

## **Stärkung des Selbstwerts. Das echt stark-Projekt für Mädchen im Alter von 10-11 Jahren**

von Lisa Prechtl

Mädchen weisen im Jugendalter häufiger eine Abnahme des Selbstwerts auf als Jungen. Hierbei stellen die erfolgreiche Bewältigung der Entwicklungsaufgaben sowie der Umgang mit den körperlichen Veränderungen wichtige Faktoren dar.

Im echt stark-Projekt werden in einer Kleingruppe durch die beiden Hilfs-Ichs, Lotte und Cleo, Gesprächsangebote zu Freundschaft, Schule, Eltern und mein Körper geschaffen. Spielideen mit Instrumenten, Stimme und Bodypercussion können erfahren und eigene Spielideen entwickelt werden.

Die Musiktherapeut\*in geht Selbstwert stärkend auf die Mädchen ein. Dazu nutzt sie die Methode des Selbstwert stärkenden Feedbacks, welches in der Pilotphase des Projekts entwickelt wurde. Mit Hilfe eines Studiendesigns aus dem Bereich der Mixed Methods soll untersucht werden, ob sich das echt stark-Projekt positiv auf die Entwicklung des Selbstwerts auswirken kann.

Im Rahmen eines zweitägigen Workshops werden interessierte Musiktherapeut\*innen für eine Projektdurchführung geschult. Insgesamt werden 20 Projekte durchgeführt.

Das Forschungsvorhaben wird von der Andreas Tobias Kind Stiftung sowie der Behörde für Wissenschaft, Forschung und Gleichstellung Hamburg gefördert.

Publikation zum Thema:

Prechtl, A.L. (2018). Musiktherapeutische Prävention für 11-jährige Mädchen am Beispiel des Selbstwerts. In A.-K. Jordan, E. Pfeifer, T. Stegemann, S. Lutz Hochreutener (Hrsg.), Musiktherapie in pädagogischen Settings (S. 185-203). Münster: Waxmann.

[www.echtstark-projekt.de](http://www.echtstark-projekt.de)