

UND JETZT WIRKLICH ALLE!

**INKLUSIVE
MÄDCHEN*
ARBEIT
GESTALTEN**





Herausgeberin:

LAG Mädchenpolitik Baden-Württemberg e.V.

Stuttgarter Str. 61, 70469 Stuttgart

info@lag-maedchenpolitik-bw.de

Tel. 07 11 / 80 67 08 – 90

Instagram: [@maedchenpolitik_bw](https://www.instagram.com/maedchenpolitik_bw)

www.lag-maedchenpolitik-bw.de

UND JETZT WIRKLICH ALLE!

**INKLUSIVE
MÄDCHEN*
ARBEIT
GESTALTEN**

Unser Umgang mit Sprache und Begriffen

Die LAG Mädchen*politik setzt sich für eine inklusive und geschlechtergerechte Sprache ein. Daher verwenden wir in unseren eigenen Texten das Gendersternchen (*) (z.B. Teilnehmer*innen), um alle Geschlechter einzuschließen. Das Grußwort ist dem ausgenommen. Es richtet sich nach internen Vorgaben der Landes-Behindertenbeauftragten. Der Begriff Mädchen* wird im Glossar erklärt.

Die Begriffe und Konzepte in dieser Handreichung spiegeln den aktuellen Stand unserer Auseinandersetzung mit Inklusion und Mädchen*arbeit wider. Sprache verändert sich, gesellschaftliche Perspektiven entwickeln sich weiter und auch unsere Haltung ist nicht abgeschlossen, sondern im Prozess. Manche Begriffe mögen für einzelne Personen nicht passend oder nicht ausreichend sein. Wir verstehen diese Handreichung als Einladung zum Mitdenken, Weiterentwickeln und gemeinsamen Lernen. Wir freuen uns über Feedback jeglicher Art.

Hinweis zur Erstellung

Zur Unterstützung bei der Texterstellung wurde ein KI-gestütztes Sprachmodell verwendet. Die Inhalte wurden redaktionell geprüft, überarbeitet und an die spezifischen Anforderungen der inklusiven Mädchen*arbeit angepasst.

Inhaltsverzeichnis

Perspektiven sichtbar machen: Mädchen* im Porträt	7
1 Grusswort	17
Zusammenfassung des Kapitels in leichter Sprache	21
2 Warum diese Handreichung?	23
Ziel und Zielgruppe	25
Warum braucht es inklusive Mädchen*arbeit?	26
Zentrale Begriffe	27
Zusammenfassung des Kapitels in leichter Sprache	29
3 Was uns prägt: Grundlagen und Haltung	31
Behinderung: Verschiedene Modelle und was sie bedeuten	33
Ableismus und Intersektionalität	34
Warum Haltung der Schlüssel ist	35
Macht, Normen und der Blick auf Privilegien	36
Zusammenfassung des Kapitels in leichter Sprache	39
4 Rechtliche Grundlagen und Anlaufstellen	41
Recht und Politik für mehr Teilhabe	43
Wer hilft weiter – Zuständigkeiten im Überblick	47
Zusammenfassung des Kapitels in leichter Sprache	51

5 Teilhabe ermöglichen:	
Strukturen & Zugänge	53
Barrierefrei denken – in Räumen, Sprache und digital	55
Zugängliche Öffentlichkeitsarbeit	57
Finanzierung, Kooperation und Praxispartner*innen	58
Zusammenfassung des Kapitels in leichter Sprache	59
6 Praxiswissen:	
Mädchen* mit Behinderungen	61
Lebensrealitäten und Unterstützungsbedarfe	63
Sexualität, Schutz und selbstbestimmte Räume	65
Formen von Assistenz verstehen	67
Zusammenfassung des Kapitels in leichter Sprache	69
7 Machen, Mitmachen, Mitgestalten	71
Methoden für Einstieg, Austausch und Kreativität	73
Beteiligung stärken – Allyship in der Praxis	75
Zusammenfassung des Kapitels in leichter Sprache	77
8 Wenn es schwierig wird – und weitergeht	79
Typische Herausforderungen erkennen und ansprechen	81
Umgang mit Unsicherheit und Widersprüchen	82
Zusammenfassung des Kapitels in leichter Sprache	85
9 Anhang	87
Glossar wichtiger Begriffe	89
Materialien und Links	92
Zusammenfassung des Kapitels in leichter Sprache	93
Impressum, Bildnachweise	96

**PERSPEKTIVEN
SICHTBAR
MACHEN:
MÄDCHEN* IM
PORTRÄT**

Das sind Jasmin (22), Hannah (20) und Lisa (19).
Die drei nehmen an einem inklusiven Projekt in
der Jugendarbeit teil.

ICH BIN GERNE HIER,
WEIL ICH MEINE
FREUNDINNEN
TREFFEN KANN.



JASMIN



HANNAH



LISA

**Das sind Jolina (20), Jeannie (20) und Tasi (20).
Sie sind Mitarbeiterinnen einer Werkstatt der
Lebenshilfe für behinderte Menschen.**

DIE LEBENSHILFE HAT BEIM
WOHNHEIM EINEN PARTYRAUM.
DORT GIBT ES EINMAL IM MONAT
EINE PARTY. MAN KANN EIGENE
MUSIK SPIELEN. MAN KANN
FREUND*INNEN MITBRINGEN.
ES GIBT COLA UND FANTA.
OFT LÄUFT BALLERMANN-
MUSIK.

AM ANFANG GAB ES IN DER
WERKSTATT NUR PAPIER-ROLLEN.
MAN MUSSTE 20 PAPIER-ROLLEN IN
EINE SCHACHTEL LEGEN. DAS WAR
SEHR LANGWEILIG. ICH BIN FROH,
DASS ES DIE PAPIER-ROLLEN NICHT
MEHR GIBT. JETZT GIBT ES SCHMINKE,
DIE MAN AUSPACKEN MUSS. DAS
MACHE ICH AM LIEBSTEN.



JOLINA



JEANNIE



Tasi

Alysha (23) macht derzeit eine Ausbildung bei einem Baumarkt und geht auf eine Berufsschule für Menschen mit Teilhabebedarf.

ICH WOLLTE AUF EIN INTERNAT IN DER NÄHE GEHEN. ICH HATTE ABER EINEN BESONDEREN LEHRPLAN. DARUM WOLLTE DAS ARBEITSAMT NICHT DAFÜR BEZAHLEN.

ICH WOLLTE DAS INTERNAT TROTZDEM ANSCHAUEN. DANN KAM CORONA, UND DAS WAR NICHT MEHR MÖGLICH. ICH MUSSTE IN EINER WERKSTATT ARBEITEN. ABER ICH FÜHLE MICH DA SEHR WOHL UND ICH BIN ÜBERRASCHT, WELCHE MÖGLICHKEITEN ES GIBT.

AUF DER ARBEIT KANN ICH MIR DIE PAUSEN EINTEILEN, WIE ICH WILL. DAS IST MIR WICHTIG. MANCHMAL FÜHLE ICH MICH UNSICHER ODER ÜBERFORDERT. ICH KANN ABER VIEL BESSER DAMIT UMGEHEN ALS FRÜHER. ICH BIN VIEL SELBSTBEWUSSTER JETZT.



ALYSHA

Das ist Melissa (12), sie besucht regelmäßig ein Mädchen*angebot auf einem inklusiven Abenteuerspielplatz.

ICH BIN BEIM ABENTEUER-
SPIELPLATZ, BEIM FUSSBALL,
BEI DER FEUERWEHR UND
MANCHMAL IM JUGEND-CLUB.
ÜBERALL DORT HABE ICH AUCH
FREUND*INNEN.

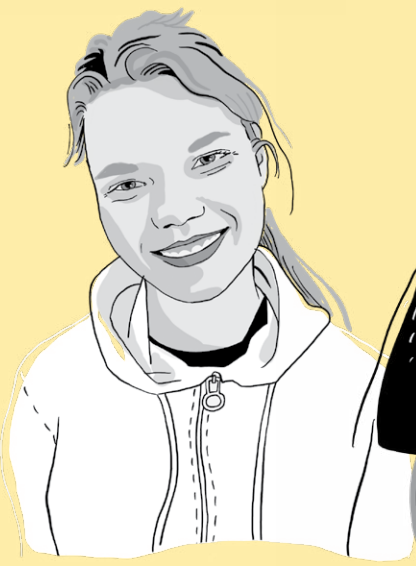


MELISSA

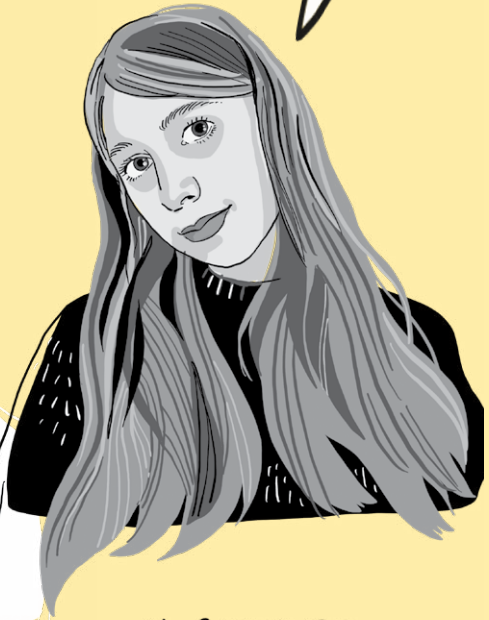
Das sind Josy (15) und Nurcennet (18). Sie sind Teil eines inklusiven Mädchen*treffs.

ICH GEHE NICHT GERNE ZU NEUEN GRUPPEN. ES SIND DORT ZU VIELE NEUE MENSCHEN. DAS IST MIR ZU VIEL. ABER WENN ICH EINE FREUNDIN MITNEHMEN KANN, FÜHLE ICH MICH SICHERER.

ICH FINDE ES GUT, DASS IM TREFF NUR MÄDCHEN* SIND. MAN KANN GUT ÜBER MÄDCHEN*-THEMEN SPRECHEN. ICH KANN AM TISCH ÜBER DIE PERIODE REDEN. DAS STÖRT NIEMANDEN.



JOSY



NURCENNET

Das sind Jasmin (20), E. (13), A. (19), Mary, Amelie (10) und Agnes (11). Sie alle nehmen regelmäßig an der Mädchen*gruppe an ihrer Schule teil.

ICH HABE EINE BESTE FREUNDIN. ICH KENNE SIE VON MEINER ALTEN SCHULE. SIE HAT AUCH AUTISMUS. SIE VERSTEHT MICH IMMER, WENN MIR ETWAS ZU VIEL IST.



JASMIN



E.



A.

ICH INTERESSIERE MICH SEHR FÜR DIE KRANKHEIT DEMENZ. ICH WÜRD GERNE WISSEN: GIBT ES MEDIZIN DAGEGEN? ODER KANN MAN WELCHE ENTWICKELN?

WENN ICH ALLEIN TANZE, FINDE ICH ES PEINLICH. ABER WENN ICH MIT DEN ANDEREN MÄDCHEN* ZUSAMMEN TANZE, MACHT ES SPASS UND IST MIR NICHT PEINLICH.



MARY



AMELIE



AGNES

1

GRUSS WORT



Sehr geehrte Damen und Herren,

die inklusive Mädchenarbeit steht im Mittelpunkt dieser Handreichung – ein Thema, das ich ausdrücklich begrüße und für dessen Bearbeitung ich der LAG Mädchen*politik herzlich danke.

Artikel 6 der UN-Behindertenrechtskonvention erkennt an, dass behinderte Mädchen und Frauen mehrfacher Diskriminierung ausgesetzt sind. Der Landes-Aktionsplan zur Umsetzung der UN-Behindertenrechtskonvention in Baden-Württemberg befasst sich daher explizit mit der Stärkung von Kindern und Frauen mit Behinderung. Warum ist das so wichtig?

Jede dritte bis vierte Frau mit Behinderung hat in ihrer Kindheit und Jugend sexualisierte Gewalt erfahren. Das ist zwei- bis dreimal häufiger als bei Frauen im Bevölkerungsdurchschnitt. Auch Diskriminierungen und Gewalt in Einrichtungen der Behindertenhilfe werden immer wieder von behinderten Frauen berichtet. Strukturen in den Einrichtungen können Gewalt fördern und begünstigen. Je früher wir ansetzen und Mädchen mit Behinderung zu selbstbewussten Menschen sozialisieren, die wissen, was sie wollen und was sie nicht wollen, desto besser verhindern wir Gewalterfahrungen.

Die Liste an strukturellen Diskriminierungen von Menschen mit Behinderung ist darüber hinaus lang: Sie sind häufiger armutsgefährdet, machen weniger Sport als nichtbehinderte Personen, sind länger und häufiger arbeitslos und haben eine schlechtere medizinische Versorgung. Zwei Drittel

aller Arztpraxen in Deutschland erfüllen keinen Aspekt der Barrierefreiheit. Kommt das Merkmal Frausein oder Mädchensein dazu, dann potenzieren sich viele dieser diskriminierenden Strukturen. Beispielsweise gibt es deutschlandweit nur eine Handvoll barrierefreier Gynäkologie-Praxen. Dazu kommt: Mädchen mit unsichtbaren Behinderungen fühlen sich im öffentlichen Diskurs oft nicht wahrgenommen.

Gleichzeitig erlebe ich aber auch ein steigendes Selbstbewusstsein unter Mädchen mit Behinderung. Sie setzen sich aktivistisch für ihre Rechte ein. Sie identifizieren sich als behinderte Mädchen und fordern ein, mit ihren Bedürfnissen gesehen zu werden. Sie bekämpfen über Social Media Ableismus, Behindertenfeindlichkeit, und gründen eigenständig Support-Gruppen, um sich den Rücken zu stärken. Hier gibt es viele Ansatzpunkte, die es lohnt zu stärken.

Diese Publikation trägt dazu bei, neue Ideen zu sammeln und Wege aufzuzeigen, wie inklusive Mädchenarbeit weiterentwickelt werden kann. Sie soll helfen, die noch oft unsichtbare Gruppe der Mädchen mit Behinderung stärker in den Fokus zu rücken, ihre Perspektiven sichtbar zu machen und ihre Teilhabe zu sichern.

Ich wünsche allen Leserinnen und Lesern eine anregende Lektüre und viele Impulse für die Weiterentwicklung inklusiver Mädchenarbeit.

Nora Welsch, Beauftragte der Landesregierung Baden-Württemberg für die Belange von Menschen mit Behinderungen



1. Grußwort

Die inklusive Mädchen-Arbeit ist wichtig.

Inklusive Mädchen-Arbeit heißt:

Jedes Mädchen ist wichtig.

Jedes Mädchen soll sich wohlfühlen.

Jedes Mädchen soll mitreden dürfen.

Behinderte Mädchen haben viele Nachteile.

Politikerinnen und Politiker kennen die Nachteile.

Darum haben sie Regeln gemacht.

Diese Regeln sollen den Mädchen helfen.

Wichtige Regeln sind:

- Artikel 6 von der UN-Behinderten-Rechts-Konvention.
- Der Landes-Aktions-Plan.
- Behinderte Menschen werden leider oft benachteiligt.

Das bedeutet: Sie haben oft weniger Chancen.

Bei behinderten Mädchen passiert das noch öfter.

Mädchen mit Behinderung erleben viel mehr

Gewalt mit Sexualität als andere Kinder.

Sie erleben das 2 bis 3 mal so oft.

Wichtig ist:

Wir helfen Mädchen schon früh, damit sie selbstbewusst werden.

Das schützt sie besser vor Gewalt.

Viele Mädchen setzen sich heute für ihre Rechte ein.

Sie kämpfen auch gegen Ableismus.

Ableismus sprechen wir so aus: Able-ismus.
Ableismus bedeutet:

Menschen mit Behinderung werden schlechter behandelt.

Diese Broschüre zeigt, was Mädchen denken und wollen.

Sie soll helfen, dass alle Mädchen mitmachen können.

Nora Welsch

Nora Welsch ist Beauftragte der Landes-Regierung Baden-Württemberg für die Belange von Menschen mit Behinderung.

Die Sternchen in diesem Text

In diesem Text gibt es Sternchen.

Hinter dem Wort Mädchen* und Frauen* ist im Text ein Sternchen.

Das Sternchen bedeutet:

Es gibt **nicht** nur 2 Geschlechter.

Es gibt auch Menschen, die:

- **nicht** Mann oder Frau sind.
- **beide** Geschlechter fühlen.
- **kein** Geschlecht haben.
- ein **anderes** Geschlecht haben als bei der Geburt.

Jeder Mensch darf selbst sagen, welches Geschlecht er hat.

Das ist wichtig.

Das soll mit dem Sternchen sichtbar gemacht werden.

2

WARUM DIESE HAND- REICHUNG?



Ziel und Zielgruppe

Diese Handreichung richtet sich an alle, die mit Mädchen* und jungen Frauen* mit Behinderungen arbeiten oder inklusive Angebote gestalten möchten – sei es in der Mädchen*-, in der Kinder- und Jugendarbeit, der Jugendhilfe, Bildung, Kultur oder Beratung. Vielleicht bist du bereits erfahren in der inklusiven Arbeit oder stehst ganz am Anfang. Vielleicht hast du selbst eine Behinderung oder bist einfach interessiert, dein Angebot für alle zugänglich zu machen. Diese Handreichung soll dich dabei unterstützen, Barrieren zu erkennen und abzubauen, inklusive Ansätze zu entwickeln und vor allem: Mädchen* mit Behinderungen von Anfang an mitzudenken.



Deswegen findest du gleich im ersten Kapitel Illustrationen von Mädchen* mit Behinderungen, die wir extra für diese Handreichung interviewt haben. Sie erzählen aus ihren Leben, sagen ihre Meinungen zu verschiedenen Themen und geben uns Einblicke, was sie bewegt.

Die Zitate der Mädchen* und alle wichtigen Informationen haben wir in die leichte Sprache übersetzen lassen, damit unser Heft für möglichst viele Menschen verständlich ist.

Warum braucht es inklusive Mädchen*arbeit?

Mädchen* mit Behinderungen werden in der Mädchen*arbeit bislang zu wenig mitgedacht, obwohl sie genauso Teil unserer Gesellschaft sind wie alle anderen. Sie bringen unterschiedliche Fähigkeiten, Perspektiven und Erfahrungen mit, stoßen aber in vielen Lebensbereichen auf Hürden. Das betrifft zum Beispiel den Zugang zu Freizeitangeboten, Beratung, Bildung, medizinischer Versorgung oder sexueller Aufklärung. Oft sind sie durch Barrieren, fehlendem Zugang zu Wissen oder Berührungspunkte ausgeschlossen – auch von Angeboten, die eigentlich offen sein sollten und sich auch als offen verstehen.

Hinzu kommt: Viele Mädchen* mit Behinderungen erleben nicht nur eine, sondern mehrere Formen von Diskriminierung. Sie sind zum Beispiel gleichzeitig von Ableismus, Sexismus und Rassismus betroffen.

Diese Erfahrungen verstärken sich gegenseitig. Besonders häufig erleben sie, dass über sie gesprochen wird, aber nicht mit ihnen. Dass sie nicht ernst genommen werden, ihre Sexualität tabuisiert wird oder sie nur als „Klientin“ gesehen werden, nicht als Mädchen* mit eigenen Träumen, Meinungen und Bedürfnissen.

Inklusive Mädchen*arbeit nimmt diese Realitäten ernst. Sie schafft Räume, in denen Mädchen* mit Behinderungen sich ausdrücken, mitgestalten und sicher fühlen können. Das bedeutet auch: sich als Fachkraft mit eigenen Unsicherheiten auseinandersetzen, Strukturen zu hinterfragen, neue Wege zu gehen und offen zu sein für Vielfalt in all ihren Formen. Denn nur wenn alle gemeint sind, kann Mädchen*arbeit wirklich empowernd, solidarisch und zukunftsgerichtet sein.

Zentrale Begriffe

Sprache schafft Wirklichkeit. Deshalb ist es wichtig, sich immer wieder zu fragen, welche Begriffe wir benutzen und warum. In dieser Handreichung werden einige Fachbegriffe genutzt. Viele von ihnen erklären wir im Glossar auf Seite 89. Auch bei Begriffen, die dir vielleicht aus dem allgemeinen Sprachgebrauch bekannt sind, lohnt es sich, nochmal nachzuschlagen. Weißt du bspw., dass Ableismus nicht gleichzusetzen ist mit Behindertenfeindlichkeit? Oder was Inklusion von Integration unterscheidet?



2. Warum gibt es diesen Text?

Für wen ist dieser Text?

Dieser Text ist für alle Fach-Kräfte, die mit Mädchen* und jungen Frauen* mit Behinderungen arbeiten wollen.

Dieser Text ist für Fach-Kräfte mit **viel** Erfahrung und auch für Fach-Kräfte mit **wenig** Erfahrung.

In diesem Text findest du auch

Bilder und Zitate von Mädchen* mit Behinderungen.

So kannst du ihre Meinung besser verstehen.

Warum ist inklusive Mädchen*-Arbeit wichtig?

Mädchen* mit Behinderungen werden oft ausgeschlossen.

Sie werden auf viele Arten benachteiligt.

Zum Beispiel:

- weil sie Mädchen* sind oder
- weil sie eine Behinderung haben.

Sie werden oft **nicht** ernst genommen.

Viele reden über sie, aber **nicht** mit ihnen.

Inklusive Mädchen*-Arbeit hilft.

Sie schafft sichere Orte.

Dort können Mädchen* mitmachen und zeigen, wer sie sind.

Denke darüber nach:

- Bei welchen Dingen fühlst du dich in deiner Arbeit mit Mädchen* mit Behinderungen unsicher?
- Prüfe genau die Regeln und Strukturen.
Passen sie für deine Arbeit?
Kannst du etwas ändern?

3

WAS UNS PRÄGT: GRUNDLAGEN UND HALTUNG



Behinderung: Verschiedene Modelle und was sie bedeuten

Es gibt verschiedene Ansätze, um über Behinderung nachzudenken. Vielleicht hast du schon einmal vom medizinischen Modell gehört. Das sieht Behinderung als ein individuelles Problem, das behandelt oder behoben werden soll. Es geht also vor allem um Diagnosen und Therapien.

Das soziale Modell schaut ganz anders darauf: Hier wird Behinderung nicht als etwas gesehen, das in einer Person „falsch“ ist, sondern als etwas, das durch Barrieren in der Umwelt entsteht. Wenn ein Mädchen* im Rollstuhl zum Beispiel nicht an einem Gruppenangebot teilnehmen kann, liegt das nicht an ihr, sondern daran, dass der Raum nicht barrierefrei zugänglich ist. Sie ist nicht behindert, sie wird behindert.



Und dann gibt es noch das Menschenrechtsmodell, das am weitesten geht. Es sagt: Behinderung ist ein Teil der menschlichen Vielfalt, und alle Menschen haben das Recht, gleichberechtigt am Leben teilzuhaben. Es geht nicht nur darum, Barrieren abzubauen, sondern auch darum, Menschen mit Behinderungen wirklich einzubeziehen und ihre Rechte zu sichern.

Diese Modelle zu kennen ist wichtig, weil sie unsere Haltung beeinflussen. Wenn wir nur im medizinischen Modell denken, konzentrieren wir uns darauf, was ein Mädchen* nicht kann. Denken wir im sozialen oder menschenrechtlichen Modell, stellen wir uns eher die Frage: Was braucht eine Person, um dabei zu sein?

Ableismus und Intersektionalität

Ableismus beschreibt die Abwertung und Benachteiligung von Menschen mit Behinderungen und beruht auf der Annahme einer gesellschaftlichen „Norm“, an der alle gemessen werden. Dabei geht es nicht nur um persönliche Vorurteile oder abwertende Sprüche, sondern vor allem um strukturelle Probleme, die tief in unseren Systemen, Einrichtungen und Denkweisen verankert sind. Ableismus zeigt sich zum Beispiel in fehlender Barrierefreiheit, aber auch in der Vorstellung, dass Menschen nur dann wertvoll sind, wenn sie leistungsfähig sind. Durch Intersektionalität – also das Zusammenwirken von Diskriminierungsformen wie Rassismus, Sexismus und Ableismus – entstehen zudem neue, spezifische Benachteiligungen, die

Betroffene unsichtbar machen und ihre Teilhabe zusätzlich erschweren.

Für eine wirklich inklusive Arbeit reicht Barrierefreiheit allein nicht aus. Auch der tief verankerte Ableismus in der Gesellschaft und in uns selbst muss kritisch hinterfragt und aktiv abgebaut werden.

Warum Haltung der Schlüssel ist

Inklusive Arbeit beginnt nicht mit dem passenden Raum oder einem barrierefreien Flyer, sondern mit deiner inneren Haltung. Sie entscheidet darüber, ob du Vielfalt als Bereicherung siehst, ob du bereit bist zuzuhören und weiterzulernen. Denn sie entsteht nicht über Nacht oder weil du einen besonders guten Artikel zum Thema Inklusion gelesen hast. Sie entwickelt sich im Laufe der Zeit aufgrund der Erfahrungen, die du machst, und wenn du dich offen für Veränderungen in dir zeigst.



Haltung bedeutet, dass du nicht „für“ andere sprichst, sondern dich darum bemühst, andere zu Wort kommen zu lassen. Es bedeutet, Verantwortung zu übernehmen, auch wenn es unbequem wird. Und es heißt, aktiv gegen Ausschlüsse vorzugehen. Auch gegen die, die du selbst vielleicht unbewusst aufrechterhältst.

Macht, Normen und der Blick auf Privilegien

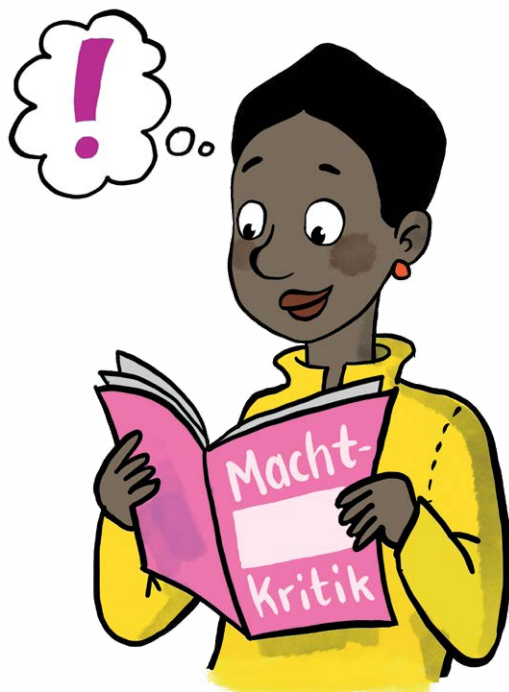
Wir alle sind von Normen geprägt: Wie ein Körper zu sein hat, wie man spricht, sich verhält oder was als „normal“ gilt. Diese Normen sind nicht neutral, sie schaffen Machtverhältnisse. In der inklusiven Mädchen*arbeit bedeutet normkritisches Arbeiten, genau diese Vorstellungen zu hinterfragen: Wer wird mitgedacht, wer nicht? Wer darf laut sein, wer bleibt unsichtbar? Und wie kann ich als Fachkraft meine eigene Rolle reflektieren, ohne mich kleinzumachen oder zu überfordern?

Reflexion ist kein Selbstzweck. Sie hilft dir, dich zu verorten, offener zu werden und solidarischer zu handeln. Nimm dir im Alltag bewusst Zeit für kleine Fragen:

- Wer wird bei mir schnell als „anstrengend“ oder „nicht passend“ wahrgenommen und warum?
- Wann fühle ich mich überfordert oder unsicher im Umgang mit Behinderung?
- Welche Stimmen höre ich in meiner Arbeit am meisten? Welche fehlen?
- Wo kann ich bewusst Raum schaffen, ohne

Kontrolle behalten zu wollen?

Auch du bist nicht neutral. Deine Lebensrealität, dein Körper, deine Sprache, deine Herkunft, deine Bildung – all das prägt, wie du die Welt siehst. Das anzuerkennen ist kein Fehler, sondern eine wichtige Voraussetzung für solidarisches Handeln. Zu wissen, dass du manche Barrieren vielleicht nie selbst erlebt hast, hilft dir, sensibel zu sein für die von anderen. Du musst nicht perfekt sein. Aber du kannst bereit sein, zuzuhören, dazuzulernen und deine Position zu nutzen, um andere zu stärken.





3. Was bedeutet Behinderung?

Was ist eine Behinderung?

Es gibt verschiedene Erklärungen, was eine Behinderung ist:

- Die medizinische Erklärung sagt:
Behinderung ist ein Problem im Körper.
Man soll es lösen.
- Die soziale Erklärung sagt:
Behinderung kommt durch Hindernisse im Alltag.
- Die Erklärung nach den Menschen-Rechten sagt:
Behinderung ist ein Teil von Vielfalt.
Vielfalt bedeutet: Es gibt viele unterschiedliche Menschen.
Das ist gut so.
Alle Menschen sollen gleiche Rechte haben.

Die beiden letzten Modelle sind wichtig in der inklusiven Arbeit.

Die wichtige Frage ist:

Was braucht eine Person, damit sie mitmachen kann?

Ableismus und Inter-Sektionalität

Was ist Ableismus?

Ableismus bedeutet:

Menschen mit Behinderungen werden schlechter behandelt.

Das passiert einfach, weil sie anders sind als die meisten Menschen.

Was ist Inter-Sektionalität?

Inter-Sektionalität bedeutet:

Eine Person wird auf mehrere Arten benachteiligt.

Zum Beispiel:

- Sie hat eine Behinderung.
- **Und** sie ist ein Mädchen*.

Warum ist die eigene Haltung wichtig?

Für inklusive Arbeit ist wichtig:

- Offen sein für neue Dinge.
- Den Menschen zuhören.
- Verantwortung und Aufgaben übernehmen.
- Mit Menschen sprechen, nicht über sie.

Vielfalt ist wertvoll.

Wie denken wir über Macht und Regeln?

Fach-Kräfte sollen sich fragen:

- Welche Rolle habe ich?
- Welche Vorteile habe ich in meinem Leben?
- Welche Regeln machen es anderen Menschen schwer, dass sie **nicht** mitmachen können?
- Wie kann ich das ändern?

Wer immer wieder über sich selbst nachdenkt, kann mit anderen Menschen etwas verbessern. So können Fach-Kräfte gut zusammen arbeiten.

4

RECHTLICHE GRUND- LAGEN UND ANLAUF- STELLEN



Recht und Politik für mehr Teilhabe

Gesetze und Zuständigkeiten wirken auf den ersten Blick fern der praktischen Arbeit. Aber gerade in der inklusiven Mädchen*arbeit ist es wichtig, zumindest grob zu wissen, welche Rechte es gibt und wer wofür zuständig ist. Du musst nicht jedes Gesetz im Detail kennen, aber ein Überblick darüber, wo du Infos und Unterstützung bekommst, kann dir und den Mädchen* enorm weiterhelfen.

Die Gesetze, die es heute zu Themen wie Inklusion und dem Abbau von Barrieren gibt, sind nicht einfach so entstanden. Menschen mit Behinderungen und ihre Unterstützer*innen haben jahrzehntelang dafür gekämpft, dass ihre Rechte anerkannt und gesetzlich verankert werden. Ohne diesen Aktivismus – von der internationalen Behindertenrechtsbewegung bis zu lokalen Initiativen – gäbe es heute keine UN-Behindertenrechtskonvention, kein Bundesteilhabegesetz und keine Aktionspläne zur Inklusion. Es ist wichtig, dieses Engagement wertzuschätzen und sich bewusst zu machen, dass echte Veränderungen immer wieder erkämpft werden müssen.



UN-Behindertenrechtskonvention (UN-BRK)

Das Wort „Behindertenrechtskonvention“ klingt erst mal ziemlich trocken, dabei geht es um was wirklich Wichtiges: Menschen mit Behinderungen sollen dieselben Rechte und Chancen haben wie alle anderen. Also selbst entscheiden können, wie sie leben, lernen, arbeiten und mitmachen. Seit 2009 ist das auch in Deutschland Gesetz. Klingt vielversprechend, oder? Aber in der Realität kann die Umsetzung teilweise ziemlich mühsam sein. Besonders in Bereichen wie Bildung, Arbeit oder Barrierefreiheit gibt es immer noch große Herausforderungen. Es gibt zwar Pläne und Programme von Bund und Ländern, aber Betroffene kritisieren häufig, dass es an Verbindlichkeit, echter Mitbestimmung und Ressourcen fehlt. Auch der UN-Fachausschuss, der alle vier Jahre die Umsetzung in den Vertragsstaaten überprüft, äußert vor allem beim Thema Sonderstrukturen und Diskriminierung Kritik.

Allgemeines Gleichbehandlungsgesetz (AGG)

Das Allgemeine Gleichbehandlungsgesetz soll verhindern, dass Menschen wegen Aspekten wie Geschlecht, Herkunft, Religion, Behinderung, Alter oder sexueller Identität diskriminiert werden. Seit 2006 ist es in Deutschland in Kraft und soll vor allem im Arbeitsleben und bei Alltagsgeschäften für gerechte Behandlung sorgen. Viele Betroffene sagen aber, dass es unglaublich schwer ist, Diskriminierung tatsächlich nachzuweisen. Selbst wenn man es schafft, ist der Prozess oft anstrengend und kompliziert. Das Gesetz ist wichtig, aber damit es wirklich hilft, braucht es mehr Unterstützung und einfachere Verfahren.

Bundesteilhabegesetz (BTHG)

Das Bundesteilhabegesetz soll Menschen mit Behinderungen mehr Selbstbestimmung ermöglichen. Sie sollen mitentscheiden dürfen, wie sie ihren Alltag gestalten. Das Bundesteilhabegesetz stellt im Wesentlichen eine umfassende Neufassung des SGB IX dar und reformiert das Rehabilitations- und Teilhaberecht für Menschen mit Behinderungen. Es ist das Ziel des Gesetzes, die Selbstbestimmung und die volle, wirksame und gleichberechtigte Teilhabe am Leben in der Gesellschaft zu fördern sowie Benachteiligungen zu vermeiden oder ihnen entgegenzuwirken (§ 1 SGB IX).

Landesaktionsplan und Landes-Behindertengleichstellungsgesetz zur Umsetzung der UN-BRK in Baden-Württemberg

In 2015 trat das Landes-Behindertengleichstellungsgesetz (Landesrahmengesetz) in Kraft. Während es die rechtlich verbindliche Grundlage für Gleichstellung, Teilhabe und Barrierefreiheit festlegt, beschreibt der Landesaktionsplan konkrete Maßnahmen und Schwerpunkte, die umgesetzt werden sollen, damit Menschen mit Behinderungen überall mitmachen können. In 2024 wurde der Landesaktionsplan 2.0 veröffentlicht.

SGB VIII und Inklusion

Das SGB VIII ist das Grundgerüst der Kinder- und Jugendhilfe. Es geht darum, dass alle jungen Menschen, mit oder ohne Behinderungen, faire Chancen, soziale Teilhabe und Unterstützung für ihre Entwicklung bekommen. Mit der Reform des Kinder- und Jugendstärkungsgesetzes (KJSG) 2021 wurde die Inklusion gestärkt. Kinder und Jugendliche mit Behinderungen müssen genauso mitgedacht werden, und barrierefreie Angebote sollen die Regel sein.



Wer hilft weiter – Zuständigkeiten im Überblick

Um Angebote möglichst barrierefrei anzubieten, stehen dir Fördermöglichkeiten offen. Viele Programme und Gesetze sind genau dafür da, dich dabei zu unterstützen, dass alle Mädchen* mitmachen können.

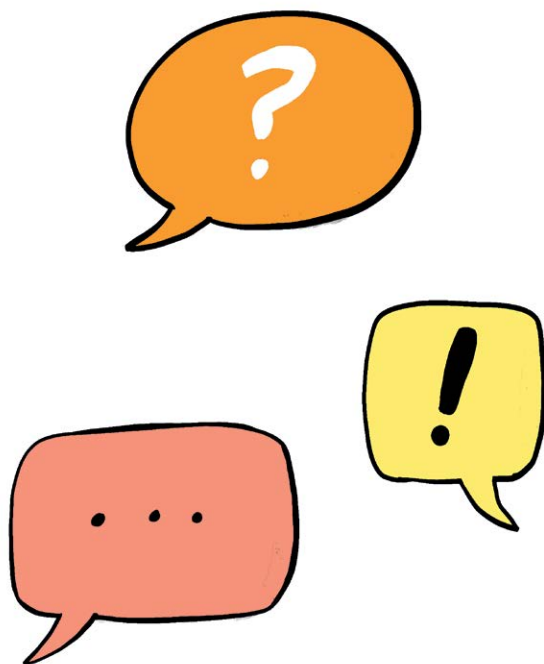
Stell dir vor, du willst eine inklusive Mädchen*-gruppe anbieten. Die folgenden Ansprechpartner*innen können dir vielleicht weiterhelfen:

- **Sozialamt und Jugendamt:** Wenn ein Mädchen* mit Behinderung Assistenz braucht, um an Angeboten der Jugendhilfe teilzunehmen, sind das Jugendamt oder das Sozialamt am Wohnort (Stadt oder Landkreis) die ersten Anlaufstellen für die Beratung. Hier können sich die Mädchen* oder ihre Eltern informieren, welche Unterstützung möglich ist. Je nach den individuellen Voraussetzungen gibt es dafür Leistungen der Eingliederungshilfe, die entweder nach dem SGB VIII oder nach Teil 2 des SGB IX finanziert werden können. Diese Ämter helfen dabei, die passende Hilfe zu finden, damit alle Mädchen* überall mitmachen können.
- **Ergänzende unabhängige Teilhabeberatung (EUTB):** Die EUTB bietet Mädchen* mit Behinderungen und ihren Familien kostenlose, unabhängige Beratung zu allen Fragen der Teilhabe, von Assistenz bis zu Rechten. Sie kann eine wichtige

erste Anlaufstelle sein, um die richtigen Leistungen zu finden und Anträge zu stellen.

- **Bildungseinrichtungen:** Du willst, dass möglichst viele Mädchen* mitmachen können? Schulen oder Sonderpädagogische Bildungs- und Beratungszentren (SBBZ) können dich unterstützen, dein Angebot bekannter zu machen und manchmal auch Fachkräfte zur Seite stellen.
- **Kommunale Beauftragte:** Kommunale Beauftragte für die Belange von Menschen mit Behinderungen arbeiten auf Ebene der Stadt- oder Landkreise und setzen sich für Barrierefreiheit und gleichberechtigte Teilhabe vor Ort ein. Wenn du Fragen zu strukturellen Hürden in deiner Kommune hast oder Unterstützung bei der Vernetzung mit lokalen Initiativen suchst, sind sie eine gute Anlaufstelle.
- **Landesverbände:** Landesweite Zusammenschlüsse der Jugendarbeit sind wichtig für die Vernetzung und fachliche Expertise. Sie bieten spezifische Beratung zur Inklusion an und können dir helfen, Best-Practice-Beispiele zu finden und landesweite Förderprogramme zu nutzen. Bspw. gibt es die Arbeitsgemeinschaft Jugendfreizeitstätten Baden-Württemberg (AGJF), die Landesarbeitsgemeinschaft Offene Kinder- und Jugendbildung (LAGO) mit ihrer eigenen Projektfachstelle Inklusion oder uns, die LAG Mädchen*politik. Wer konkrete Fragen zu Barrieren hat, kann sich an das Landeszentrum Barrierefreiheit (LZ-BARR) wenden.

Konkret heißt das für dich: Du musst nicht alles selbst wissen oder erledigen. Es reicht, wenn du einschätzen kannst, wer wofür zuständig ist und wo du nachfragen kannst. Viele Leistungen (z.B. Eingliederungshilfe oder Reha-Leistungen) müssen von den Eltern oder Sorgeberechtigten selbst beantragt werden. Als Fachkraft kannst du sie dabei unterstützen, indem du Kontakte vermittelst, Informationen weitergibst oder einfach ermutigst, sich Hilfe zu holen. Das kann für Familien eine große Erleichterung sein.





4. Wissen, was erlaubt ist

Wichtige Regeln für mehr Teilhabe

Es gibt Gesetze, die Menschen mit Behinderungen helfen.

Diese Gesetze sind wichtig:

- Die UN-Behinderten-Rechts-Konvention.
- Das Allgemeine Gleich-Behandlungs-Gesetz.
- Das Bundes-Teilhabe-Gesetz.
- Das SGB VIII.

Das ist das Sozial-Gesetz-Buch 8.

In dem Sozial-Gesetz-Buch stehen viele Regeln zur Kinder- und Jugend-Hilfe.

Du musst **nicht** alle Gesetze genau wissen.

Aber: Es hilft, wenn du davon gehört hast.

Wer hilft dir weiter?

Du musst **nicht** alles alleine machen.

Wichtig ist:

Du weißt, wen du fragen kannst.

Zum Beispiel:

- **Das Jugend-Amt und die Jugend-Referate.**
Sie helfen bei Freizeit-Angeboten für Jugendliche.
- **Das Sozial-Amt oder die Eingliederungs-Hilfe.**
Sie helfen zum Beispiel,
wenn ein Mädchen* Unterstützung braucht.

- **Die Schulen oder andere Lern-Orte.**
Sie helfen, wenn du mit Mädchen* Kontakt aufnehmen willst.
- **Landes-Verbände, zum Beispiel die LAG Mädchen*-Politik.**
Sie helfen, wenn du Hilfe oder Austausch brauchst.

5

TEILHABE ERMÖGLICHEN: STRUKTUREN & ZUGÄNGE



Barrierefrei denken – in Räumen, Sprache und digital

Inklusive Mädchen*arbeit beginnt mit Haltung, aber sie bleibt nicht dort stehen. Damit alle mitmachen können, braucht es auch Strukturen, die Partizipation ermöglichen. Das bedeutet: Angebote müssen so gestaltet sein, dass möglichst wenige Barrieren im Weg stehen. Manche davon sieht man sofort, andere sind weniger offensichtlich, aber genauso wichtig.

Barrierefrei zu arbeiten heißt nicht, alles perfekt machen zu müssen. Es geht darum, mit offenen Augen hinzuschauen, zu fragen, was gebraucht wird, und Angebote Schritt für Schritt zugänglicher zu machen. Es muss nicht gleich der (metaphorische) Vorschlaghammer sein. Auch mit wenig Budget und begrenzten Mitteln ist einiges möglich.

Barrierefreiheit bedeutet: Möglichst viele Menschen können mitmachen, ohne große Hürden. Das betrifft ganz unterschiedliche Bereiche:

- **Bauliche Barrierefreiheit:** Sind eure Räume stufenlos zugänglich? Gibt es eine barrierefreie Toilette? Ist genug Platz für Rollstühle oder andere Hilfsmittel?
- **Sprachliche Barrierefreiheit:** Werden Infos in klarer, einfacher Sprache formuliert? Werden Fremdwörter und Abkürzungen vermieden oder erklärt und eingeordnet?

- **Kommunikative Barrierefreiheit:** Wie wird miteinander gesprochen? Gibt es Raum für andere Ausdrucksformen, zum Beispiel schriftlich, mit Symbolen, Bildern oder Gebärdensprache?
- **Digitale Barrierefreiheit:** Sind eure Online-Angebote mit dem Handy gut nutzbar? Können Vorleseprogramme die Inhalte lesen? Gibt es Alternativen zu Texten, wie Videos oder Audios?

Nicht alles lässt sich sofort umsetzen. Aber wenn du dir diese Fragen regelmäßig stellst, bist du auf dem richtigen Weg.

Auf unserer Linksammlung (s. Kapitel „Wo du mehr findest“) findest du verschiedene Checklisten zum Thema Barrierefreiheit.



Zugängliche Öffentlichkeitsarbeit

Was nützt das beste Angebot, wenn niemand davon erfährt? Öffentlichkeitsarbeit ist der erste Kontakt und oft auch die erste Hürde.

Ein paar Tipps, damit mehr Mädchen* sich angesprochen fühlen:

- Nutze klare, einfache Sprache in Flyern, Plakaten und Online-Texten.
- Verwende sprechende Bilder, also Fotos oder Illustrationen, mit denen sich verschiedene Mädchen* identifizieren können.
- Gib deutlich an, ob dein Angebot barrierefrei ist (z. B. rollstuhlgerecht, ruhig, mit Assistenz möglich, in einfacher Sprache, mit Dolmetschung etc.).
- Biete verschiedene Kontaktwege an: Telefon, E-Mail, Messenger, je nachdem, was für die Zielgruppe am besten funktioniert.
- Vermeide Fachsprache, wo sie nicht nötig ist und erkläre, wenn doch.

Und ganz wichtig: Sprich Mädchen* mit Behinderungen gezielt an, nicht nur „mitgemeint“.

Öffentlichkeitsarbeit hilft aber nicht nur dabei, Teilnehmende zu erreichen. Sie ist auch ein wichtiger Baustein, um dich mit anderen Einrichtungen zu vernetzen: Schulen, Träger, Beratungsstellen oder Selbstvertretungsinitiativen. Wer sichtbar ist, wird eher eingeladen, empfohlen oder angefragt. Und das kann Türen öffnen für neue Kooperationen, gemeinsame Projekte oder Unterstützungsangebote.

Finanzierung, Kooperation und Praxispartner*innen

Um inklusive Mädchen*arbeit in Baden-Württemberg erfolgreich umzusetzen, brauchst du die richtigen Ressourcen: Zeit, geeignete Räume und Geld. Finanzielle Unterstützung findest du über kommunale Mittel (z. B. Jugendämter) und über Stiftungen wie die Aktion Mensch. Recherchiere frühzeitig alle Fristen und Anforderungen. Darüber hinaus sind Kooperationen unerlässlich: Nutze Partner*innen wie Schulen, Einrichtungen der Behindertenhilfe, Sportvereine und Selbstvertretungsorganisationen. So gestaltest du deine Angebote bedarfsgerecht und schaffst Synergien. Weitere spezifische Informationen zu Förderprogrammen, Stiftungen und hilfreichen Kontakten für inklusive Projekte findest du auf unserer Linkliste.





5. Alle sollen mitmachen können: Räume und Zugänge

Barrierefrei denken – in allen Bereichen

Mädchen* mit Behinderungen sollen dazu gehören.
Räume und Zugänge müssen barrierefrei sein.
Barriere-Freiheit ist wichtig.

Das bedeutet:

- **Keine** Stufen.
Gibt es einen Aufzug?
- Barrierefreie Toiletten.
- Einfache Sprache **ohne** schwere Wörter.
- Verschiedene Möglichkeiten zu sprechen.
Zum Beispiel: Gebärden-Sprache oder Bilder.
- Digitale Angebote.
Zum Beispiel: Auf dem Handy oder
mit Vorlese-Programmen.

Öffentlichkeits-Arbeit soll verständlich sein.

Wenn Mädchen* mit Behinderungen
deine Angebote kennen und gut verstehen sollen,
musst du sie erklären.

Das bedeutet:

- Benutze eine klare Sprache und Bilder.
- Zeige Vielfalt.

- Schreibe klare Informationen, ob das Angebot barrierefrei ist.
- Sprich Mädchen* mit Behinderungen direkt an.
- Arbeite mit Schulen oder Beratungs-Stellen zusammen.

Geld, Hilfe und gute Zusammen-Arbeit

Für inklusive Mädchen*-Arbeit brauchst du:

- Zeit,
- Räume und
- Geld.

Informationen über Förder-Programme und Kontakte findest du in der **Link-Liste auf**

Seite 93.

6

PRAXIS- WISSEN: MÄDCHEN* MIT BEHIN- DERUNGEN



Lebensrealitäten und Unterstützungsbedarfe

Mädchen* mit Behinderungen erleben im Alltag häufig mehrfachen Ausschluss. Zum Beispiel, weil sie Sonderpädagogische Bildungs- und Beratungszentren besuchen und dadurch kaum Zugang zu Freizeitangeboten außerhalb der Schule haben. Oder weil zu Hause aufgrund des hohen Schutzbedürfnisses der Eltern wenig Raum für eigene Entscheidungen bleibt. Ein zusätzlicher Faktor ist oft der asynchrone Tagesablauf (auch bekannt als „Crip Time“): Aufgrund von verschiedenen Barrieren, Fahrdiensten oder notwendigen Terminen haben die Mädchen* einen anderen Rhythmus als Gleichaltrige. Dies erschwert die Teilnahme an spontanen oder festen, nicht-schulischen Aktivitäten zusätzlich.



Manchen begegnet zusätzlich Diskriminierung, etwa wegen ihrer Herkunft, Sprache oder sexuellen Identität. Diese Erfahrungen prägen nicht nur, wie Menschen sich selbst sehen, sondern auch, wie sie sich in Gruppen fühlen.

Was Unterstützung bedeutet, ist von Person zu Person verschieden. Für manche ist es wichtig, ausreichend Zeit zu bekommen, um sich ausdrücken zu können. Für andere steht eine barrierefreie Umgebung im Vordergrund, in der sie sich sicher bewegen können. Manche brauchen Assistenz, technische Hilfen oder eine klare, gut strukturierte Umgebung. Dabei gilt: Unterstützungsbedarfe sind kein Makel, sondern ein Ausdruck von Vielfalt. Sie anzuerkennen, ist ein wichtiger Schritt, um echte Teilhabe zu ermöglichen.

Viele Betroffene haben die Erfahrung gemacht, nicht ernst genommen zu werden. Oft wird über sie gesprochen, aber nicht mit ihnen. Sie dürfen dabei sein, aber selten mitgestalten. Auch in Angeboten, die sich allgemein an junge Menschen richten, werden sie häufig nicht direkt angesprochen. Das kann dazu führen, dass sie sich überfordert fühlen oder unterschwellig spüren, dass sie eigentlich nicht mitgemeint sind.

Umso wichtiger ist es, Räume zu schaffen, in denen sie sich gesehen und gehört fühlen. Räume, in denen sie sich sicher ausprobieren dürfen. Das kann ganz konkret heißen, bei Gruppenregeln darauf zu achten, wer immer wieder unterbricht oder wer fast nie zu Wort kommt. Oder bewusst unterschiedliche

Ausdrucksformen zu ermöglichen, zum Beispiel durch Schreiben, Zeichnen oder die Nutzung von Symbolen, nicht nur durch gesprochenes Wort.



Sexualität, Schutz und selbstbestimmte Räume

Mädchen* mit Behinderungen werden in Bezug auf ihre Sexualität oft entweder entsexualisiert oder übersexualisiert. Manche hören ständig, sie seien „noch zu klein“ oder „nicht reif genug“, obwohl sie längst jugendlich oder erwachsen sind. Andere werden sexualisiert, ohne dass sie selbst entscheiden dürfen, was für sie in Ordnung ist.

Ein wichtiger Aspekt dabei ist auch der Umgang von Eltern oder Bezugspersonen. Aus Angst, dass ihren Töchtern* etwas passieren könnte, neigen Eltern dazu, zu kontrollieren oder Themen wie Sexualität ganz auszuklammern.

Solch ein Überbehüten entsteht häufig aus Fürsorge, kann aber dazu führen, dass Mädchen* nicht die Chance bekommen, sich selbst kennenzulernen, Fragen zu stellen oder eigene Grenzen zu erproben.

Ein sicherer Umgang mit dem Thema bedeutet, Aufklärung zugänglich zu machen. Das heißt auch: Infos in einfacher Sprache, Materialien mit Bildern, Zeit für Fragen. Es bedeutet, Mädchen* in ihrer Körperwahrnehmung zu stärken, sie über Rechte und Grenzen zu informieren und ihnen zuzutrauen, selbst Entscheidungen zu treffen.

Schutz heißt nicht Kontrolle. Sondern die Möglichkeit, über sich selbst zu bestimmen und Hilfe zu bekommen, wenn etwas nicht gut läuft. Gerade Mädchen* mit Behinderungen sind häufiger von Grenzverletzungen betroffen. Umso wichtiger ist es, dass sie sich ernst genommen fühlen und wissen: Ich darf Nein sagen. Ich darf Wünsche äußern. Und ich werde gehört.



Formen von Assistenz verstehen

Assistenz gibt es in vielen Facetten. Für manche Mädchen* bedeutet das eine Person, die beim Ankommen hilft. Andere brauchen Unterstützung beim Schreiben, Sprechen oder bei der Orientierung im Raum. Wieder andere haben eine Schulbegleitung.

Als Fachkraft musst du nicht alles selbst wissen oder leisten. Aber es hilft, ein Gefühl dafür zu bekommen, wie du Assistenz mitdenken kannst:

- Ist klar, ob eine Begleitperson mitkommen darf?
- Gibt es genug Platz im Raum für Hilfsmittel oder Rollstühle?
- Können Aufgaben so gestaltet werden, dass alle mitmachen können?

Und wenn du unsicher bist: Frag nach. Bei den Mädchen*, bei Eltern oder bei Trägern. Verantwortung heißt nicht, alles allein stemmen zu müssen. Sondern zu wissen, wo man Unterstützung bekommt.



6. Wissen aus der Arbeit mit Mädchen* mit Behinderungen

Wie leben Mädchen* mit Behinderungen?

Mädchen* mit Behinderungen werden oft ausgegrenzt.

Das bedeutet: Sie können **nicht** überall mitmachen.

Ihr Alltag ist oft anders.

Manche Mädchen* brauchen mehr Zeit oder besondere Hilfe.

Sie brauchen zum Beispiel:

- Räume **ohne** Hindernisse.
- Unterstützung von **einer** Person.

Jedes Mädchen* ist anders.

Die Hilfe soll zeigen: Alle gehören dazu.

Viele Mädchen* mit Behinderungen sagen:

- Man nimmt mich nicht ernst.
- Ich darf nicht mitentscheiden.

Deshalb sind sichere Orte wichtig.

Dort können alle mitmachen und zeigen, was sie denken und fühlen.

Das geht auch mit Bildern oder Text.

Eigene Entscheidungen und Sicherheit bei Sexualität

Mädchen* mit Behinderungen werden oft falsch behandelt.

Manche Menschen sagen:
Sie haben **keine** Sexualität.

Andere Menschen sagen:
Sie sind **nur** sexuell.

Solche Menschen sehen Mädchen* mit Behinderungen nur für Sex.
Sie sehen nicht die Person.

Viele Eltern machen sich Sorgen und schützen ihr Kind zu stark.

Aber Mädchen* brauchen gute Informationen.
Sie sollen ihren Körper kennen.

Sie sollen eigene Grenzen setzen können.
Das ist wichtig, weil sie oft schlechte Erfahrungen machen.

Hilfe im Alltag kann verschieden sein

Es gibt verschiedene Hilfs-Angebote.

Zum Beispiel:

- Eine Person, die hilft.
- Ein technisches Hilfs-Mittel.

Überlege bei Hilfs-Angeboten immer:

Braucht das Mädchen* Hilfe?

Gibt es genug Platz für ein Hilfs-Mittel?

Gibt es genug Möglichkeiten für eine Hilfs-Person?

Frage nach, wenn du unsicher bist.

Du musst **nicht** alles selbst wissen.

7

MACHEN, MITMACHEN, MIT- GESTALTEN



Methoden für Einstieg, Austausch und Kreativität

Einfache, klare und inklusive Methoden helfen dabei, Vertrauen aufzubauen und miteinander ins Gespräch zu kommen. Gerade zu Beginn einer Gruppe ist es wichtig, dass alle sich willkommen fühlen – unabhängig von Sprache, Ausdrucksform oder Tempo. Methoden sollten als Angebote verstanden werden, nicht als Pflicht. Sie entfalten dann ihre Wirkung, wenn sie flexibel einsetzbar sind und niemanden ausschließen. Kennenlernspiele ohne Leistungsdruck, Bilderkarten für Stimmungsabfragen oder Übungen mit Symbolen, bei denen kein gesprochenes Wort notwendig ist, können hier hilfreiche Impulse geben. Auch Methoden zur Reflexion von Gruppenerfahrungen oder zur Frage „Was stärkt mich?“ eröffnen gute Möglichkeiten für Austausch und Selbstwahrnehmung.

Kreative Ansätze wie Theater, Musik, Malen, Bewegung oder gemeinsames Gestalten können diesen Einstieg ergänzen. Sie sprechen unterschiedliche Sinne an, schaffen neue Zugänge und erlauben Ausdruck auch jenseits von Sprache. Dabei steht nicht das Ergebnis im Vordergrund, sondern der Weg dorthin: Freude, Nähe, Mut zum Ausprobieren und die Erfahrung, etwas selbst gestalten zu können. Solche Methoden lassen sich gut an verschiedene Bedürfnisse anpassen. Oft braucht es nur kleine Veränderungen, etwa andere Materialien, mehr Zeit oder eine zusätzliche Erklärung, damit alle mitmachen können.

Auch Spiele können ein wertvoller Bestandteil inklusiver Gruppenarbeit sein. Sie bringen Bewegung, fördern das Miteinander und lockern die Stimmung auf. Inklusive Spiele legen den Fokus nicht auf Schnelligkeit oder Gewinnen, sondern auf gemeinsames Tun. Ob stehend oder sitzend, laut oder leise – wichtig ist, dass jede Person sich einbringen kann. Besonders kooperative Spiele, bei denen niemand verlieren kann, stärken den Zusammenhalt in der Gruppe.



Beteiligung stärken – Allyship in der Praxis

Inklusive Mädchen*arbeit lebt davon, dass Mädchen* mit Behinderungen nicht nur teilnehmen, sondern mitgestalten können. Beteiligung heißt: Ich werde gefragt, ich werde ernst genommen, ich darf entscheiden. Das ist nicht nur ein Ziel, sondern eine Haltung, die sich in der gesamten Arbeit widerspiegeln sollte.

Allyship bedeutet, solidarisch an der Seite von Menschen zu stehen, die von Ausschlüssen betroffen sind. In der inklusiven Mädchen*arbeit heißt das, Mädchen* mit Behinderungen zu unterstützen, ohne für sie zu sprechen, und Räume zu schaffen, in denen sie ihre eigenen Stimmen erheben können.

Allyship beginnt im Kleinen. Es zeigt sich darin, Mädchen* zu fragen, wie sie sich fühlen, was sie brauchen und was sie sich wünschen. Manchmal braucht es dazu kreative Wege, zum Beispiel Stimmungsbilder, Wunschzettel, Klebepunkte oder ein Gruppentagebuch. Wichtig ist, dass alle auch ohne viele Worte mitmachen können.

Wer sich beteiligt, braucht Raum, um sich auszuprobieren. Das kann heißen, bei der Planung eines Angebots mitzuwirken, eigene Ideen einzubringen oder selbst eine kleine Aktion zu leiten. Mädchen* erleben so: Meine Meinung zählt, ich kann etwas bewirken, ich darf sichtbar sein.

Peer-Projekte, bei denen Mädchen* (mit Behinderungen) andere stärken oder sich gegenseitig unterstützen, sind besonders kraftvoll. Sie fördern Selbstvertrauen, stärken Gemeinschaft und zeigen, wie viel Potenzial in den Jugendlichen selbst steckt. Dabei müssen nicht immer große Programme entstehen, schon ein gemeinsamer Projekttag oder ein kleiner Podcast kann viel bewirken.

Auch Selbstvertretung kann ein Thema sein. Vielleicht möchten einzelne Mädchen* in einem Jugendgremium mitwirken, ihre Erfahrungen in einem Blog teilen oder in ihrer Schule für mehr Barrierefreiheit eintreten. Du kannst sie ermutigen, begleiten und ihnen zeigen, wo sie Unterstützung finden.

Beteiligung braucht Zeit, Vertrauen und Geduld. Es kann Momente geben, in denen wenig zurückkommt oder Entscheidungen schwerfallen. Das gehört dazu. Wichtig ist, dass du dranbleibst, Fragen stellst, Angebote machst und Raum schaffst. So entsteht Schritt für Schritt echte Partizipation.



7. Mitmachen und Mitgestalten

Einfache Ideen für den Anfang und für kreative Gruppen-Arbeit

Du arbeitest mit Mädchen* mit Behinderungen?
Dann ist ein guter Start wichtig.
Die Ideen sollen einfach sein.
Sie sollen Spaß machen.
Sie sollen niemanden unter Druck setzen.

Zum Beispiel:

- Benutze Spiele, damit sich alle kennen lernen.
- Wichtig: Niemand **muss** mitmachen.

- Benutze Bilder-Karten oder Zeichen.
- So kann auch **ohne** Worte etwas gesagt werden.

- Biete Möglichkeiten zum Malen, Musik machen oder Theater spielen.
Damit können sich die Mädchen* ausdrücken.
Das bedeutet: Sie können zeigen, was sie fühlen und denken.

- Mache gemeinsame Spiele **ohne** Gewinner oder Verlierer.

So fühlen sich alle wohl.

Mädchen* unterstützen, ohne für sie zu sprechen

Mädchen* mit Behinderungen sollen mitreden.

Mädchen* mit Behinderungen sollen mitentscheiden.

Wichtig ist:

Du hilfst den Mädchen*.

Du sprichst aber **nicht** für sie.

Du gibst ihnen Platz für ihre eigene Meinung.

Das nennt man: Allyship.

Allyship ist ein englisches Wort.

Wir sprechen es so aus: Ällie-schip.

So kannst du das machen:

- Lass die Mädchen* Wunsch-Zettel schreiben.
- Gib ihnen Klebe-Punkte für Abstimmungen.
- So zeigen die Mädchen*, was sie möchten.
- Frag die Mädchen*, was sie wollen.
Lass sie bei der Planung mitmachen.

Projekte mit anderen Mädchen* sind auch gut.

Sie helfen beim Lernen.

Die Mädchen* üben, für sich selbst zu sprechen.

Das stärkt ihr Vertrauen in sich selbst.

Die Mädchen* merken: Meine Meinung ist wichtig.

Echte Teilhabe braucht Zeit, Vertrauen und Geduld.

Teilhabe heißt: Alle Menschen sollen überall mitmachen können.

8

WENN ES SCHWIERIG WIRD – UND WEITERGEHT



Auch wenn du mit viel Offenheit und Motivation arbeitest: Inklusive Mädchen*arbeit ist kein Selbstläufer. Manchmal ist es anstrengend. Manchmal läuft es anders als geplant. Und manchmal stellst du fest, dass du nicht allen Bedürfnissen gerecht wirst. Das ist okay, denn echte Veränderung braucht Zeit, Erfahrung und oft auch Umwege.

Typische Herausforderungen erkennen und ansprechen

Es gibt Hürden, die viele Fachkräfte in der inklusiven Arbeit erleben:

- Es fehlen barrierefreie Räume oder Hilfsmittel.
- Fördergelder sind begrenzt oder mit viel Aufwand verbunden.
- Du fühlst dich allein mit dem Thema oder bekommst wenig Rückhalt.
- Angebote erreichen die Mädchen*, die du eigentlich ansprechen willst, nicht.

Wichtig ist: Du musst nicht alle Probleme lösen. Aber du kannst sie sichtbar machen. Sprich mit Kolleg*innen darüber. Suche Unterstützung in Netzwerken oder bei Fachstellen. Und vor allem: Verliere nicht den Mut, wenn etwas nicht gleich funktioniert.

Auch organisatorische Strukturen können Herausforderungen mit sich bringen. Vielleicht ist der Träger noch nicht barrierefrei. Vielleicht fehlt eine klare Haltung im Team. Dann kann es helfen, kleine Schritte zu gehen und Verbündete zu suchen, bspw. eine Kollegin, die sich auch für Inklusion stark

macht, eine Leitungsperson, die offen für neue Impulse ist, oder eine Fachstelle, die euch begleitet.

Doch nicht nur im Organisatorischen tauchen Herausforderungen auf, sondern auch im Gruppenalltag. Vielleicht wünscht sich ein Mädchen* mit Behinderung Schlagermusik, andere sind davon genervt. Solche Situationen sind normal. Inklusion heißt nicht, dass alle alles gut finden müssen, sondern dass Unterschiede ausgehandelt werden dürfen. Offenheit und klare Regeln helfen, damit sich alle gesehen fühlen, auch mit ihren Grenzen.

Umgang mit Unsicherheit und Widersprüchen

Du wirst nicht immer alles richtig machen. Und manchmal bist du unsicher: Ist das jetzt wirklich inklusiv? Habe ich jemanden ausgeschlossen, ohne es zu merken? Was, wenn ich eine Grenze übersehe oder etwas ungewollt verletzend ist?

Diese Unsicherheiten gehören dazu. Sie zeigen, dass du Verantwortung übernimmst und bereit bist, dazuzulernen. Es hilft, sich regelmäßig zu reflektieren, allein oder im Team.

Inklusiv zu arbeiten heißt auch, mit Widersprüchen leben zu lernen. Vielleicht musst du dich zwischen Barrierefreiheit und Gruppendynamik entscheiden. Oder du merkst, dass die Wünsche einzelner Mädchen* sich widersprechen. Wichtig ist, im Gespräch zu bleiben und gemeinsam Lösungen zu suchen.

Zeige den Mädchen*, dass du offen bist für Rückmeldung. Dass sie sagen dürfen, wenn etwas nicht gut läuft. Und dass du bereit bist, Dinge zu verändern. So entsteht ein Klima, in dem alle wachsen können.





8. Wenn es schwierig wird und trotzdem weitergeht

Probleme erkennen und gemeinsam Lösungen finden

Inklusive Mädchen*-Arbeit ist **nicht**
immer einfach.

Es klappt **nicht** alles?

Es sind **nicht** alle zufrieden?

Das ist normal.

Veränderung braucht Zeit.

Es gibt oft Probleme.

Zum Beispiel:

- Räume haben Barrieren.
- Es fehlen Hilfsmittel oder Geld.
- Das Team hilft zu wenig.

Du musst die Probleme **nicht** allein lösen.

Aber du musst die Probleme bemerken.

Dann kannst du Hilfe suchen.

Zum Beispiel bei Kolleginnen und Kollegen
oder bei Fach-Stellen.

Auch in der Gruppe kann es Streit geben.

Zum Beispiel bei der Frage:

Welche Musik hören wir?

Das ist okay.
Inklusion heißt auch:
Wir sind verschieden.
Wir finden gemeinsam einen Weg.

Wie du mit Unsicherheit und Widersprüchen umgehst

Du bist manchmal unsicher?
Das ist normal.
Zum Beispiel fragst du dich:
Mache ich alles richtig?

Diese Frage zeigt:
Du willst es gut machen und du bist bereit,
weiter zu lernen.

Manchmal gibt es Dinge, die **nicht** zusammen
passen.

Zum Beispiel:
Ihr habt einen barrierefreien Raum.
Aber die Gruppe fühlt sich trotzdem **nicht** wohl.

Dann hilft:
Sprich mit den Mädchen*.
Sucht gemeinsam nach Lösungen.

Wichtig ist:
Zeige den Mädchen*, dass du zuhörst.
Und dass du bereit bist, etwas zu ändern.

9

ANHANG

Glossar wichtiger Begriffe

Mädchen*

Das Sternchen hinter „Mädchen“ zeigt: Es geht hier nicht nur um cis Mädchen. Also Personen, denen bei der Geburt das Geschlecht „weiblich“ zugewiesen wurde und die sich auch so identifizieren. Gemeint sind auch trans*, inter*, nicht-binäre und genderqueere Personen, die sich als Mädchen* sehen oder als solche an Angeboten teilnehmen möchten. Die eigene Selbstbezeichnung ist entscheidend.

Behinderung

Der Begriff ist nicht neutral. Viele verstehen darunter vor allem medizinische Diagnosen oder „Defizite“. In der Fachdiskussion und im deutschen Recht (§ 2 SGB IX) wird heute ein moderner, bio-psycho-sozialer Behinderungsbegriff verwendet. Dieser leitet sich aus der UN-Behindertenrechtskonvention ab und besagt, dass eine Behinderung aus dem Zusammenspiel von körperlichen, seelischen oder geistigen Beeinträchtigungen und umwelt- sowie einstellungsbezogenen Barrieren entsteht, welche die gleichberechtigte Teilhabe an der Gesellschaft erschweren können.

Für die Mädchen*arbeit ist es hilfreich, sich ergänzend dazu am sozialen und menschenrechtlichen Modell von Behinderung zu orientieren. Es betont: Behinderung entsteht nicht nur durch individuelle Merkmale, sondern vor allem durch gesellschaftliche Barrieren. Also durch Zugänge, die fehlen, durch

Vorurteile oder durch Strukturen, die Menschen ausschließen. Kurz gesagt: Nicht der Mensch ist behindert, sondern er wird behindert.

Inklusion

Inklusion bedeutet mehr als „alle dürfen mitmachen“. Es heißt, dass Vielfalt von Anfang an mitgedacht und mitgestaltet wird. Nicht eine Person soll sich anpassen. Vielmehr verändern sich die Strukturen so, dass niemand ausgeschlossen wird. Inklusion ist also kein Zustand, sondern ein Prozess. Und sie ist ein Menschenrecht.

Barrierefreiheit

Barrierefreiheit ist ein rechtlich verankerter Begriff. Er bedeutet, dass alle Menschen, unabhängig von körperlichen, kognitiven oder sonstigen Voraussetzungen, Räume, Angebote, Informationen und Lebensbereiche ohne zusätzliche Hilfe nutzen können. Barrierefreiheit ist ein Ziel, das in Gesetzen wie dem Behindertengleichstellungsgesetz (BGG) oder der UN-Behindertenrechtskonvention verankert ist.

In dieser Handreichung wird bewusst nicht der Begriff Barrierearmut verwendet. Zwar wird er in der Praxis oft genutzt, um auf kleinere Fortschritte oder Zwischenstufen hinzuweisen, doch gleichzeitig besteht die Gefahr, dass er strukturelle Ausschlüsse verharmlost oder als „gut genug“ dargestellt wird. Die Orientierung an echter Barrierefreiheit bleibt wichtig, auch wenn sie noch nicht überall erreicht ist oder als Utopie gilt.

Ableismus

Ableismus beschreibt die Abwertung, Benachteiligung oder Ausgrenzung von Menschen mit Behinderungen. Die dahinterstehende Denkweise geht davon aus, dass bestimmte Körper oder Fähigkeiten „normal“ oder „besser“ sind und andere nicht dazugehören. Ableismus zeigt sich in Sprache, in Gesetzen, im Alltag oder in Barrieren, die Menschen mit Behinderungen ausschließen. Oft passiert das unbewusst, ist aber tief in gesellschaftlichen Strukturen verankert.

Allyship

Allyship (auf Deutsch: Verbündet-Sein) bedeutet, sich solidarisch an die Seite von Menschen zu stellen, die von Diskriminierung betroffen sind, auch wenn man selbst nicht dazugehört. Ein Ally hört zu, nutzt die eigene Position, um Barrieren abzubauen, und schafft Raum für andere Stimmen. Dabei geht es nicht darum, „für“ andere zu sprechen, sondern sich gemeinsam für mehr Gerechtigkeit einzusetzen.

Peer

Ein Peer ist eine Person, die ähnliche Erfahrungen oder Lebenslagen hat wie jemand anderes, zum Beispiel junge Menschen (mit Behinderungen), die sich gegenseitig unterstützen. In der inklusiven Mädchen*arbeit kann Peearbeit bedeuten, dass Mädchen* sich gegenseitig stärken, voneinander lernen oder gemeinsam Projekte umsetzen. Das schafft Nähe, Vertrauen und zeigt: Ich bin nicht allein.

Materialien und Links

Im Laufe der Arbeit an dieser Handreichung sind wir auf viele hilfreiche Checklisten, Materialien und Linktipps gestoßen. Eine Sammlung dieser Ressourcen findest du gebündelt auf unserer Homepage unter:



<https://www.lag-maedchenpolitik-bw.de/lag/themen/inklusive-maedchen-arbeit>

Schau gerne vorbei und lass dich inspirieren.



9. Anhang

Tipps, Materialien und Links für dich

Für diesen Text haben wir viel gelesen.
Dabei haben wir viel Material gefunden.
Vielleicht hilft dir etwas davon.

Zum Beispiel:

- Check-Listen
- Links
- Tipps für die Praxis

Du findest alles auf unserer Internetseite unter:



[https://www.lag-maedchenpolitik-bw.de/lag/
themen/inklusive-maedchen-arbeit](https://www.lag-maedchenpolitik-bw.de/lag/themen/inklusive-maedchen-arbeit)

Schau gerne vorbei und finde Ideen für dich!

Impressum:

Text: Maria Tramountani

Übersetzungen in Leichte Sprache (A2): capito Stuttgart



Grafisches Konzept & Gestaltung: Studio Rada B.,

Susanne Beer, Veronika Žohová

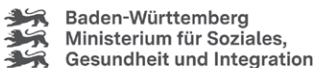
Illustrationen: Ka Schmitz

Veröffentlicht im Februar 2026

Diese Handreichung ist im Rahmen des Projekts „Inklusive Mädchen*arbeit – Kompaktwissen für Multiplikator*innen“ der LAG Mädchen*politik entstanden.

Finanziert durch das Ministerium für Soziales, Gesundheit und Integration aus Mitteln des Landes Baden-Württemberg, die der Landtag von Baden-Württemberg beschlossen hat.

Die Herstellung dieser Arbeitshilfe wurde außerdem gefördert aus Mitteln des Kommunalverbandes für Jugend und Soziales Baden-Württemberg (KVJS).



Mädchen* mit Behinderungen sind in der Mädchen*-arbeit oft noch unsichtbar und stoßen auf vielfältige Barrieren. Diese Handreichung unterstützt Fachkräfte dabei, inklusive Angebote zu gestalten, die über reine Barrierefreiheit hinausgehen. Mit Fokus auf eine reflektierte Haltung sowie fundiertem Wissen über Lebensrealitäten, rechtliche Grundlagen und Allyship bietet die Broschüre praktische Impulse für eine diskriminierungskritische Praxis. Sie ist eine Einladung, Räume zu schaffen, in denen Mädchen* mit Behinderung nicht nur mitgemeint sind, sondern aktiv mitgestalten können – für eine Mädchen*arbeit, die wirklich alle meint.

