Geschlechtergerechte Gruppenstunden

Grundhaltung für die Gruppenstunden

1. Niemand muss etwas Persönliches erzählen.
Es geht um Situationen und Verhalten, nicht um Outing, Körper, Pubertät oder private Erfahrungen.

2. Wir sprechen über Rollen, nicht über Schuld.
Also nicht: „Jungen sind so“ oder „Mädchen machen das immer“, sondern: „Welche Erwartungen gibt es - und sind die fair?“

3. Ziel ist ein besserer Trupp.
Geschlechtergerechtigkeit wird greifbar, wenn sie mit dem eigenen Gruppenalltag verbunden wird: Dienste, Spiele, Lager, Sprache, Entscheidungen, Grenzen.

1. „Typisch?!“ – Rollenbilder sichtbar machen

Dauer: 30-45 Minuten
Ziel: Kinder erkennen, dass viele Vorstellungen von „typisch Mädchen“ und „typisch Junge“ gelernt sind und einschränken können.
Material: Karten, Stifte, drei Plakate: „typisch Mädchen“, „typisch Junge“, „für alle“

Ablauf

Schreibe Aussagen oder Begriffe auf Karten, zum Beispiel:

- mutig sein
- weinen

- Feuer machen
- trösten
- laut sein
- gut zuhören
- Fußball spielen
- Verantwortung übernehmen
- schön aussehen wollen
- stark sein
- Angst haben
- kochen
- Technik bedienen
- kleine Kinder betreuen
- Anführer*in sein
- Hilfe holen
- sich prügeln
- Nein sagen

Die Kinder legen die Karten spontan auf eines der drei Plakate. Danach schaut ihr gemeinsam: Wo gab es Diskussionen? Welche Karten wurden schnell einsortiert? Welche überraschen?

Reflexion

Mögliche Fragen:

- Warum haben wir manche Dinge automatisch einem Geschlecht zugeordnet?
- Gibt es Dinge, die eigentlich alle können dürfen?
- Was passiert, wenn jemand nicht zu diesen Erwartungen passt?
- Welche Erwartungen nerven euch im Alltag?
- Was wollen wir im Trupp anders machen?

Transfer

Zum Abschluss könnt ihr noch einen Grundsatz für euren Trupp formulieren, zum Beispiel:

Bei uns im Trupp dürfen alle mutig, vorsichtig, laut, leise, stark, traurig, kreativ und abenteuerlustig sein. Typisch Mädchen und typisch Junge gibt es nicht, wir sind Menschen und alle individuell.

2. „Der gerechte Lagerplatz" – Aufgabenverteilung im Zeltlager

Dauer: 45-60 Minuten
Ziel: Geschlechtergerechtigkeit im konkreten Pfadfinderalltag verstehen.
Material: Rollenkarten, Lagerplan, Aufgabenkarten

Ablauf

Die Gruppe bekommt die Aufgabe:

Ihr seid im Sommerlager angekommen. Der Platz muss aufgebaut werden. Wer macht was?

Aufgabenkarten:

- Zelte aufbauen
- Kochen
- Feuerholz holen
- Wasserkanister tragen
- Abwasch
- Material sortieren
- jüngere Kinder trösten
- Banner aufhängen

- Lagerfeuer vorbereiten
- Erste-Hilfe-Tasche checken
- Spiel anleiten
- Klo- und Spüldienst organisieren
- mit der Lagerleitung sprechen
- Nachtwache

Zuerst verteilt die Gruppe die Aufgaben „wie es meistens passiert“. Danach schaut ihr gemeinsam: Wer bekommt eher harte, sichtbare, technische oder coole Aufgaben? Wer bekommt eher Sorge-, Küchen- oder Aufräumaufgaben?

Dann macht ihr eine zweite Runde:

Wie verteilen wir die Aufgaben so, dass alle ausprobieren können, alle Verantwortung übernehmen und niemand in eine Rolle gedrängt wird?

Reflexion

- Welche Aufgaben gelten als „cool“?
- Welche Aufgaben werden wenig gesehen, sind aber wichtig?
- Wer bekommt bei uns im Trupp oft welche Rolle?
- Wie können wir im nächsten Lager gerechter verteilen?

Transfer

Erstellt eine Regel für Truppalltag und Lagersituationen, zum Beispiel:

Dienste werden nicht nach Geschlecht verteilt, sondern rotierend, freiwillig lernend und fair.

3. „Wer wird gesehen?“ – Sprache und Sichtbarkeit

Dauer: 30-45 Minuten
Ziel: Verstehen, warum Sprache wichtig ist, ohne daraus eine trockene

Grammatikstunde zu machen.

Material: kurze Beispielsätze auf Karten

Ablauf

Lies Sätze vor oder lege sie aus:

- „Die Pfadfinder bauen heute das Lager auf."
- „Die Leiter erklären das Spiel."
- „Jeder bringt seine Trinkflasche mit."
- „Die Jungs tragen die schweren Sachen."
- „Die Mädchen dekorieren den Raum."
- „Wer mutig ist, meldet sich als Nachtwache."
- „Alle Pfadfinder*innen entscheiden gemeinsam."

Die Kinder stellen sich jeweils auf einer Linie auf:

„Ich fühle mich mitgemeint" - „Ich fühle mich nicht mitgemeint"

Wichtig: Es gibt kein Richtig oder Falsch. Es geht um Wahrnehmung.

Reflexion

- Bei welchen Sätzen fühlen sich wirklich alle angesprochen?
- Wann entstehen Bilder im Kopf?
- Warum kann Sprache Menschen einladen oder ausschließen?
- Wie wollen wir in unserem Trupp sprechen?

Anschluss-Aufgabe

Die Kinder schreiben typische Sätze um:

- aus „Jeder bringt sein Messer mit" wird: „Alle bringen ihr Messer mit."
- aus „Die Jungs bauen auf" wird: „Das Aufbauteam baut auf."
- aus „Mädchen gegen Jungen" wird: „Team Blau gegen Team Grün."

4. Methoden zur Gruppenfindung

Für viele Spiele brauchen wir Gruppen, die miteinander oder gegeneinander antreten und spielen. Hier sind ein paar Ideen, wie ihr Gruppen mischen könnt und dabei (manchmal auftretende) Geschlechterfragen umgehen könnt.

- Geburtsmonat gerade/ungerade
- Lieblingsfarbe hell/dunkel
- Schuhgröße
- wer zuerst links/rechts stand
- Tierkarten ziehen
- Halstuchknoten ziehen
- Team Blau/Team Grün

5. „Mut ist nicht gleich laut" – Mutbilder erweitern

Dauer: 45 Minuten
Ziel: Rollenbilder rund um Stärke, Mut und Verletzlichkeit aufbrechen.
Material: Karten mit Situationen

Ablauf

Lege Situationen aus:

- Ich sage, dass ich Angst habe.
- Ich traue mich, eine Gruppe anzuleiten.
- Ich hole Hilfe, wenn jemand verletzt ist.
- Ich sage Nein bei einem Spiel, das mir unangenehm ist.
- Ich entschuldige mich.
- Ich weine vor anderen.
- Ich widerspreche, wenn jemand ausgelacht wird.
- Ich gebe zu, dass ich etwas nicht kann.

- Ich probiere etwas Neues aus.
- Ich lasse jemand anderem den Vortritt.

Die Kinder sortieren:

„mutig“ - „nicht mutig“ - „kommt drauf an“

Danach besprecht ihr: Welche Arten von Mut werden bei Jungen eher erwartet? Welche bei Mädchen? Welche fehlen oft?

Reflexion

- Was wird im Trupp als mutig gefeiert?
- Wird leiser Mut auch gesehen?
- Wer darf bei uns Angst zeigen?
- Wie reagieren wir, wenn jemand Grenzen setzt?

Transfer

Jede*r zieht eine Karte und ergänzt:

Mut kann auch bedeuten, dass ich …

6. „Grenzen-Ampel" – Nähe, Respekt und Einverständnis

Dauer: 45-60 Minuten
Ziel: Sensibilisierung für Grenzen, ohne sexualpädagogisch zu werden.
Material: rote, gelbe, grüne Karten

Ablauf

Du liest Alltagssituationen vor. Die Kinder halten hoch:

- **Grün:** voll okay
- **Gelb:** kommt drauf an
- **Rot:** nicht okay

Situationen:

- Jemand nimmt ungefragt dein Halstuch.
- Eine Person umarmt dich zur Begrüßung.
- Im Spiel wird jemand „aus Spaß“ festgehalten.
- Jemand macht einen Spruch über deine Kleidung.
- Jemand sagt: „Du spielst wie ein Mädchen.“
- Jemand will nicht beim Raufen mitmachen.
- Eine Person wird beim Umziehen gestört.
- Jemand sagt: „Stell dich nicht so an.“
- Jemand fragt: „Ist eine Umarmung okay?“
- Jemand hört auf, sobald du Nein sagst.

Reflexion

- Warum ist „kommt drauf an“ so wichtig?
- Woran merke ich, dass jemand etwas nicht möchte?
- Was kann ich sagen, wenn mir etwas unangenehm ist?
- Was mache ich, wenn jemand meine Grenze nicht respektiert?

Transfer

Mein Körper, meine Sachen, meine Grenzen. Dein Körper, deine Sachen, deine Grenzen.

7. „Spruch-Detektiv*innen" – diskriminierende Sprüche erkennen

Dauer: 30-45 Minuten
Ziel: Kinder üben, abwertende Alltagssprache zu erkennen und zu unterbrechen.
Material: Spruchkarten

Ablauf

Die Gruppe bekommt Spruchkarten:

- „Du wirfst wie ein Mädchen."
- „Jungs weinen nicht."
- „Mädchen sind halt zickig."
- „Das ist nichts für Mädchen."
- „Sei ein Mann."
- „Du bist voll schwul."
- „Das ist voll schwul."
- „Das können Jungs besser."
- „Mädchen sind ordentlicher."
- „Du bist kein richtiges Mädchen."
- „Du bist kein richtiger Junge."

Die Kinder arbeiten in Kleingruppen:

- Was ist daran verletzend oder unfair?
- Was könnte man stattdessen sagen?
- Wie kann ich reagieren, ohne gleich einen riesigen Streit anzufangen?

Reaktionssätze sammeln

Zum Beispiel:

- „Lass uns das ohne Beleidigung sagen."
- „Das hat nichts mit Mädchen oder Jungen zu tun."
- „Bei uns können das alle lernen."
- „Der Spruch ist nicht cool."
- „Sag lieber, was du wirklich meinst."
- „Stopp, das ist abwertend."

Variante als Spiel

Eine Gruppe liest einen Spruch vor, die andere muss innerhalb von 20 Sekunden eine faire Antwort finden.

8. „Held*innen-Galerie" – Vorbilder vielfältig denken

Dauer: 45-60 Minuten
Ziel: Kinder erkennen, dass Stärke, Mut, Fürsorge, Technik, Leitung und Kreativität nicht an Geschlecht hängen.
Material: Plakate, Stifte, ggf. Bilder von Persönlichkeiten

Ablauf

Die Kinder sammeln Vorbilder aus:

- Filmen/Serien
- Sport
- Schule
- Familie
- Pfadfinden
- Geschichte
- Musik
- Social Media
- eigenen Erfahrungen

Dann ordnen sie Eigenschaften zu:

- mutig
- klug
- fürsorglich
- stark
- kreativ
- gerecht
- laut
- ruhig
- technisch
- abenteuerlustig
- beschützend
- verletzlich
- führungsstark

Reflexion

- Welche Eigenschaften werden oft Männern zugeschrieben?
- Welche Eigenschaften werden oft Frauen zugeschrieben?
- Welche Vorbilder brechen diese Erwartungen?
- Welche Eigenschaften brauchen wir im Trupp?

Abschluss

Jede*r gestaltet eine kleine Karte:

Eine Eigenschaft, die ich im Trupp stärker zeigen möchte, ist …

9. „Der Trupp-Check" – Wie gerecht sind wir eigentlich?

Dauer: 45 Minuten
Ziel: Den eigenen Trupp konkret reflektieren.
Material: Plakat mit Skala 1-5

Ablauf

Die Kinder bewerten anonym oder mit Klebepunkten Aussagen:

1 = stimmt gar nicht
5 = stimmt voll

Aussagen:

- Bei uns dürfen alle alle Aufgaben ausprobieren.
- Bei uns werden Mädchen und Jungen gleich ernst genommen.
- Bei uns wird niemand wegen Kleidung, Verhalten oder Aussehen ausgelacht.
- Bei uns dürfen alle Nein sagen.
- Bei uns werden Gruppen fair eingeteilt.
- Bei uns gibt es keine Sprüche wie „typisch Mädchen" oder „typisch Junge".
- Bei uns werden alle gehört.
- Bei uns dürfen alle stark sein.
- Bei uns dürfen alle unsicher sein.
- Bei uns achten Leiter*innen auf faire Beteiligung.

Reflexion

Nicht jede Bewertung muss laut erklärt werden. Wichtig ist:

- Wo sind wir schon gut?
- Wo wollen wir besser werden?

- Was nehmen wir uns für die nächsten vier Wochen vor?

Transfer

Formuliert ein Ziel für die gemeinsame Zeit im Trupp, zum Beispiel:

In den nächsten vier Gruppenstunden achten wir darauf, dass bei Spielen und Aufgaben nicht nach Geschlecht eingeteilt wird.

Oder:

Wir führen einen rotierenden Lagerdienstplan ein, bei dem alle alles ausprobieren.

„Abenteuer gerecht!" – Stationenlauf

Dauer: 75-90 Minuten
Ziel: Mehrere Aspekte spielerisch verbinden.
Material: Stationenkarten

Station 1: Typisch oder Quatsch?

Kinder sortieren Begriffe nach „für Mädchen", „für Jungen", „für alle" und diskutieren kurz.

Station 2: Faire Dienste

Sie planen einen Lagerdienstplan, bei dem alle verschiedene Aufgaben übernehmen.

Station 3: Spruch-Stopp

Sie ziehen Spruchkarten und finden faire Reaktionen.

Station 4: Grenzen-Ampel

Sie bewerten Situationen mit rot, gelb, grün.

Station 5: Held*innen-Karte

Sie gestalten eine Karte zu einer Person, die Rollenbilder aufbricht.

Gemeinsamer Abschluss

Jede Gruppe bringt eine Erkenntnis mit:

Eine Sache, die wir im Trupp gerechter machen können, ist …

Vorschlag für eine kleine Gruppenstunden-Reihe

Gruppenstunde 1: „Typisch Mädchen, typisch Junge – oder typisch Mensch?"

Methoden: „Typisch?!" + Spruch-Detektiv*innen
Ziel: Rollenbilder und Sprüche erkennen.

Gruppenstunde 2: „Unser Trupp im Check"

Methoden: Gerechter Lagerplatz + Trupp-Check
Ziel: Den eigenen Gruppenalltag anschauen.

Gruppenstunde 3: „Grenzen, Mut und Respekt"

Methoden: Mut ist nicht gleich laut + Grenzen-Ampel
Ziel: Grenzen achten, unterschiedliche Formen von Stärke anerkennen.

Gruppenstunde 4: „Abenteuer gerecht!"

Methoden: Stationenlauf
Ziel: Konkrete Regeln für den Trupp entwickeln.

Kleine Formulierungen für Leiter*innen

- „Alle dürfen alles ausprobieren."
- „**Typisch Mädchen oder typisch Junge gibt es nicht.** Ihr seid alle wertvoll, wie ihr seid."
- „Ein Spruch kann verletzen, auch wenn er lustig gemeint war."
- „Bei uns zählt, was jemand kann, lernen möchte oder braucht - nicht das Geschlecht."
- „Nein sagen ist okay."
- „Mut sieht nicht bei allen gleich aus."
- „Gerecht ist nicht immer, dass alle das Gleiche machen, sondern dass alle faire Chancen haben."

Wichtige Stolperfallen

Ich würde vermeiden:

- „Mädchen gegen Jungen"-Spiele als Einstieg.
- Kinder nach Geschlecht aufzustellen.
- Kinder zu fragen, ob sie sich als Junge/Mädchen/divers fühlen.
- persönliche Outing- oder Pubertätsfragen.
- moralische Vorträge.
- einzelne Kinder als Beispiel für Vielfalt zu benutzen.
- Diskussionen nach dem Muster: „Darf man das heute überhaupt noch sagen?"

Besser ist:

Wir schauen, wie unser Trupp für alle ein guter Ort sein kann.

Das ist niedrigschwellig, pfadfinderisch und für Jungpfadfinder*innen gut anschlussfähig.