit Herausforderungen und Unvorhergesehenem gerechnet werden (Fritz & Willener, 2019, S.206 – 207).

### 5.2.1. Schriftliche Befragung

Am Ende der Workshops wurden auf dem Boden grosse Blätter, Stifte und klebende Punkte verteilt. Auf jedem Blatt waren die Auswertungsfragen geschrieben, und es gab Smarties zum Naschen. Wie in einer Art Postenlauf gingen die Mädchen von einem Plakat zum anderen.

Die Auswertung des Tanzworkshops 2023 zeigt ein deutliches Muster der Begeisterung und des Engagements der teilnehmenden Mädchen. Aus den Daten geht hervor, dass ein Grossteil der Kinder wieder am Workshop teilnehmen möchte, was auf eine hohe Zufriedenheit hinweist. Auch der Wunsch, an weiteren Mädchen spezifischen Projekten der KJuFA teilzunehmen, wird klar bekundet, was auf eine erfolgreiche Verbindung zwischen den Workshops und den Interessen der Teilnehmerinnen schliessen lässt.

Die Antworten zur Frage, wie sich die Teilnehmerinnen gefühlt haben, sind durchgehend positiv, mit vielen Aussagen, die ein Gefühl des Wohlbefindens ausdrücken. Dies unterstreicht die Wirksamkeit des Workshops in Bezug auf das Wohlbefinden und die Freude der Mädchen. In Bezug auf die besten Aspekte des Workshops heben die Antworten die Vielfalt der Aktivitäten und die Freude am Tanzen hervor. Besonders erwähnenswert ist die Choreografie, die speziell auf Mädchen in ihrem Alter zugeschnitten war, sowie die Aktivitäten wie Freizeichnen und Hip-Hop, die die Mädchen besonders genossen haben.

Es gab nur wenige negative Kommentare zu den Workshops, und diese bezogen sich hauptsächlich auf körperliche Beschwerden wie Rückenschmerzen oder auf organisatorische Aspekte wie zu kurze Pausen. Diese Feedbackpunkte könnten wichtige Überlegungen für die Planung zukünftiger Workshops darstellen.

### 5.2.2. Online-Umfrage

In den Wochen nach den Workshops wurde das Projekt mit der tertiären Zielgruppe ausgewertet, verantwortliche Personen für weitere Angebote definiert und die erhobenen Daten festgehalten. Aus den Antworten der Beteiligten am Tanzworkshop lassen sich mehrere zentrale Erkenntnisse und Muster erkennen. Es wird deutlich, dass der Workshop insgesamt als Erfolg wahrgenommen wurde, besonders hervorgehoben durch die hohe Teilnehmerinnenzahl, die Bewegung und Gesundheitsförderung sowie die Mädchenförderung. Die regelmässige Kommunikation und ein klarer Projektplan wurden als positive Aspekte der Zusammenarbeit genannt. Ebenfalls betont wurde die Bedeutung eines "Safe Space" für die Teilnehmerinnen, um Ausprobieren und Spass zu haben sowie die Vernetzung unter den Mädchen.

In Bezug auf Verbesserungsmöglichkeiten wurden wenige Misserfolge genannt, allerdings wurde das Verhältnis von Aufwand zu Ertrag und die Nachhaltigkeit des Projekts als mögliche Herausforderungen für die Zukunft erwähnt. Die Teilnehmerinnen und die PL sahen durchaus Potenzial für zukünftige Mädchenspezifische Projekte und betonten die Wichtigkeit solcher Angebote. Die Workshops wurden als eine gute Gelegenheit gesehen, neue Zielgruppen zu erreichen und Beziehungen aufzubauen.

Die Befragten äusserten ein starkes Interesse an weiterer Zusammenarbeit und der Fortführung solcher Projekte. Insbesondere wurde der Wunsch nach regelmässigen Tanzworkshops als Kooperation geäussert, um Mädchenräume zu schaffen und die Gesundheitsförderung durch Tanz zu stärken. Die Antworten zeigen eine generelle Zufriedenheit mit dem Projekt und eine positive Resonanz auf die durchgeführten Aktivitäten.

### 5.2.3. Schlussevaluation SEPO Methode

Die PL, eine Person aus dem PT und eine weitere Mitarbeiterin, die Interesse zeigte zukünftig Mädchenspezifische Angebote wieder in der KJuFA aufzunehmen, nahmen am Auswertungstreffen teil.

Die SEPO-Analyse, welche sowohl während des Auswertungstreffens als auch später von der PL unter Berücksichtigung neuer Ergebnisse vervollständigt und aktualisiert wurde, zeichnet ein deutliches Profil der erfolgreichen Aspekte sowie der Entwicklungsmöglichkeiten des Projekts. Zentraler Erfolg war die hohe Teilnehmerzahl mit wiederkehrenden Teilnahmen, was auf eine starke Anziehungskraft des



Programms hinweist. Die Schaffung eines sicheren Raumes für Mädchen zum Experimentieren und Spasshaben sowie die Vernetzung unter den Teilnehmern und der Kontakt zu einer bisher unterrepräsentierten Zielgruppe waren ebenfalls bedeutende Erfolge. Die Teilnehmerinnen und ihre Eltern haben das Projekt sehr positiv aufgenommen, was auf eine effektive Bedarfsdeckung hinweist, und die Fähigkeit des Projekts unterstreicht, erste Kontakte zu knüpfen und eine positive Lernerfahrung zu bieten.

In Bezug auf die Zukunft wurden mehrere Chancen und Möglichkeiten identifiziert. Das Projekt zeigte, dass Tanz ein wirksames Mittel zur Förderung des Selbstwertgefühls, des Körpergefühls und des Selbstbildes sein kann. Es gibt ein erkennbares Potenzial für weitere Projekte, insbesondere in Zusammenarbeit mit roundabout, das Erfahrung und Kontakte in den Bereich bringt. Ein weiterer wichtiger Aspekt ist die Notwendigkeit, marginalisierte Mädchen zu erreichen und ihnen Priorität in der Mädchenarbeit zu geben, insbesondere durch den aktiven Kontakt zu den Eltern und durch die Förderung von sicheren Räumen speziell für Mädchen.

Auf der Teamebene reflektiert die SEPO-Analyse einen regen Austausch, eine gemeinsame Ideologie und eine gute Zusammenarbeit zwischen der PL und dem PT sowie den Stakeholdern. Die genaue Planung und die effektive Kommunikation wurden als besonders positiv empfunden, und es besteht der Wunsch, die Mädchenarbeit in der KJuFA wieder aufzunehmen und zu leiten oder daran mitzuwirken.

Hinsichtlich der Misserfolge und Hindernisse wurde festgestellt, dass die Partizipation begrenzt war und mehr Kontext und Einführung erforderlich ist, um den Teilnehmerinnen den Zweck und die Bedeutung des Projekts zu vermitteln. Technische Probleme und Unsicherheiten seitens der PL sowie das Verhältnis von Aufwand und Ertrag waren ebenfalls Herausforderungen. Zukünftige Projekte könnten durch Altersunterschiede zwischen den Teilnehmerinnen und Ressourcenbeschränkungen herausgefordert werden.

Die Auswertung empfiehlt, dass Mädchenarbeit in die Projektplanung der KJuFA aktiv eingebunden wird. Ebenso ist zu empfehlen Protokolle zu führen und Verantwortlichkeiten klar zu definieren. Darüber hinaus sollten Daten tabellarisch erfasst und für das Team zugänglich gemacht werden, um die Transparenz zu erhöhen und eine Basis für die Wiederaufnahme mädchenspezifischer Angebote zu schaffen.

#### 5.2.4. Evaluation Gesellschaftliche Differenzierung

Das Projekt steht in direkter Verbindung zu den Prinzipien der feministischen Mädchenarbeit nach Luise Treu (2010), die auf die Förderung der Selbstbestimmung und Partizipation von Mädchen abzielen. Diese Prinzipien umfassen die Initiierung von Bewusstseinsprozessen über Geschlechterrollen, parteiliche Unterstützung für Mädchen und junge Frauen, die Förderung von Vielfalt und Integration, sowie die Ermutigung zu selbstbestimmten Lebensentwürfen. Das Projekt spiegelt diese Prinzipien wider, indem es einen geschlechtsspezifischen Rahmen schafft, in dem Mädchen frei von Rollenerwartungen experimentieren und sich ausprobieren können, ihre Selbstbestimmung und Mitbestimmung fördert und sie ermutigt, ihre Stärken und Ressourcen zu erkennen und zu nutzen (S.1-2). Es adressiert somit zentrale Aspekte gesellschaftlicher Differenzierung und trägt zur Sichtbarmachung und Wertschätzung von Mädchen und jungen Frauen in der Gesellschaft bei.

### 5.2.5. Evaluation Öffentlichkeitsarbeit

Die Öffentlichkeitsarbeit für die Tanzworkshops nutzte soziale Medien, E-Mail-Kampagnen und lokale Verteilung von Flyern, um eine breite Zielgruppe anzusprechen. Dies beinhaltete den Einsatz von Instagram, TikTok, digitalen Plattformen sowie direkte Werbung durch die Mitarbeiterinnen der KJuFA in Schulen und Gemeindeeinrichtungen (Vgl. Kp. 3.1.5). Die ausgeführte Öffentlichkeitsarbeit für die Tanzworkshops zeigt eine umfassende und vielschichtige Herangehensweise, indem sie digitale sowie klassische Kanäle nutzt, um die Zielgruppe anzusprechen. Die Kombination aus Online-Präsenz und physischer Werbung sorgt für eine umfangreiche Reichweite. Für künftige Aktionen wäre es jedoch von Vorteil, Methoden zur Auswertung der Wirksamkeit jedes Werbekanals einzuführen. So könnte festgestellt werden, welcher Kanal die Anmeldezeiten am stärksten beeinflusst und damit eine gezieltere und ressourceneffiziente Werbestrategie entwickelt werden. Des Weiteren könnte das Feedback der Zielgruppe eingeholt werden, um die Ansprache weiter zu optimieren und die Bindung an das Angebot zu stärken. Durch einen Zeitungsartikel hätte das Projekt ihre Reichweite vergrößern können, dies ist ein Kritikpunkt des Projektes.

### 5.2.6. Evaluation Nachhaltigkeit

Die hohe Teilnehmerinnenzahl sowie die positiven Rückmeldungen zeigen, dass Projekte wie dieses weiterhin sehr gefragt sind und das Projekt erfolgreich durchgeführt wurde. Auffallend war, dass sich das Verhalten der Mädchen ab 12 Jahren deutlich von dem Verhalten der jüngeren unterschieden hat. Bereits mit 12 Jahren scheinen sie unsicherer und in sich gekehrter zu sein. Keine «schönen» Bewegungen zu machen, schien schwieriger, wie auch sich verbal zu öffnen und sich mitzuteilen, gelang den älteren Mädchen deutlich weniger. Zahlreiche empowernde Projekte, die über Jahre hinweg für bereits jüngere Mädchen angeboten werden, könnten die Wahrscheinlichkeit für ein gesundes Selbst- und Körperbild im Teenageralter erhöhen. Die aus dem Projekt gewonnenen Erfahrungen und Daten sollen den Weg zu weiteren Mädchenspezifischen Projekten erleichtern und das Team motivieren, aktiv weiterzumachen.

Um eine nachhaltige Wirkung zu ermöglichen, stellte die PL alle Ergebnisse des Projekts der KJuFA zur Verfügung. Sie organisierte ein Auswertungstreffen mit den Teammitgliedern. Zudem wurde die Idee im Protokoll für die Projektplanung der KJuFA festgehalten. Das gesamte Team der KJuFA sowie die Geschäftsleitung sprachen sich für eine Wiedereinführung Mädchen spezifischer Angebote aus. Die durch alle Mitgliedstaaten der UNO verhandelte Agenda 2030 ist als Visionär anzusehen. Das Projekt strebte das Ziel 5 der Agenda 2030 an: «Geschlechtergleichstellung erreichen und alle Frauen und Mädchen zur Selbstbestimmung befähigen.» und das Ziel 5.5: «Die volle und wirksame Teilhabe von Frauen und ihre Chancengleichheit bei der Übernahme von Führungsrollen auf allen Ebenen der Entscheidungsfindung im politischen, wirtschaftlichen und öffentlichen Leben sicherstellen.» (Plattform Agenda 2030, 2022). In diesem Kontext stellt das Projekt einen Schritt in die richtige Richtung dar.

Die nachhaltige Wirkung des Projektes basiert auf den Prinzipien von Alex Willener (2019), welche die Bedeutung der langfristigen Auswirkungen und Veränderungen hervorheben, die durch ein Projekt erzielt werden können. Nachhaltigkeit bezieht sich auf die dauerhafte und positive Einflussnahme eines Projektes auf seine Zielgruppe und Umgebung, über den unmittelbaren Projektzeitraum hinaus. Dies beinhaltet die Schaffung von Strukturen oder Lernerfahrungen, die weiterhin Nutzen stiften, sowie die Förderung von Wissen und Fähigkeiten, die bei den Teilnehmenden langfristig bestehen bleiben (S.116-132).

Im Kontext des Tanzprojekts könnte dies bedeuten, dass die Teilnehmerinnen durch die Workshops langfristig gestärkt wurden, sowohl in Bezug auf ihr Selbstbewusstsein als auch ihre sozialen Kompetenzen, und dass die Projekterfahrungen zukünftige Initiativen und Angebote im Bereich der Mädchenarbeit positiv beeinflussten. Jedoch konnten hier noch keine nachhaltigen Ergebnisse nachgewiesen werden. Ausser, dass die KJuFA, laut Website am 16.02.2024 den ersten Mädchentreff wieder ins Leben gerufen hat. Was als Erfolg, der Nachhaltigen Wirkung des Projektes, gesehen werden kann.

Fr 16.02, 15:30 – 20:00  
→ Schlosstrasse 14, 3110 Münsingen, Schweiz

## Girls only — Jugendtreff Schaal Münsingen: Freitagstreff, ab der 5. Klasse



Der 1. Freitagstreff für Modis\*! Die Schaal ist für euch reserviert! 🍷

Der perfekte Ort um mit deinen Freund\*innen zu Chillen, Töggeln, Musik zu hören oder Spiele zu spielen. Der Treff ist für dich geöffnet. Du entscheidest was läuft!!

[Alle Infos zum Jugendtreff](#)

Abbildung 24: Website KJuFA

### 5.3. Abrechnung und Budgetvergleich

Das Projekt wurde einerseits durch Kebab+ und durch die KJuFA finanziert. Zusammenfassend ist festzustellen, dass eine viel geringere Summe als geplant notwendig war. Daher wurde nur eine externe unterstützende Finanzierung beantragt. Zum einen wurde deutlich weniger für die Raummiete und deren Reinigung verlangt, die externen Tanzkursleiterinnen unterrichteten weniger Stunden als geplant und zum anderen wurden anstellen eines Dankesessen, Dankes Pakete verschickt. Viel Kleinmaterial war bereits in der KJuFA vorhanden und durfte von der PL genutzt werden. Die Verpflegung war schlussendlich nur ein «Zvieri» pro Workshop, was ebenfalls weniger Kosten verursachte. Willener betont, wie wichtig es ist, die Erfahrungen der Zusammenarbeit laufend zu reflektieren (Willener & Fritz, 2019, S.75). Das Folgende, ist ein gutes Beispiel dafür. Im Projektverlauf ereignete sich ein kleines Missverständnis zwischen der PL und der Geschäftsleitung. In der ersten Sitzung mit der Geschäftsleitung, wurde der PL ein Projektbudget von 2000 Franken gut gesprochen. Dies war jedoch nur miteinzubeziehen, wenn keine externe unterstützende Finanzierung bewilligt worden wäre. Die PL verstand jedoch, dass dieser Betrag auch ohne externe Finanzierung zu Verfügung steht. Als die PL kurz vor der Beantragung für finanzielle Unterstützung stand, tauchten Unsicherheiten auf, ob dieser Betrag wirklich zur Verfügung stand. Glücklicherweise konnte dieses Missverständnis durch ein weiteres Gespräch mit der Geschäftsleitung, noch rechtzeitig aus dem Weg geräumt werden. In der folgenden Budgetplanung aus der Konzeptionsphase werden die effektiven Kosten gegenübergestellt.

Budgetplan Mädchen Tanzprojekt 2023				Effektive Gesamtkosten nach Abschluss des Projektes				
Personalaufwand	Anzahl Stunden	Stundensatz	Kosten	Personalaufwand	Datum	Anzahl Stunden	Stundensatz	Kosten
Tanzkursleiter*innen inklusive Spesen (Extern )	6	CHF 30.00	CHF 180.00	Tanzkursleiterin 1 (extern)	24.06.2023	2	CHF 30.00	CHF 60.00
				Tanzkursleiterin 2 (extern)	17.06.2023	1	CHF 30.00	CHF 30.00
Personalaufwand in Stunden (Intern)	420		CHF 6'780.00	Personalaufwand in Stunden (Intern)		400		CHF 6'457.00
<b>Total Personalaufwand extern</b>			<b>CHF 180.00</b>	<b>Total Personalaufwand extern</b>				<b>CHF 90.00</b>
Betriebs- und Sachaufwand	Anzahl Stunden	Stundensatz	Kosten	Betriebs- und Sachaufwand	Datum	Anzahl Stunden	Stundensatz	Kosten
<b>Betriebsaufwand</b>				<b>Betriebsaufwand</b>				
Kostenaufwand (Raummiete)	Pauschal		CHF 300.00	Infrastrukturpauschale (Raum Miete & Reinigung für drei Tage)	21.07.2023	pauschal		CHF 90.00
<b>Total Betriebskosten</b>			<b>CHF 300.00</b>	<b>Total Betriebskosten</b>				<b>CHF 90.00</b>
<b>Sachaufwand</b>				<b>Warenaufwand</b>				
Kleinmaterial (Reinigung, Spiegel, Mätteli, etc.)	Pauschal		CHF 200.00	Werbung (Druck- und Kopierkosten)		pauschal		CHF 100.00
Dankessen	Pauschal		CHF 200.00	Kleinmaterial (Dankesgeschenke für Tanzleiterinnen)	19.07.2023			CHF 110.70
Werbung (Druck- und Kopierkosten)	Pauschal		CHF 100.00	Kleinmaterial (Dankesgeschenke für Raummiete)	19.07.2023			CHF 47.90
Verpflegung	Pauschal		CHF 200.00	Verpflegung ("Z'Vieri")	10.06.2023			CHF 49.85
				Verpflegung ("Z'Vieri")	17.06.2023			CHF 32.10
				Verpflegung ("Z'Vieri")	24.06.2023			CHF 22.40
<b>Total Sachkosten</b>			<b>CHF 700.00</b>	<b>Total Sachkosten</b>				<b>CHF 362.95</b>
<b>Total Projektkosten</b>			<b>CHF 1'180.00</b>	<b>Total Projektkosten</b>				<b>CHF 542.95</b>
<b>Total Eigenleistungen (exkl. Personal)</b>				<b>Projektbudget</b>				<b>Kosten</b>
Kinder- und Jugendfachsstelle (Projektbudget)			CHF 200.00	Kebab Plus (Externe)				CHF 600.00
<b>Einnahmen / Fremdfinanzierung</b>				<b>Total Fremdleistung</b>				<b>CHF 600.00</b>
Evt. Kebab Plus (Externe)			CHF 800.00	Total Budget (exkl. Personalaufwand)				CHF 600.00
Üsidrogerie Münsingen (Externe)			CHF 150.00	<b>Total Projektkosten</b>				<b>CHF 542.95</b>
<b>Total Fremd- und Eigenfinanzierung</b>			<b>CHF 1'150.00</b>	<b>Different</b>				<b>CHF 57.05</b>
Total Projektkosten			CHF 1'180.00					
<b>Different</b>			<b>CHF 30.00</b>					
ROT = fiktiv (pendente Sponsoringanfragen)								

Abbildung 25: Budgetplan (eigene Darstellung)

## 5.4. Evaluationserkenntnisse und Fazit

Die Evaluation des Projekts zeigt sowohl Erfolge als auch Bereiche für Verbesserungen auf. Hervorzuheben sind die hohen Teilnehmerinnenzahlen und die positiven Rückmeldungen, die den Bedarf und das Interesse an solchen Projekten bestätigen. Ein wichtiger Aspekt ist die Erkenntnis, dass Projekte zur Förderung eines gesunden Selbst- und Körperbildes bereits in jungen Jahren ansetzen sollten. Zukünftige Initiativen sollten darauf abzielen, langfristige positive Auswirkungen zu erzielen, indem sie Strukturen und Lernerfahrungen schaffen, die dauerhaft Nutzen stiften.

Allerdings gab es auch Herausforderungen, wie die begrenzte Partizipation der Teilnehmerinnen und die Notwendigkeit, mehr Kontext und Einführungen zu bieten, um den Zweck und die Bedeutung des Projekts zu vermitteln. Es fehlte an ausführlicher und langfristiger Beziehungsarbeit. Technische Probleme und Unsicherheiten seitens der PL, sowie das Verhältnis von Aufwand und Ertrag, waren weitere Schwierigkeiten. Die Evaluation schlägt vor, dass Mädchenarbeit in der Planung der KJuFA stärker berücksichtigt werden. Es empfiehlt sich ein ausführlicheres Logbuch zu führen, um den Überblick zu behalten und die Projektauswertung zu vereinfachen. Die erste nachhaltige Wirkung spiegelt sich in der Wiedereröffnung des ersten Mädchentreffs der KJuFA im Jahr 2024 wider, was als ein direktes Ergebnis des Projekts betrachtet werden kann.

Die Evaluation des Projekts hat neben den bereits erwähnten Aspekten auch das Potenzial für zukünftige Kooperationen mit roundabout aufgezeigt. Die erfolgreiche Zusammenarbeit während des Projekts deutet darauf hin, dass weitere gemeinsame Initiativen möglich sind, die sich positiv auf die Teilnehmerinnen auswirken können. Tanz, als zentrales Element des Projekts, hatte bemerkenswerte positive Auswirkungen: Es förderte nicht nur die körperliche Fitness und das Wohlbefinden der Mädchen, sondern stärkte auch ihr Selbstbewusstsein. Tanz als Medium ermöglichte es den Mädchen, sich kreativ auszudrücken und neue Wege der Kommunikation und Interaktion zu entdecken. Die Evaluation unterstreicht somit die Wichtigkeit des Tanzes als Instrument zur Förderung von Selbstbestimmung und Empowerment bei Mädchen.

Zusammenfassend lässt sich sagen, dass das Projekt wichtige Schritte in Richtung der Förderung von Selbstbestimmung und Partizipation von Mädchen unternommen hat und gleichzeitig Bereiche aufzeigt, in denen zukünftige Projekte verbessert werden können. Die Erkenntnisse aus diesem Projekt bieten wertvolle Einblicke für die Weiterentwicklung der Mädchenarbeit und die Gestaltung von Angeboten, die auf die Bedürfnisse und das Wohlbefinden künftiger Frauen abzielen.

## 6. Persönliche Stellungnahme und Dank

Erstmals erhielt ich die Gelegenheit, ein Projekt dieser Grösse umzusetzen. Während des Projekts durchlief ich verschiedene Phasen: Anfängliche Motivation und Begeisterung wechselten sich zeitweise mit Verzweiflung und Überforderung ab, bevor sie schliesslich in Freude und Liebe für das Projekt mündeten. Trotz aller Herausforderungen ist es mir gelungen, ein Projekt zu realisieren, das eine positive und nachhaltige Wirkung hinterlässt. Die Rolle als Projektleiterin offenbarte mir meine Lernfelder sowie meine bereits vorhandenen Stärken.

An dieser Stelle möchte ich allen Beteiligten meinen Dank aussprechen. Ein besonderer Dank geht an die KJuFA Aaretal für ihre umfassende Unterstützung und die Möglichkeit, das Projekt unter ihrer Aufsicht durchzuführen. Mein besonderer Dank gilt Rahel Hürlimann und Roger Spielmann für ihre wertvolle Unterstützung in ihrer Rolle als Projektbegleitung und PA. Ebenso danke ich der Leitung von roundabout, Sara-Lisa Ringenberg, sowie den beiden Tänzerinnen für die hervorragende Zusammenarbeit.

Mein Dank erstreckt sich auch auf meinen Mentor Reto Stäheli und Annina Fritz für ihre Geduld und Flexibilität. Ebenfalls bin ich Christine Ramseier dankbar, die uns die Nutzung des Raumes in der Alten Tubaki ermöglichte. Für die finanzielle Unterstützung möchte ich Kebab Plus hervorheben.

Zuletzt gilt mein grösster Dank den zahlreichen Teilnehmerinnen, deren Engagement das Projekt erst lohnend machten.

## 7. Literaturverzeichnis

- Eidgenössisches Departement für auswärtige Angelegenheiten EDA (2020b). Agenda 2030 für nachhaltige Entwicklung. Ziel 5: Geschlechtergleichstellung erreichen und alle Frauen und Mädchen zur Selbstbestimmung befähigen.  
<https://www.eda.admin.ch/agenda2030/de/home/agenda-2030/die-17-ziele-fuereine-nachhaltige-entwicklung/ziel-5-geschlechtergleichstellung-erreichen-und-allefrauen.html>
- Hangartner, G. (2013). Ein Handlungsmodell für die Soziokulturelle Animation zur Orientierung für die Arbeit in der Zwischenposition. In B. Wandeler (Hrsg), Soziokulturelle Animation. Professionelles Handeln zur Förderung von Zivilgesellschaft, Partizipation und Kohäsion (265-325). Interact.
- Herriger, N. (2020). Empowerment in der Sozialen Arbeit: Eine Einführung (6., erweiterte und aktualisierte Auflage). Verlag W. Kohlhammer. Avenir Social (2010). Berufskodex Soziale Arbeit Schweiz. Ein Argumentarium für die Praxis.  
[https://avenirsocial.ch/wp%EF%BF%BEcontent/uploads/2018/12/SCR\\_Berufskodex\\_De\\_A5\\_db\\_221020.pdf](https://avenirsocial.ch/wp%EF%BF%BEcontent/uploads/2018/12/SCR_Berufskodex_De_A5_db_221020.pdf)
- Kinder und Jugendfachstelle Aaretal (2017) Leitbild. Münsingen: KJuFA.
- Krankenversicherung AG SWICA. (o.J.). *Tanzen Sie für Ihre Gesundheit*.  
<https://www.swica.ch/de/private/gesundheit/gesundheitswelt/gesundheitsstipps/active/tanzen>
- Moser, H., Müller, E., Wettstein, H. & Willener, A. (1999). Soziokulturelle Animation. Grundfragen, Grundlagen, Grundsätze. Verlag für Soziales und Kulturelles.
- OKJA Aaretal OKJA (2022). Konzept. Unveröffentlichtes Dokument
- Stade, Peter (2019). Partizipation. In Alex Willener & Annina Friz (Hrsg), Intergrale Projektmethodik (S. 50-67). Interact
- Schneiter, K. (2023). Projektkonzept. Tanzworkshop, ich tanze mein Leben selbst! Unveröffentlichtes Projektkonzept. Hochschule Luzern Soziale Arbeit.
- Treu, L. (2010). prinzipien feministischer mädchenarbeit: „feministische mädchenarbeit – zehn kriterien“. PUNKT 12.
- Vincent, L. (2020). Tanzen macht nicht nur Glücklich, sondern auch Schlau. Wilhelm Goldmann
- Willener, A. & Friz, A. (2019). Integrale Projektmethodik. Interact.



## 8. Anhang

### 8.1. Bestätigung Selbsterarbeitung

Lucerne University of  
Applied Sciences and Arts

**HOCHSCHULE  
LUZERN**

Soziale Arbeit

#### **Bestätigung Selbsterarbeitung**

Ich versichere / wir versichern, dass

- der vorliegende Projektbericht selbständig erarbeitet worden ist
- und keine anderen als die angegebenen Quellen und Hilfsmittel verwendet worden sind.

**Der Projektbericht hat einen Umfang von 51'187 Zeichen.**  
(Vorgabe nach Merkblatt: 37'000 – 42'000 Zeichen ohne Leerzeichen)

Ort, Datum:

Unterschrift(en): |

Lyss, 31.01.2024



.....

## 8.2. Würdigung des Auftraggebers



### **Würdigung Projekt «Tanzprojekt: *Ich tanze mein Leben selbst*»**

Katharina Schneiter realisierte im Frühling/Sommer 2023 im Rahmen ihres Praxisprojekts drei empowernde Tanzworkshops für Mädchen. Teilnehmen konnten Mädchen im Alter von neun bis zwölf Jahren, die in drei Stunden die Welt des Tanzes erkunden konnten.

Im Vorfeld der Realisierung der Workshops konzentrierte sich Katharina auf die inhaltlichen Aspekte. Sie führte zahlreiche Interviews mit Expert\*innen für Empowerment. Auf diese Weise konnte sie die Mädchen während des Workshops auf lockere und zugängliche Weise an das Thema heranführen. Die drei Workshops waren sehr gut besucht und machten den Teilnehmerinnen offensichtlich viel Spass.

Durch dieses Projekt konnten wir neue Beziehungen mit Mädchen in der Gemeinde Münsingen knüpfen.

Katharina Schneiter investierte in das Projekt rund 375 Arbeitsstunden.

Rahel Hürlimann  
Projektbegleitung

Münsingen, 10. Januar 2024

## 8.3. Anhang A

### Erstgespräch mit Geschäftsleitung

**Notizen:**

- Ein Projektbegleitung könnte jemand vom Nordteam sein. Diese Person müsste Infos an Roger geben können, für die Beurteilung. Rollen und Aufgaben sind aufzuteilen.
- **Budget: 2000 Fr.**
- Intern abklären was läuft sonst in der KJuFA, welche Projekte sind auch in der Budgetsuche
- Eingrenzen: beginnen mit Münsingen Rubigen Tägertschi .. Falls kein Bedarf vorhanden erweitern auf weitere Gemeinden
- Zeiterfassung schon jetzt: Projekt – Jugendliche - Alle, Ausdrucken Monatlich / Jährlich
- Im Rahmen der Eingeteilten Zeit die ich mir gegeben wurde habe ich während der AZ Zeit, alles darüber im Privaten
- Teilhabe von Arbeitskolleg\*innen bei der Umsetzung,
- Jungleitende Entschädigung und Bestätigung / Freiwillige? ACHTUNG Gute Kommunikation (R/L) (Kapazität von den 10% von Liebe Ist..? Evt. Plus Stand von März bis Juni
- Alle Räume in der Gemeinde Münsingen Und Alle KJuFA Räume dürfen wir Kostenlos Reservieren .. Grundpauschale für Reinigung ca. 38fr.
- Kommunikation Öffentlichkeitsarbeit: Presse Zeitung
- Bevor der Herausgabe von Artikel IMMER zuerst von R. und/oder U. Ok geben
- Colibri
- SSA

**Münsingen:**

- Kommission Freizeitkultur Sport (Nathalie Hörnlimann Bildung Kultur)
- SLM Bank Spar und Leitkasse
- Infraverke Wasser und Strom
- Frauenverein Münsingen - persönliche Kontack Aufnahme
- Reformierte Kirchgemeinde von Münsingen
- Katholische Kirche Bern
- Drogerie Münsingen
- Frauenpraxis Spital Münsingen
- Banken

## 8.4. Anhang B

### Auswertung Projektgruppe Team

Name	Rückblickend, was waren deiner Meinung nach Erfolge des Projektes?	In Bezug auf unsere Zusammenarbeit, was ist gut gelaufen und können wir in Zukunft beibehalten?	Rückblickend, was waren deiner Meinung nach Misserfolge des Projektes?	In Bezug auf unsere Zusammenarbeit, was ist nicht gut gelaufen, hat gefehlt oder könnten wir in Zukunft besser machen?	Blick in die Zukunft. Wo siehst du Möglichkeiten und Chancen für zukünftige Projekte in dieser Form?	Blick in die Zukunft. Wo siehst du Hindernisse für zukünftige Projekte in dieser Form?	Siehst du weitere mädchen-spezifische Projekte oder Moditreffs in derKjuFA als sinnvoll an und warum?	Währst du an einer zukünftigen Zusammenarbeit mit roundabout interessiert, in welcher Form und warum?	Falls ihr euch als Team derKjuFA dafür entscheidet. Möchtest du die Verantwortung/Organisation für zukünftige Mädchenspezifische Projekte oder Moditreffs übernehmen? Oder würdest du bei der Umsetzung mitarbeiten?
Sara Lou Wehrli	Die vielen Teilnehmerinnen, die Bewegung & Gesundheitsförderung, das Zusammensein während der Nachmittage, die Zusammenarbeit mit einer lokalen Tanzgruppe, die Mädchenförderung	Regelmässiger Austausch, Up to Date sein, eine klare Vorstellung vom Projekt habe, --> der schriftliche Ablauf von den Nachmittagen war gut und gab gute Struktur!	Keine wirklichen Misserfolge. Evt. könnte man hier sagen, dass im Verhältnis zur Projektgrösse sehr viel zeitliche Ressourcen ins Projekt geflossen sind.	Ist für mich schwierig zu beurteilen, da ich in der Vorbereitungsphase nicht gross involviert war, mehr in der Durchführung und das ist sehr gut gelaufen.	Eine Chance ist sicherlich, dass eine Zusammenarbeit mit lokalen Akteuren gefestigt werden kann. Und auch, dass die Mädchenförderung und Mädchenprojekte dadurch angeregt werden.	Verhältnis Aufwand und Ertrag, Nachhaltigkeit.	Unbedingt. Weil es essentiell ist Mädchen Räume zu bieten, in denen sie unter sich sein und sich austauschen können.	Ich könnte mir gut regelmässige Tanzworkshops als Kooperation vorstellen. Es bietet die Chance, dass sich die KjuFA weiter vernetzen kann. Dies gilt ebenfalls für die Jugendlichen. Ausserdem ist Tanz gesundheitsfördernd.	Ich würde liebend gern mitarbeiten und oder die Verantwortung übernehmen. Teamintern ist es wohl jeweils eine Frage von ressourcen und gesetzte Schwerpunkten.
Rahel Hürlimann	Safe Space zum Ausprobieren und Spass zu haben. Vernetzung unter den Mädchen. Kontakt zu einer Zeilgruppe die unvertreten ist	Reger Austausch. Gemeinsame Ideologie.	Der Austauschteil am Anfang hätte strukturierter sein können.	Für ein nächstes Mal, hätte ich gemeinsam den Austausch geplant	Ich sehe auch zukünftig solche Projekte in der KJuFa. Ich wünsche mir, dass zukünftig vermehrt auch Mädchen die KJuFa besuchen.	Die Nachhaltigkeit?	Absolut. Zurzeit kommen primär Jungs in die Jugendfachstelle. Mädchen "Meiden" diesen Ort. Dies muss sich ändern. Es braucht Safe Spaces für Mädchen.	Ja in Workshopform oder in einem Sommerprojekt.	Mitarbeit bis übernehmen.
Moira Müller	Ich fand es super wie die Mädchen Freude hatten am Tanzen und am Beisammensein. Sie waren sehr motiviert! Katharina hat alles super gut vorbereitet, es lief alles wie am Schnürchen.	Ich fand es sehr angenehm das der Ablauf gut geplant war. Wir haben gut kommuniziert wer was machen soll.	Meiner Meinung nach, gab es keinen Misserfolg	Für mich wäre es hilfreich gewesen wäre, zu wissen, was für eine Rolle ich übernehmen soll.	Ich finde es eine gute Möglichkeit neue Zielgruppe zu erreichen. Es ist super um neue Beziehungen aufzubauen.	Es brachte sicherlich viel Aufwand, für das es dann nur eine dreimalige Ausführung gab. Es wäre schön gewesen wenn wir den Mädchen weitere Projekte und Angebote hätten vorstellen können um den Kontakt zu ihnen aufrecht zu erhalten.	JA unbedingt das sehe ich als sehr Sinnvoll! Es ist wichtig Finta* Personen zu stärken und schützen und ihnen einen Raum zu geben, wo sie sich sicher fühlen können. Einen Raum der nicht dominiert wird von männlich sozialisierten Personen	Ja das fände ich schön! Es wäre super ein Angebot zu haben welches mit Bewegung verbunden ist. Bewegung hilft das Körpergefühl und das Selbstbild zu stärken. Das kann in dem Alter sehr hilfreich sein.	Ich hätte Freude daran mitzuarbeiten! Die Organisation traue ich mir weniger zu..

## Auswertung roundabout Leitung

Name	Erfolge des Projektes	Gut gelaufene Aspekte der Zusammenarbeit	Misserfolge des Projektes	Verbesserung in der Zusammenarbeit	Möglichkeiten und Chancen für zukünftige Projekte	Hindernisse für zukünftige Projekte	Interesse an zukünftiger Zusammenarbeit mit KJuFA
Sara-Lisa Ringenberg - Leiterin roundabout	Der Austausch mit Katharina und die Einbeziehung der roundabout Leiterinnen.	Du darfst roundabout jederzeit gerne für Workshops anfragen. Ich finde es super schön, wenn wir unseren Leiterinnen auch externe Möglichkeiten bieten können. Ich schätze es sehr, dass du auf uns zugekommen bist und wir uns über diese Altersgruppe austauschen konnten.	Da ich selbst nicht bei der Umsetzung dabei war, kann ich keine Stellung dazu nehmen. Organisatorisch hat alles super geklappt.	Ich habe nichts zu bemängeln.	Ich würde gerne eine roundabout Gruppe in Münsingen anbieten können. Die ref. Kirchengemeinde ist bereits in Abklärung der Finanzen dafür, falls wir von eurer Jugendarbeit Räumlichkeiten benutzen könnten, wäre das eine super Zusammenarbeit. Zusätzlich sind wir immer offen für weitere Workshops anfragen.		Sehr gerne, siehe Antwort Frage 5.

## Auswertung roundabout Jungleiterinnen

Name	Unterrichtsdaten	Gefallen am Unterricht	Gefallen an Zusammenarbeit	Verbesserungsvorschläge für Unterricht	Verbesserungsvorschläge für Zusammenarbeit	Reaktion der Mädchen	Interesse an weiteren Workshops
Lea Hucková	10.06.2023 24.06.2023	Es hat mir Freude bereitet diese Workshops zu unterrichten und den Kindern etwas mitzugeben.	Die Zusammenarbeit hat sehr gut funktioniert und ich wurde über alles informiert.	Mir persönlich fehlen manchmal die Spiegel, vorallem bei Anfängerinnen, weil ich sie nicht direkt sehe und korrigieren kann.	Nichts	Der grösste Teil der Mädchen waren sehr aufgeweckt und motiviert, einige waren etwas zurückhaltend, trotzdem haben alle mitgemacht und probiert.	Ja , ich denke den Kindern hat es Freude bereitet mit den anderen Kindern zu tanzen und spielen. Plus auch mir hat es Spass gemacht mit beiden Gruppen.
Kasthuri Ganeshraja	17.06.23	Die Freiheit die Stunde so zu gestalten wie ich will.	Gute Kommunikation	-	-	Neugierig und freudig	Ja sehr gerne- war eine tolle Erfahrung

## 8.5. Anhang C

<p><b>ERFOLG</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Viele Teilnehmerinnen, manche nahmen mehrmals Teil</li> <li>- Es wurde ein Safe Space für Mädchen geschaffen zum Ausprobieren und Spass zu haben</li> <li>- Vernetzung unter den Mädchen</li> <li>- Kontakt zu einer Zielgruppe die untervertreten ist</li> <li>- Die Zielgruppe hat sich sehr darauf eingelassen und mitgemacht</li> <li>- Kostenfrei</li> <li>- Partizipation durch Improvisation</li> <li>- Sehr positive Rückmeldungen von den Teilnehmerinnen und deren Eltern</li> <li>- Wir wissen jetzt das der Bedarf vorhanden ist</li> <li>- Es konnten erste Kontakte geknüpft werden</li> <li>- Die Jungleiterinnen hatten Freude am Unterrichten und das sie den Unterricht frei gestalten konnten.</li> <li>- Vernetzung mit einer lokalen Tanzgruppe</li> </ul>	<p><b>MÖGLICHKEITEN/Chancen</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Durch den Tanz erleben die Mädchen Selbstwirksamkeit entwickeln ein gutes Körpergefühl und verbessern ihr Selbstbild. Tanz ist gesundheitsfördernd.</li> <li>- Tanz ist auch ein Zugang, um Beziehungen aufzubauen</li> <li>- Zu den jüngeren Mädchen kann einfacher ein Zugang gefunden werden</li> <li>- Mehr solche Projekte</li> <li>- Mit roundabout könnten neue Projekte entstehen, sie haben viel Erfahrung und Kontakte (Workshops, Sommerprojekt)</li> <li>- Roundabout ist an einer weiteren Zusammenarbeit interessiert, in Form weiterer Projekte wie dieses oder auch um Räumlichkeiten der KJuFA zu Mieten</li> <li>- Die Jungleiterinnen würden gerne weitere Workshops Unterrichten.</li> <li>- Zugang finden zu marginalisierten Mädchen: KJuFA Team muss der Mädchenarbeit wieder Priorität gegen. Zum Beispiel den Kontakt aktiv zu den Eltern suchen und ihnen die KJuFA näherbringen. Aber auch über die Schule und Tagesschule aktiv auf die Mädchen zugehen, mit ihnen gemeinsam mit den Mädchen zur KJuFA gehen und Sie abholen. Über das Angebot «Colibri» über die Eltern Zugang zu der Zielgruppe finden. Ermöglichen das Sie ihre kleinen Geschwister mitnehmen dürfen.</li> <li>- Zurzeit kommen primär Jungs in die Jugendfachstelle. Mädchen "meiden" diesen Ort. Dies muss sich ändern. Es braucht Safe Spaces für Mädchen.</li> </ul>
<p><i>Teamebene:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Reger Austausch</li> <li>- Im Team gleiche Ideologie</li> <li>- Gute Zusammenarbeit und Kommunikation unter der PL und dem PT wie auch den Stakeholder</li> <li>- Die genaue Planung des Ablaufs wurde als angenehm empfunden</li> </ul>	<p><i>Teamebene:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Alle vier Mitarbeiterinnen der KJuFA möchten Mädchenarbeit in der KJuFA wieder aufnehmen und diese entweder Leiten oder daran mitarbeiten.</li> <li>- Verantwortliche aus dem Team gehen neue Mädchen spezifische Projekte an.</li> <li>- Eine Kooperation mit roundabout wird von der KJuFA in Betracht gezogen. Chance weiterer Vernetzung.</li> </ul>

<p><b>Teamebene:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Der erste Teil (Z'Vieri) gemeinsam planen</li> <li>- Rollenklärung des PTs klar definieren</li> <li>- Engere Zusammenarbeit</li> <li>- Für zukünftige Projekte und regelmässige Angebote muss das ganze Team mithelfen</li> </ul>	<p><b>Teamebene:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Der Mädchenarbeit muss im Team einen hohen Stellenwert erlangen und somit auch genügend Ressourcen (u.a. Stellenprozent) zugesprochen bekommen.</li> </ul>
<p><b>MISSERFOLG (was machen wir anders)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Partizipation hat kaum stattgefunden</li> <li>- Allgemein müssen immer Einführungen stattfinden und es braucht mehr Kontext; <ul style="list-style-type: none"> <li>o Was machen wir</li> <li>o Warum machen wir das</li> <li>o Warum ist es wichtig dies zu tun und darüber zu sprechen</li> </ul> </li> <li>- Der erste Teil (Z'Vieri) war herausfordernd für die Teilnehmerinnen, da noch keine Beziehung unter den Mädchen und den Leiterinnen aufgebaut werden konnte</li> <li>- Erlaubnis für Foto und Videos zu veröffentlichen wurde zu spät in die Wege geleitet</li> <li>- Keine Pausen für PL</li> <li>- Technische Probleme</li> <li>- Und teilweise Unsicherheiten Seitens der PL</li> <li>- Raum lieber mit Spiegel die wir abdecken können (Vorhänge)</li> <li>- Verhältnis Aufwand und Ertrag, im Verhältnis zur Projektgrösse sind zu viele zeitliche Ressourcen in die Projektplanung geflossen</li> <li>- Die Eltern sollten auch mehr einbezogen und über die KJuFA informiert werden</li> </ul>	<p><b>HINDERNISSE</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Alters unterschiede können herausfordernd sein</li> <li>- Nachhaltigkeit sichern</li> <li>- Zu wenige Ressourcen für zukünftige Projekte Angebote (Mädchenspezifisch)</li> <li>- Prioritäten setzen</li> </ul>
<p><b>Massnahmen:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- In der Halbjahresplanung Protokoll erfassen (Mädchenarbeit wer übernimmt die Verantwortung)</li> <li>- An der nächsten TS – erzählen Rückblick und Ausblick</li> <li>- Tabellen erstellen mit den erhobenen Daten und für das Team zugänglich abspeichern</li> <li>- RH und CD sind verantwortlich für die Wiederaufnahmen von Mädchenspezifischen Angeboten in der KJuFA</li> </ul> <p><b>Beobachtungen:</b> Ab 12 Jahren Wechsel des Verhaltens – Zurückhaltend, Schüch und unsicher. Wichtig wie die Bewegungen aussehen und das sie «schön» sind.</p>	

## 8.6. Anhang D

### Expert\*innen Interviews - Frageblöcke

Frageblock Schulsozialarbeiter*innen
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Was beschäftigt die Kinder (Mädchen*) die zu dir kommen aktuell am meisten?</li> <li>• Deine Erfahrungswerte bezüglich früheren Workshops? Tipps und Tricks?</li> <li>• Welche Altersklasse würdest du mir Empfehlen?</li> <li>• Was muss ich von den Lehrpersonen/der Schule wissen?</li> <li>• Wie gehe ich am besten auf Sie zu?</li> <li>• Wie komme ich am besten aus deiner Sicht an die Kids heran?</li> <li>• Ist es möglich die Klasse zu trennen bei den Klassenbesuchen?</li> <li>• Wie geht die Schule mit Transgender/Intergeschlechtlichen Kinder um?</li> <li>• Weisst du von geouteten Transgender/Inter* Kinder an der Schule?</li> <li>• Wie ist deine Empfehlung, um Ausschliessung zu vermeiden (Flyer, Werbung Klassenbesuche)</li> </ul>
Frageblock Sara-Lisa Ringenberg
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Was beschäftigt die Kinder (Mädchen*) die zu dir in den Unterricht kommen aktuell am meisten?</li> <li>• Deine Erfahrungswerte bezüglich Projekte Workshops Tipps und Tricks?</li> <li>• Partner*in werden - Wie würde das genau funktionieren? Könntet ihr euch eine Partnerschaft für dieses Projekt vorstellen?</li> <li>• Oder darf ich im Roundabout Werbung machen für das Projekt?</li> <li>• Wie wichtig wäre Ihnen der Bezug zur Kirche in diesem Projekt?</li> <li>• Wie erreiche ich die Mädchen* am besten?</li> <li>• Vernetzung! Welche Vereine &amp; Personen</li> </ul>
Frageblock Professionelle Tanzschaffende
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Was beschäftigt die Kinder (Mädchen) die zu Ihnen in den Unterricht kommen aktuell am meisten?</li> <li>• Eure Erfahrungswerte und Empfehlungen bezüglich früherer Projekte/Workshops etc? Und mit der Thematik Empowerment?</li> <li>• Könntet ihr euch eventuell eine Zusammenarbeit für dieses Projekt vorstellen? Welche Art? Werbung?</li> <li>• Wie erreiche ich die Mädchen ihrer Meinung nach am besten?</li> <li>• Vernetzung! Welche Vereine Und Schlüsselpersonen könnten sie mir weiterempfehlen?</li> <li>• Wäre es möglich die Räumlichkeiten zu mieten / benutzen? (Frage an Fabienne Zubler)</li> </ul>
Frageblock Punkt 12
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Was beschäftigt die Kinder (Mädchen*) die zu dir in den Unterricht kommen aktuell am meisten?</li> <li>• Deine Erfahrungswerte bezüglich Projekte Workshops Tipps und Tricks? Was würden sie mir empfehlen.</li> <li>• Wie erreiche ich die Mädchen* am besten? Auch Marginalisierte Gruppen.</li> <li>• Schreibt ihr die Angebote spezifisch aus für die Zielgruppe (Flyer Mehrsprachig gestalten)</li> <li>• Welche Altersgruppe würdest du mir empfehlen?</li> <li>• Wie geht ihr mit der Thematik Gender um, Erfahrungen? Genderstern? (Weiblich gelesene Menschen)</li> <li>• Transkinder etc. Vernetzung! Welche Vereine Personen</li> </ul>
Frageblock Projektteam Mitglieder der KJuFA
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Was beschäftigt die Kinder (Mädchen*) denen du begegnest aktuell am meisten?</li> <li>• Deine Erfahrungswerte bezüglich früheren Workshops spezifisch auf die Suche von Geldgeber*innen? Tipps und Tricks</li> <li>• Welche Altersklasse würdest du mir Empfehlen?</li> <li>• Wochenende / Ferien / Unter der Woche?</li> <li>• Welche Kapazitäten habt ihr?</li> <li>• Als Projektteam ansehen?</li> <li>• Workshops übernehmen Betreuung.</li> <li>• Wie komme ich am besten aus deiner Sicht an die Kids heran?</li> <li>• Wie geht Münsingen mit Transgender/Intergeschlechtlichen Kinder um?</li> <li>• Weisst du von geouteten Transgender/Inter* Kinder in Münsingen? Wie ist deine Empfehlung, um Ausschliessung zu vermeiden (Flyer Werbung Klassenbesuche)</li> </ul>
Frageblock Mitarbeiter KJuFA
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Was beschäftigt die Kinder (Mädchen*) denen du begegnest aktuell am meisten?</li> <li>• Deine Erfahrungswerte bezüglich früheren Workshops spezifisch auf die Suche von Geldgeber*innen? Tipps und Tricks</li> <li>• Welche Altersklasse würdest du mir Empfehlen?</li> <li>• Welche Kapazitäten hast du? Darf ich dich evt. Einplanen für Unterstützung hinter den Kulissen oder wenn gerade eine Männliche Person gefragt ist?</li> <li>• Wie komme ich am besten aus deiner Sicht an die Kids heran?</li> <li>• Wie geht die Münsingen mit Transgender/Intergeschlechtlichen Kinder um?</li> <li>• Weisst du von geouteten Transgender/Inter* Kinder in Münsingen?</li> <li>• Wie ist deine Empfehlung, um Ausschliessung zu vermeiden (Flyer Werbung Klassen besuche)</li> </ul>



## 8.7. Anhang E

### Ausschnitt Drehbuch

#### Ankommen 10'

Alle verteilen sich auf dem Boden und liegen auf dem Rücken, allein. (Wie ein Stern oder eine Sonne)

- Augen schliessen
- Der ganz Körper wird schwer
- Den Boden unter sich Spüren, Wo berührt der Körper den Boden?
- Bei den Füßen beginnen, Beine, Hüfte, Bauch, Brustkorb, Finger, Arme, Schulter, Kopf. Vorstellen als ob sich der Körper mit schwerem (Sand, Wasser ..) füllt.
- Spüren wie der Körper immer schwerer wird und in den Boden versinkt. Stille, 2 Minuten Max.
- Langsam zurück
- Körper wird immer leichter
- Langsame kleine Bewegungen (Finger Füße)
- Wer will auf die Seite drehen Augen öffnen und ganz langsam aufstehen
- Dort stehen bleiben wo sie sind

#### Aufwärmen durch den Raum 10'

##### «In the room»

- Durch den Raum laufen
- Wo bin ich? Alles aktiv ansehen was sehe ich? Wen sehe ich?
- Allein bleiben, nicht berühren
- Abwechseln: Schneller werden, langsam werden, Körper gross. und lang machen, Körper Kleine gebückt. Ganz locker / steif / schwer / leicht /
- Auf dem Boden kriechen wie dein Lieblingstier
- Und wieder aufstehen
- Rennen durch den Raum
- Gut schauen nicht ineinander
- Stopp anhalten
- Rückwärts laufen langsam
- Und wieder anhalten

#### Aufwärmen Tanzspiele 20'

##### «Stop and go»

- Zur Musik tanzen und wenn die Musik Stoppt Alle Still stehen.
- Ruhig stillstehen
- Drei oder vier Runden
- Einmal kurz nacheinander stoppen

##### «Up and Down»:

- 1x 8 Vom Stand zum Boden tanzen und 1x8 wieder nach oben tanzen.
- Dasselbe: 1x7 1x6 2x5 1x4 1x3 1x2 1x1.

##### «Body cut»:

- Fragen welche Körperteile das es gibt und mit welchem sie tanzen wollen... Verschiedene Bewegungen schnell langsam gross klein weich hart etc.
- Nur mit den Händen tanzen, Arme, Beine, Finger, Kopf etc.