

Das MFM-Projekt®

Ein sexualpädagogisches Präventionsprojekt für Mädchen und Jungen unter Einbeziehung der Eltern.

MFM-Projekt-Zentrale München
Rotwandstr. 14
D-82178 Puchheim
Tel. 089 / 89026168
Fax. 089 / 89026169
info@mfm-projekt.de
www.mfm-projekt.de

Stand: Febr.2007

Projekt:

Projektidee

Wie Mädchen und Jungen ihren eigenen Körper erleben und bewerten, hat großen Einfluss auf ihr Selbstbild und ihr Lebensgefühl. Sich als Frau oder als Mann zu bejahen, ist eine der entscheidenden Entwicklungsaufgaben junger Menschen.

Innovation in der Sexualpädagogik:

Die **Wertschätzung** des eigenen Körpers ist Grundvoraussetzung für einen verantwortungsvollen Umgang mit Gesundheit, Fruchtbarkeit und Sexualität und damit **Grundlage jeglicher Prävention**

Unser Leitgedanke:

***Nur was ich schätze,
kann ich schützen!***



Projekt:

Projektziel

Deshalb gilt:

- **Vorbereitung ist alles!**

Altersgerechte, geschlechtsspezifische, Vorbereitung bereits *vor* bzw. zu Beginn der Pubertät (9 -12 Jahre)

- **Emotionaler Bezug**

Durch die liebevolle, anschauliche Darstellung des Körpergeschehens wird neben dem Verstand vor allem *das Gefühl und alle Sinne* angesprochen.

Wertschätzung ist „Herzenssache“

- **Bescheid wissen**

Stärkung der Körperkompetenz durch neue Informationen zum Körpergeschehen, die leider noch nicht zum Allgemeinwissen gehören, sowie durch Eigenerfahrung



Projekt:

Angebot und Zielgruppe

- **Workshop für junge Mädchen** (10-12 Jahre)
 - „Die Zyklusshow - dem Geheimcode meines Körpers auf der Spur“
- **Im Aufbau: Workshop für Jungen**
 - (9-12 Jahre)
 - „Agenten auf dem Weg...“
- **Vortrag für Eltern und Erwachsene in Erziehungsfunktionen**
 - „Nur was ich schätze, kann ich schützen!
Zyklusshow und Agentenspiel als neue Zugänge zu den körperlichen Veränderungen in der Pubertät“
- **Ausbildung von MitarbeiterInnen**



Veranstaltungsformen

- **Schulveranstaltung**

Alle Schularten

Dauer: Ein ganzer Schulfvormittag (6 Schulstunden) oder Samstags auf freiwilliger Basis

- **Außerschulische Veranstaltung**

Bildungseinrichtungen und Pfarreien

(VHS, Jugend-, Mädchen-, Familienzentren u.ä.)

Beratungsstellen (SKF, Caritas, Donum Vitae, Pro Familia, Diakonisches Werk u.ä.)

Dauer: Ganztagesveranstaltung von 10-16 Uhr, Samstags oder in den Ferien, die letzte Stunde auf Wunsch mit den Eltern.



Projekt:

Träger und Organisationsstruktur

- **Träger**

- Bisher Fachbereiche Ehe und Familie verschiedener deutscher Diözesen

- **Projektleitung**

- Sitz in München
- Dr. med. Elisabeth Raith-Paula,
- gleichzeitig Initiatorin des Projekts



- **13 Regionale Projektzentralen**

- Bisher in den Diözesen München-Freising, Augsburg, Regensburg, Passau, Eichstätt, Würzburg, Bamberg, Rottenburg-Stuttgart, Freiburg, Köln, Mainz, Dresden-Meißen und Berlin

- **520 MitarbeiterInnen** (Stand Ende 2006)

- Freie HonorarmitarbeiterInnen, meist aus pädagogischen, sozialen oder medizinischen Berufen
- MitarbeiterInnen aus Schwangerschaftsberatungsstellen

Workshop:

„Die Zyklusshow[®] –

Dem Geheimcode meines Körpers auf der Spur.....“

Das Zyklusgeschehen im Körper der Frau wird in sehr anschaulicher, mädchengerechter, liebevoller Weise mit einer wertschätzenden Sprache, farbenfrohen Materialien, bunten Tüchern, Musik und Spielen dargestellt. Dabei schlüpfen die Mädchen selbst in die Rolle der Hormone und erleben im ersten Teil hautnah, wie die „Frühlingsboten“, die „Östrogen-Freundinnen“, die „Eisprungshelfer“ und das „Progesteron-Team“ die *Bühne des Lebens* im Körper der Frau auf das „große Finale“ vorbereiten, wenn die „Gleichung des Lebens“ (Samenzelle + Eizelle = Neues Leben) Wirklichkeit wird und Kind entsteht.



Workshop:

„Die Zyklusshow® – Dem Geheimcode meines Körpers auf der Spur....“



Im zweiten Teil erleben sie, wie ihre *besten Freundinnen*, die Östrogene, sie in der Pubertät in eine Frau verwandeln und wie auch in ihrem Körper in jedem Zyklus neu *Luxussuiten* für einen großen Gast vorbereitet werden. Kommt er nicht, wird – wie in der Natur - nicht getrauert und nicht gespart: jeder neue Gast bekommt nagelneue Luxussuiten, die unbenützten fließen als Zeichen des Reichtums und Überflusses, als das „*kleine Finale der Zyklusshow*“, die Menstruationsblutung, aus dem Körper.

Die Mädchen entschlüsseln die verschiedenen Geheimcodes in ihrem Körper, z.B. den „*Zaubertrank*“ (Weißfluss, Zervixschleim), und werden eingestimmt auf ihre erste Blutung und wie man damit umgeht (Menstruationshygiene).

Workshop: „Agenten auf dem Weg.....“

Weiterentwicklung des MFM-Projektes: Das neue Jungenprojekt:

Nachdem das Mädchenprojekt mit so großem Erfolg eingeführt wurde, wurde der Ruf nach einem analogen Projekt für Jungen immer lauter. Und das zurecht: Wirkliche Prävention kann erst durch *gegenseitige Wertschätzung* gelingen.



Als Spezialagenten schlüpfen die Jungen in die Rolle der Samenzellen und machen sich in einem Stationenspiel auf die abenteuerliche Reise durch den männlichen Körper. Dabei wird die Entwicklung der Samenzellen im eigenen Körper sowie das Zeugungs- und Befruchtungsgeschehen im

Workshop: „Agenten auf dem Weg.....“

„Land des Lebens“, dem Körper der Frau, mit allen Sinnen, anschaulich und jugengerecht nacherlebt.

Im zweiten Workshopabschnitt „happy man“ erfahren die Jungen von den Veränderungen ihres Körpers in der Pubertät.



Das Jungenprojekt ist noch im Aufbau begriffen und kann nur in einigen Regionen angeboten werden.

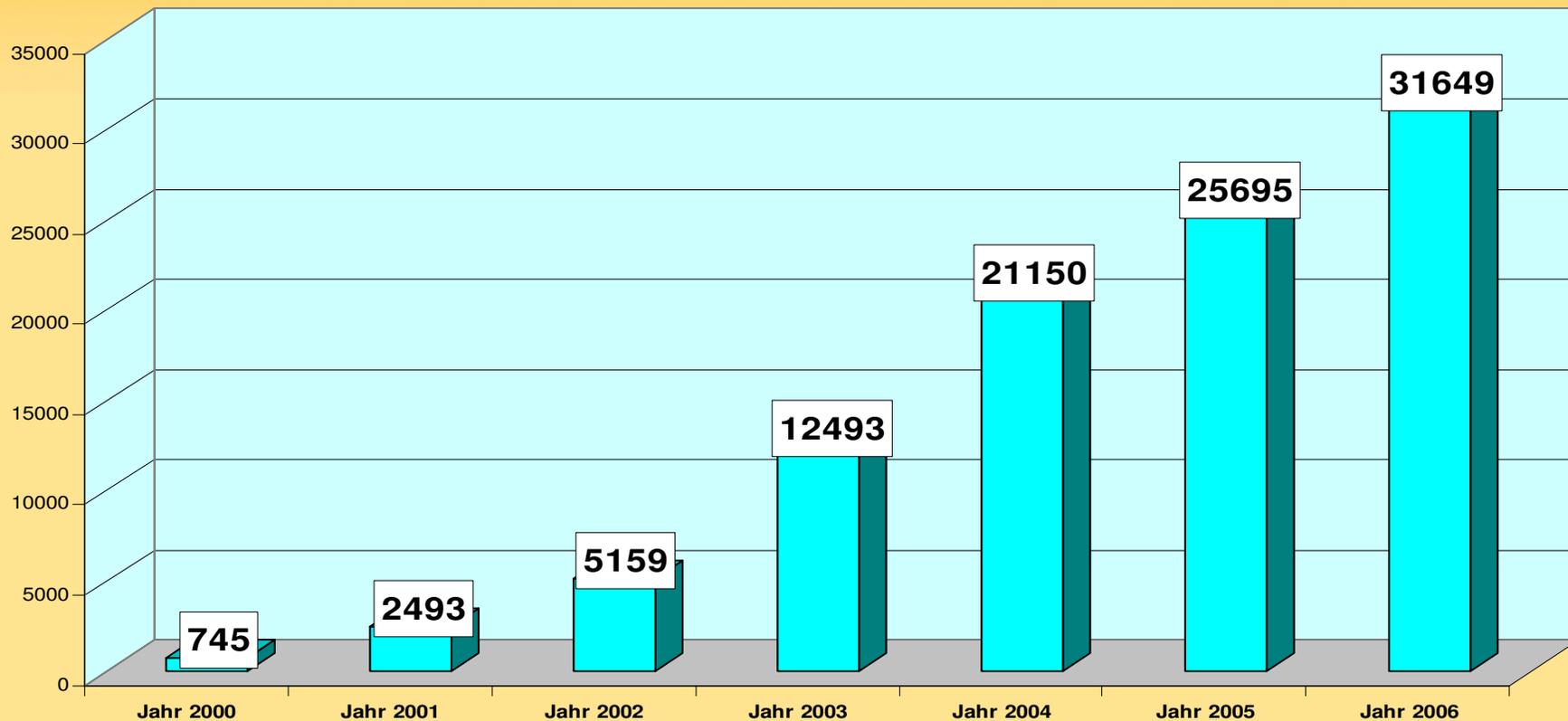
Weitere Daten

- **Gründung**
 - **1999 mit dem Mädchenprojekt im Fachbereich Ehe und Familie der Erzdiözese München-Freising in Kooperation mit der bayerischen AIDS-Stiftung, Verein zur Gesundheitsförderung e.V.**
- **Verbreitung**
 - **Bundesweit mit Schwerpunkt in Bayern und Baden-Württemberg, darüber hinaus auch in Österreich, in der Schweiz, in Frankreich und Belgien und Ungarn**
- **Finanzierung**
 - **Ein großer Anteil der Projektarbeit erfolgt *ehrenamtlich***
 - **MitarbeiterInnen erhalten Aufwandsentschädigung für ihre Projektangebote durch Auftraggeber oder Sponsoren**
 - **Regionale Projektzentralen werden von den jeweiligen Diözesen unterstützt**
 - **Dringend gesucht: Sponsoren für Workshops, insbesondere für Hauptschulen, für wissenschaftliche Begleitstudien und Sachleistungen**

Perspektiven:

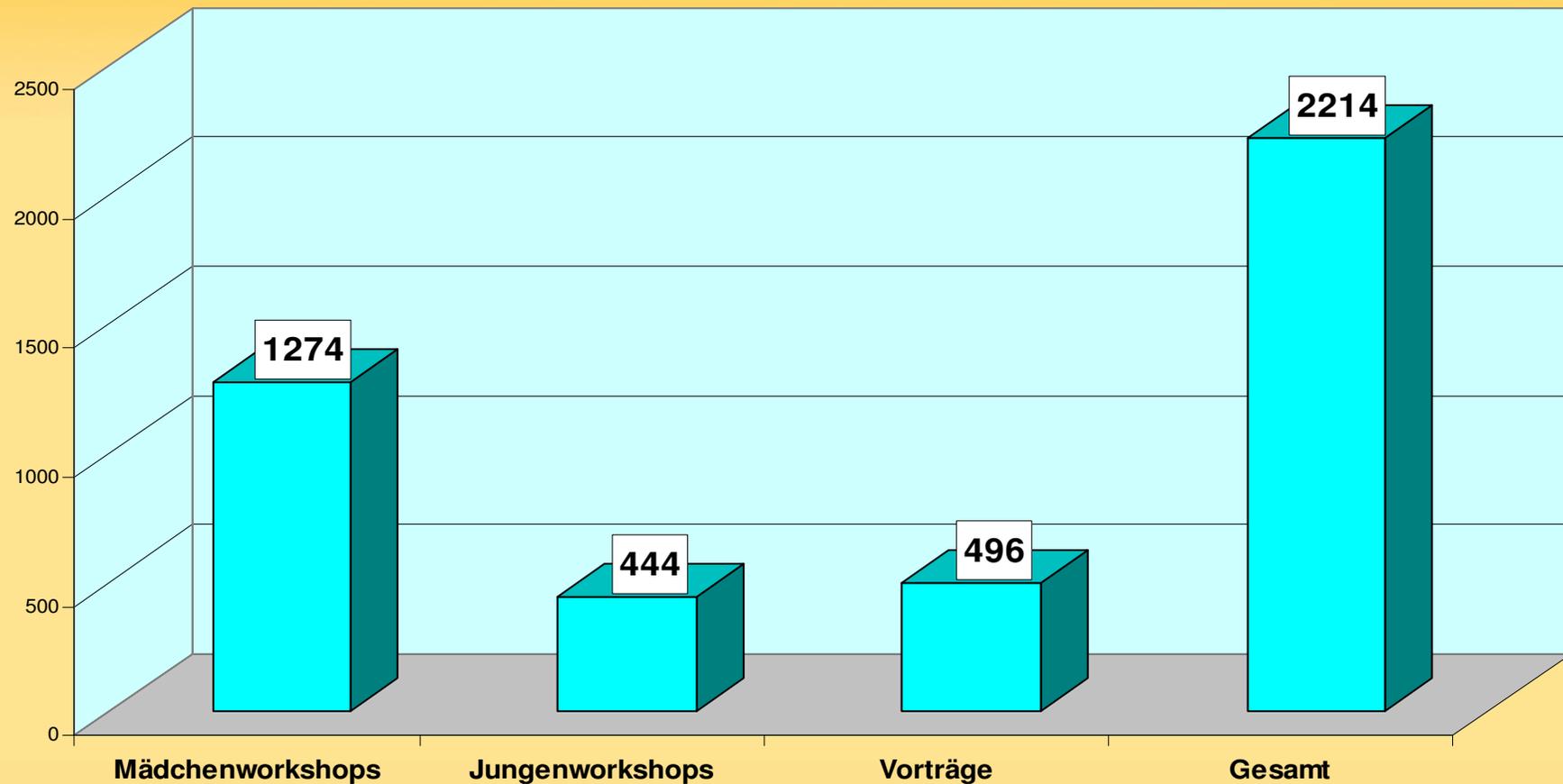
Entwicklung und derzeitiger Stand

Entwicklung der Teilnehmerzahlen an MFM-Projekt-Veranstaltungen von 2000 – 2006 (Gesamt: 99.384)



Entwicklung und derzeitiger Stand

Anzahl der MFM-Projekt-Veranstaltungen 2006 in Deutschland



Perspektiven:

Auszeichnungen und Evaluation

- Bayerischer Gesundheitsförderungs- und Präventionspreis 2002
- Stipendium bei startsocial 2004 (www.startsocial.de)
- Evaluation (**3000 Mädchen**)
 - Jede Workshopteilnehmerin füllt am Ende der Veranstaltung einen Evaluationsbogen aus.
 - **Hat dir der Workshop geholfen, deinen Körper besser zu verstehen?**
91% antworten „sehr viel“ oder „viel“
 - **Wie geht es dir jetzt, wenn du an deine erste Blutung denkst?**
72% antworten: „Ich finde es ganz normal und o.k.“
19% antworten: „Ich freue mich jetzt richtig auf meine erste Blutung“
Häufigste offene Antworten: „Ich habe keine Angst mehr“, „Jetzt weiß ich Bescheid“
 - **Wie hat dir der Workshop gefallen?**
71,5% antworten: „es war super“
26% antworten: „gut“

Herzlichen Dank für deine Mithilfe!

© MFM-Projekt 2005

GLÜCKSELIGKEIT!

Perspektiven: **Visionen**

Positiver Einstieg in die Pubertät für alle

Flächendeckendes, kostengünstiges Workshopangebot
für alle Mädchen und Jungen
Integration in den Schullehrplan

Wertschätzung als „Grundprävention“

Anstoß eines gesellschaftlichen Umdenkungsprozesses
(Sexualaufklärung, Medien, Hygienewerbung, etc.)

Echte Körperkompetenz als Einsparungsfaktor im Gesundheitswesen

Bescheidwissen über die körperlichen Vorgänge und
Stärkung des Selbstwertgefühls durch Wertschätzung
haben positiven Einfluss auf:

- Menstruationsbeschwerden und viele andere,
auch psychosomatische „Frauenleiden“
- Anzahl der ungeplanten Schwangerschaften und Abtreibungen
- Ess-Störungen
- Sexuell übertragbare Krankheiten u.v.m.



Ein Buchtipp zum Schluss:

“Was ist los in meinem Körper?”

Das Buch zum MFM-Projekt : Pattloch-Verlag
ISBN: 3-629-01288-4 12.90 Euro

Vielen Dank für Ihre
Aufmerksamkeit!



MFM-Projekt-Leitung
Erzdiözese München-Freising
Dr. med. Elisabeth Raith-Paula
Rotwandstr. 14
D-82178 Puchheim
Tel. 089 / 89026168
Fax. 089 / 89026169
info@mfm-projekt.de
www.mfm-projekt.de

Spendenkonto: Liga-Bank
Erzdiözese München-Freising/MFM-
Projekt
Kto-Nr. 2317389 BLZ: 750 90 300
Stichwort: MFM-Projekt