

I. Konzept roundabout (Kurzfassung)

Blaues Kreuz Prävention und Gesundheitsförderung

roundabout®



I.1. Einleitung

roundabout ist ein Mädchenspezifisches Gesundheitsförderungs- und Präventionsangebot im Kinder- und Jugendbereich, welches Streetdance-Tanzgruppen für Mädchen zwischen 8 und 11 Jahren und junge Frauen zwischen 12 und 20 anbietet. Die kids- und youth-Gruppen bilden das gesamtschweizerische Tanznetzwerk roundabout.

roundabout steht für „Verkehrskreisel“ und symbolisiert, dass Mädchen und junge Frauen aus verschiedenen Richtungen kommen und auch wieder unterschiedliche Wege gehen werden. Bei roundabout gibt es allerdings eine Zeit der Gemeinsamkeit, in welcher man sich zusammen um Streetdance und Themen wie Identität, Werte, Erwachsen- und Frauwerden, Schönheit, Genuss und Sucht, bewegt.

I.2. Zielgruppen

Da in verschiedenen Untersuchungen festgestellt wurde, dass sich Knaben allgemein mehr bewegen als Mädchen (vgl. ausführliche Version Konzept roundabout), macht es Sinn, eine Mädchenspezifische, sportlich ausgerichtete Aktivität anzubieten.

roundabout ist allen Mädchen jedes Kulturkreises und jeder sozialen Schicht zugänglich. Junge Frauen, die bereits von gesundheitsschädigendem Verhalten betroffen sind, sei dies im Bereich der Ernährung, des Suchtmittelkonsums oder psychischer Probleme, sind ebenso willkommen wie Mädchen, die eine gesunde Lebensführung pflegen. roundabout kann allerdings für schwerwiegende psychische oder physische Probleme keine spezifische Behandlung oder Therapie ersetzen.

1.1 roundabout kids: Mädchen von 8 bis 11 Jahren

Gemäss Decurtins (2006) setzt heutzutage die geschlechtsspezifische Entwicklung bei Mädchen schon früher ein als noch vor einigen Jahren. Schon im Primarschulalter sind Schönheit, Körper und Selbstwert ein Thema. Durch die Kombination von Tanz und gemütlichem Teil wird den Mädchen sowohl Bewegung wie auch ein geschützter Raum für Austausch geboten. Zusätzlich wird bei roundabout viel Wert auf die Vorbildfunktion der Leiterinnen gelegt. Mit der Möglichkeit ab 12 Jahren in eine roundabout youth-Gruppe für 12 bis 20-Jährige zu wechseln, kann die Freude am Tanzen und an der Bewegung längerfristig gefördert werden.

1.2 roundabout youth: Junge Frauen von 12 bis 20 Jahren

Jungen Frauen kann es im Teenageralter schwerer fallen, Raum, Zeit und Aufmerksamkeit für sich selbst in Anspruch zu nehmen. roundabout bietet jungen Frauen einen Ort, wo sie ganz unter sich sind und ihnen die ganze Aufmerksamkeit der Bezugspersonen zukommt. Einen Ort, wo sie sich keine Gedanken über die Anerkennung des anderen Geschlechts machen müssen, sondern sich ganz um ihre Mädchenspezifischen Themen und Anliegen kümmern können. Insbesondere beim Tanzen braucht es für sie weniger Überwindung und Mut sich zu zeigen, wenn keine Jungen da sind. In dieser Zeit, in der das andere Geschlecht interessant wird, ist es hilfreich, regelmässigen Austausch und verlässliche Frauenfreundschaften zu haben.

I.3. Ziele

roundabout will Mädchen und junge Frauen in ihrer Einzigartigkeit unterstützen und sie dazu ermutigen, sich und ihren Körper zu schätzen. Dazu werden ihre persönlichen und sozialen Ressourcen gefordert und gefördert. roundabout möchte konkret folgende Ziele erreichen:

Mädchen und junge Frauen bei roundabout

- sind regelmässig und gerne körperlich aktiv.
- akzeptieren und schätzen ihren Körper.
- sind in eine Gruppe integriert und pflegen Freundschaften.
- pflegen einen wertschätzenden zwischenmenschlichen Umgang und sind bereit, Konflikte zu thematisieren und sich mit diesen auseinanderzusetzen.
- entwickeln ein gesundes Selbstbewusstsein, das sie vor gesundheitsschädigendem Verhalten bewahrt.
- üben sich in Eigenverantwortlichkeit.

I.4. Grundlagen Prävention und Früherkennung

roundabout betreibt Prävention im Sinne von Martin Hafen (2007), welcher Prävention als Versuch versteht, zukünftige Probleme bei unbestimmten Personen zu verhindern. So soll z.B. durch den sozialen Austausch, die Gruppenzugehörigkeit, die Vorbildfunktion der Leiterin und das körperliche Training verhindert werden, dass gesundheitsschädigende Verhaltensweisen wie Ernährungsstörungen, Suchtmittelkonsum oder Gewalt für die Jugendlichen zu einer attraktiven Lebensgestaltung, respektive einer Problemlösungsstrategie werden.

roundabout kann auch Früherkennung leisten, die M. Hafen als das Erkennen von Anzeichen für zukünftige Probleme bei bestimmten Personen und der Einleitung geeigneter Massnahmen zur Behandlung dieser Anzeichen, versteht. Im Verdachtsfall nehmen die Gruppenleiterinnen Kontakt mit der kantonalen Leiterin auf. Die kantonale Leiterin berät die Gruppenleiterin, bespricht mit ihr das weitere Vorgehen und verweist auf Hilfsangebote. Die Gruppenleiterin kann die Person auch selber diskret ansprechen und auf das Hilfsangebot der Darbotenen Hand hinweisen.¹

I.5. Aufbau und Struktur

Organisation Netzwerk

roundabout kids und roundabout youth werden in verschiedenen Kantonen vom jeweiligen Mitgliederverband des Blauen Kreuzes Prävention und Gesundheitsförderung angeboten. Heute gibt es in der Deutschschweiz rund 90 roundabout-Gruppen. Das roundabout-Netzwerk ist dreifach gegliedert:

Vor Ort: Die roundabout-Gruppe ist vor Ort einer Partnerorganisation angeschlossen, mit welcher der Mitgliederverband eine Lizenzvereinbarung unterhält. Die Gruppe wird vom örtlichen Partner unterstützt und in der Jugendarbeit vernetzt. Für jede Gruppe werden Leiterinnen gesucht, die das Tanztraining leiten, die Gruppe an Auftritte begleiten und sich mit der

¹ Behilflich kann ihnen dabei das Basiskonzept Früherkennung / Frühintervention sein, welches vom Blauen Kreuz Prävention und Gesundheitsförderung hierzu erstellt wurde. Bei Notfällen steht allen Leiterinnen das KiK (Krisen-Interventionskonzept mit Telefonhotline) zur Verfügung.

Partnerorganisation, der kantonalen Leitung und den anderen roundabout-Leiterinnen des Kantons vernetzen. Die Leitung einer roundabout-Gruppe ist grundsätzlich Freiwilligenarbeit.

Kantonal: Die roundabout-Gruppen und -Leiterinnen werden von der kantonalen roundabout-Leitung des Mitgliederverbandes betreut und begleitet. Die kantonale Leitung ist auch beim Aufbau der Gruppe beteiligt und für die Qualitätssicherung und Vernetzung auf kantonaler Ebene zuständig.

National: Die gesamtschweizerischen Angebote von roundabout, wie z.B. Schulungen für Leiterinnen oder Events für alle Gruppen, werden von einer nationalen roundabout-Leiterin koordiniert. Die nationale Leiterin trifft sich regelmässig mit den kantonalen Leiterinnen in der Koordinationsgruppe (Kernteam), wo an der Weiterentwicklung des Angebotes und der Qualitätssicherung gearbeitet wird.

Somit ist roundabout ein Streetdance-Netzwerk, das Teilnehmerinnen kantonsübergreifend den Austausch mit anderen Mädchen und jungen Frauen ermöglicht. Treffen an Schulungen oder nationalen Events fördern die Vernetzung. Durch das (Deutsch-) Schweiz weite Angebot ist es Teilnehmerinnen und Leiterinnen bei einem Wohnortwechsel leicht möglich, in einer neuen Gruppe weiterhin zu tanzen und sich am neuen Wohnort zu integrieren.

Wöchentliches Training

roundabout kids: Das roundabout kids-Training besteht aus einem tänzerischen Teil von 50 Minuten und einem gemütlichen Teil von 25 Minuten. Sowohl das Warm up als auch die Choreografien sind den Bedürfnissen und Möglichkeiten von Kindern angepasst. Während des gemütlichen Teils, wo ein abwechslungsreicher Mix aus gesunden Nahrungsmitteln wie Früchten, Gemüse und gängigen Snacks wie Keksen, Brot, Salzstängeli, Schokolade, o.ä. angeboten wird, ist zudem Platz für Spiele und Gespräche.

roundabout youth: Die wöchentlichen Trainings² der roundabout-Gruppen bestehen aus einer Stunde Streetdance und einem anschliessenden gemütlichen Teil, wo man eine halbe Stunde bei Snacks und Getränken zusammen plaudert. Im tänzerischen Teil werden die körperliche Aktivität und ein gesunder Umgang mit dem sich in dieser Altersphase verändernden Körper gefördert. Durch den gemütlichen Teil wird betont, dass Essen zum Sport gehört und genossen werden darf und soll. Der gemütliche Teil des Abends bietet den Mädchen zudem die Möglichkeit, sich auszutauschen und Freundschaften zu knüpfen. Erfahrungsgemäss können dabei brisante Themen aufkommen. Die Leiterinnen sind als Gesprächspartnerinnen da und nehmen Impulse wahr, welche explizit aufgegriffen und in der ganzen Gruppe diskutiert werden können. Dieser Teil des Abends fördert die Identifikation mit der Gruppe und dem Netzwerk.

Gruppenkasse

Die Teilnehmerinnen einer roundabout-Gruppe zahlen pro Quartal einen Teilnehmerbeitrag in eine Gruppenkasse, aus der jeweils die Snacks und Getränke für den gemütlichen Teil des Trainings gekauft werden. Ebenfalls werden damit die Spesen der Leiterinnen beglichen, wenn diese an einer roundabout-Schulung teilnehmen. Es können aber auch Auftrittskleider oder spezielle Anlässe der Gruppe wie ein Kinoabend, ein Veranstaltungsbesuch, usw. daraus finanziert werden. Die Verwendung der Gelder geschieht in Absprache mit der Gruppe.

² In den Schulferien findet in der Regel kein Training statt.

I.6. Arbeitsweise

Streetdance

Streetdance ist ein Überbegriff für verschiedene Tanzstile aus der HipHop Kultur. „HipHop ist cool!“ Und cool sein wollen viele junge Frauen. Dieser Tanzstil zieht sie an. Das wurde in den Evaluationen von roundabout 2004 und 2012 bestätigt. Der Grundgedanke dieser Szene ist, sich mittels Kreativität anstatt mittels Gewalt zu messen. Die Spannweite dieser Kultur bewegt sich in der Schweiz über HipHop Musik, Rap, Breakdance bis zu Spraysen, Beatboxen, DJ-ing, etc.

Regelmässiges Streetdance-Training fördert Rhythmusgefühl, Koordinationsfähigkeit, Beweglichkeit, Kraft und Ausdauer, wodurch ein gutes Körpergefühl entsteht, welches wiederum das Selbstbewusstsein stärkt. Auftritte ermöglichen es den Tänzerinnen, sich zu erproben und weiterzuentwickeln.

Streetdance eignet sich im Gegensatz zu anderen Tanzarten auch für einen Späteintritt, da die Bewegungen einen eigenen Stil zulassen. Zudem ist durch die meist eher weite Kleidung gewährleistet, dass sich auch junge Frauen mit grossen Grössen wohlfühlen können.

Freizeit

roundabout ist ein Gesundheitsförderungs- und Präventionsangebot im Freizeitbereich. Das macht es besonders wirksam, da die Teilnehmerinnen freiwillig zu roundabout kommen. Dadurch haben sie eine erhöhte Bereitschaft, sich mit den Anliegen und Zielen von roundabout auseinanderzusetzen und lassen sich eher zu einer gesunden Lebensführung motivieren.

Beziehungsarbeit

roundabout will die Teilnehmerinnen ganzheitlich begleiten. Sie sollen sich akzeptieren und schätzen: ihren Körper, ihre Begabungen und ihre Persönlichkeit, sich selbst mit all ihren Gedanken, Gefühlen und Grenzen.

Dazu brauchen die Mädchen und jungen Frauen in erster Linie Beziehungsarbeit. Die roundabout-Teilnehmerin soll ihre Leiterin genug interessant und vertrauenswürdig finden, dass sie sie fragt, wenn sie etwas beschäftigt oder sie ihre Meinung wissen will. Gedanken und Verhalten sollen in erster Linie durch Vorleben geprägt werden. Dadurch sind die Leiterinnen in ihrer Aufgabe als Gruppen-/Tanzleiterin und Bezugsperson sehr gefordert. Es wird von ihnen nicht verlangt, spezifische Themen explizit zu behandeln, denn das Vermitteln präventiver Inhalte kann eher belehrend wirken und eine freundschaftliche Beziehung mit den Teilnehmerinnen verhindern. Vielmehr sind die Leiterinnen aber dazu angehalten, transparent zu leben und ihre Vorbildfunktion bewusst wahrzunehmen. roundabout strebt Selbstverantwortung der Mädchen an.

Niederschwelligkeit

Die Schwelle, um bei roundabout mitzutanzten, soll niedrig sein, damit jede interessierte junge Frau bei roundabout teilnehmen kann. Das bedeutet:

Tänzerisch: Das tänzerische Niveau und die Unterrichtsgeschwindigkeit richten sich jeweils an den langsameren Teilnehmerinnen aus. So ist es allen Mädchen möglich, mitzumachen, auch solchen, die keine Vorkenntnisse haben. Es gilt jeweils, aufeinander Rücksicht zu nehmen und sich gegenseitig zu helfen. Häufig wird nach längerem Bestehen eine zweite Gruppe eröffnet. Damit kann Anfragen von Mädchen entsprochen werden, die aufgrund des tänzerischen Niveaus nicht in die bestehende Gruppe einsteigen können. Oder diese können in eine andere Gruppe des kantonalen Netzwerkes vermittelt werden, die ein ähnliches Tanzniveau hat.

Finanziell: Für die Teilnahme bei roundabout wird ein Quartalsbeitrag erhoben. Dieser ist aber in einem Rahmen, der jedem Mädchen die Teilnahme ermöglicht. Üblicherweise beträgt der Quartalsbeitrag CHF 40 bis 60.

Sozial: Bei roundabout ist jede junge Frau willkommen, gleichgültig aus welcher sozialen Schicht oder welchem Kulturkreis sie stammt. Es gelten darum auch keine Kleidernormen, die von den Mädchen fordern, dass sie Geld ausgeben oder sich anders kleiden, als ihnen wohl ist, um dazugehören zu können. Die Leiterinnen sind in diesem Bereich ein Vorbild mit ihrem eigenen Verhalten und ihrem Umgang mit Unterschieden.

Thematisch: Bei roundabout werden keine Themen behandelt, welche von den Mädchen nicht ausdrücklich gewünscht werden oder die Gruppe betreffen.

Partizipation

roundabout legt Wert darauf, dass die Teilnehmerinnen eigene Ideen einbringen und Verantwortung übernehmen. Es liegt am Leitungsteam, ob und wie die Mädchen eingebunden werden. Zusammen werden mögliche Aufgaben besprochen und verteilt. So können die jungen Frauen ihre Ideen einbringen indem sie beispielsweise Musik mitbringen, die ihnen gefällt, oder sogar einzelne Trainingsteile übernehmen. Auftritte und kantonale oder nationale Events sollen sie kreativ mitgestalten können. Für interessierte Mädchen ab 14 Jahren bietet roundabout Basic-Schulungen an.

Nachhaltigkeit

Durch die Zugehörigkeit jeder roundabout-Gruppe zu einer lokalen Partnerorganisation ist gewährleistet, dass örtliches Interesse an einer solchen Arbeit besteht und entsprechende Unterstützung vor Ort geleistet wird. Das Ausbildungsangebot für Leiterinnen und Nachwuchsleiterinnen sorgen dafür, dass die Fähigkeit und Motivation junger Frauen, sich bei roundabout zu engagieren, gefördert und erhalten wird. Die kontinuierliche Begleitung der Gruppen durch die kantonale Leitung und die Partnerorganisation soll Trainingsunterbrüche, Motivationskrisen oder Gruppenschliessungen verhindern und ein längerfristiges Bestehen des Angebots sicherstellen.

Suchtmittelfrei

roundabout ist ein Angebot im Bereich der Gesundheitsförderung und Prävention. Das Training ist eine rauch- und alkoholfreie Zeit. Im gemütlichen Teil kann das Thema Suchtmittel diskutiert werden.

Auftritte

Auftritte mit der Gruppe stärken das Selbstvertrauen der Mädchen und jungen Frauen. Die gemeinsam bestrittenen Auftritte fördern auch den Gruppenzusammenhalt. Bei der Planung und dem Vorbereiten des Auftritts (Choreografie, Auftritts-aufstellung, Kleider, Styling, Anreise, etc.) üben die Teilnehmerinnen Selbständigkeit, Eigenverantwortung und Zuverlässigkeit.

Auftrittskleider sollen bei roundabout nicht von der tänzerischen Darbietung ablenken. Dabei gilt: Feminin ist nicht gleich aufreizend, anziehend nicht gleich sexy und selbstbewusst nicht gleich zur Schau stellend.

Werte

Das Blaue Kreuz ist eine Institution mit christlichem Hintergrund. Bei roundabout spielen Werte, die im Christentum verankert sind, eine wichtige Rolle. Sie sind aber kein expliziter Gegenstand der Trainingsabende. roundabout wünscht sich von den Leiterinnen, dass sie durch ihre Vorbildfunktion die Teilnehmerinnen anregen, fördern und selber authentisch leben.

Werte können uns unterstützen, unserem Leben Sinn und Richtung zu geben. Sie regen uns an, über unsere eigenen Werthaltungen nachzudenken und sie auf Grund unserer individuellen Lebenserfahrung zu hinterfragen. Wir setzen uns mit unserem eigenen Glauben auseinander und respektieren die vielfältigen Formen des Glaubens und der Spiritualität unserer Mitmenschen. Bei roundabout versuchen wir folgende Werte umzusetzen:

Wertschätzung: Ich anerkenne und schätze mich selbst und meinen Körper sowie die unterschiedlichen Facetten und Charaktere meiner Mitmenschen. Meine Wertschätzung bringe ich auf unterschiedliche Weise zum Ausdruck: durch Achtsamkeit, Hilfsbereitschaft, Freundlichkeit, Lob und vieles mehr.

Authentizität/ Glaubwürdigkeit: „Das was ich sage und das was ich tue steht im Einklang.“ Ich urteile nicht über meine eigenen Schwächen und diejenigen anderer Menschen sondern versuche, humorvoll damit umzugehen und an ihnen zu arbeiten. Ich höre anderen Menschen zu und bin fähig, meine Meinung zu äussern, auch wenn sie nicht der Mehrheit entspricht. Ich setze mich mit mir und meiner Umwelt auseinander, stelle mich schwierigen Situationen und versuche daraus zu lernen und innere Stärke zu gewinnen.

Verantwortungsbewusstsein: Ich übernehme Verantwortung für mein Denken und Handeln. Was ich sage oder verspreche, versuche ich einzuhalten. Ich bin mir bewusst, als Leiterin die Verantwortung für die Teilnehmerinnen der Gruppe zu tragen.

Solidarität: Ich nehme Rücksicht im Bewusstsein, dass ich nicht alleine auf dieser Welt bin. Ich bin offen und nehme teil an Freude und Leid meiner Mitmenschen. Das soziale Zusammensein in der Gruppe ist mir wichtig.

I.7. Qualitätssicherung

Choreografien

roundabout stellt den roundabout-Leiterinnen Choreografien für die Trainings zur Verfügung, die mit professionellen Choreografen und Choreografinnen erarbeitet werden. Jährlich werden zwei bis drei Choreografien erstellt, die sich im Schwierigkeitsgrad unterscheiden, um die verschiedenen Tanzniveaus zu berücksichtigen. Die Leiterinnen erhalten die Choreografien auf DVD inklusive Musik-CD. roundabout-Choreografien dürfen nur innerhalb von roundabout-Trainings oder Events verwendet werden.

Schulungen

Von der nationalen und den kantonalen Leiterinnen wird ein Schulungssystem mit mehreren Schulungen jährlich angeboten. Diese sind für roundabout-Leiterinnen kostenlos. Die Schulungen beinhalten tänzerische, pädagogische und psychosoziale Module. Für roundabout kids-Leiterinnen werden spezifische Module angeboten, die sich mit altersgerechten Methoden und Materialien auseinandersetzen. An den Schulungen werden zudem die aktuellen Choreografien unterrichtet. Durch eine vorgängige Einstufung einer roundabout-Leiterin durch ihre kantonale Leiterin wird sichergestellt, dass gezielt auf niveauentsprechende Schulungen hingewiesen werden kann. Auch wird neu seit Ende 2012 ein Leiterinnen-Standard-Niveau festgelegt, welches durch die Schulungsangebote Basic 1 und Basic 2 abgedeckt wird.

An den Schulungen werden die roundabout-Leiterinnen nicht nur fachlich weitergebildet, sondern haben die Möglichkeit, sich mit anderen Leiterinnen zu vernetzen und Anstösse für die Weiterentwicklung des Angebotes zu platzieren.

Begleitung Fachangestellte / Partnervertretung

Die roundabout-Gruppen und deren Leiterinnen werden von der kantonalen Leitung begleitet und individuell betreut. Die jeweilige kantonale Leiterin und die Partnerorganisation sind Ansprechpartner bei aktuellen Notlagen oder spezifischen Fragen der Leiterinnen.

Die jeweilige kantonale Leiterin führt mit jedem Leitungsteam mindestens ein Feedback- und ein Standortgespräch pro Jahr. Anhand eines Feedbackbogens gibt die kantonale Leiterin den roundabout-Leiterinnen eine konstruktive Rückmeldung und Tipps mit Verbesserungsmöglichkeiten hinsichtlich des Unterrichts. Beim Standortgespräch sieht sich die kantonale Leiterin die aktuelle Situation der Gruppe an und hilft, falls nötig, bei allfälliger Massnahmenplanung.

Vereinbarungen

Bei roundabout wird mit Vereinbarungen gearbeitet, die regeln, welche Aufgaben die Leiterin, die Partnerorganisation und das roundabout-Netzwerk übernehmen. Ein Bestandteil dieser Vereinbarung ist für Leiterinnen die Kündigungsfrist von üblicherweise drei Monaten. Die Kündigungsfrist für Partnerorganisationen beträgt sechs Monate. Geregelt ist auch, dass die Partnerorganisation einen jährlichen Lizenzbetrag an das roundabout-Netzwerk zahlt.

Koordinationsgruppe

Die kantonalen Leiterinnen tauschen sich unter der Federführung der nationalen Leiterin regelmässig in einer Koordinationsgruppe (Kernteam) über den Stand und die Entwicklung von roundabout in den Kantonen aus. Es wird gemeinsam geplant und bei Bedarf werden Anpassungen und Veränderungen des Angebots besprochen. In themenspezifischen Arbeitsgruppen werden einzelne Themen konkret bearbeitet.

Evaluation

roundabout wird regelmässig von externen Fachpersonen oder Institutionen evaluiert, um zu gewährleisten, dass das Angebot den neuesten Entwicklungen und den aktuellen Bedürfnissen entspricht.

I.8. Literaturverzeichnis

Decurtins, Lu (Hrsg.) (2006). Vom Puppenhaus in die Welt hinaus. Was Eltern über Mädchen wissen müssen. Atlantis pro juventute. Zürich: Orell Füssli Verlag.

Hafen, Martin (2007). Grundlagen der systemischen Prävention. Ein Theoriebuch für Lehre und Praxis. Heidelberg: Carl-Auer-Verlag.