

## PROJEKT: LOGINSFRAUENWELTEN

In der wachsenden Stadt Wien, in der Sozialraum enger wird, Ressourcen wie (Wohn)Raum knapper bzw. immer teurer werden, in einer globalisierten Stadt in der alle Abläufe schneller und effizienter werden, sind Angebote zur Selbstbestimmung, v.a. für Frauen und insbesondere für Frauen die von Armut und sozialer Benachteiligung betroffen sind, eine wichtige Stütze um Ungleichheiten zu begegnen. Strukturelle Barrieren, traditionelle Rollenbilder und soziale Ungerechtigkeiten erschweren es vielen Frauen nach wie vor gleichberechtigt am gesellschaftlichen und ökonomischen Leben teilzuhaben.

Die Vermittlung von Instrumente und Fähigkeiten, die Sicherheit in einem umfassenden Sinne, v.a. Selbstsicherheit verleihen, steht im Zentrum der Projektaktivitäten.

Raum für sich beanspruchen, Wort ergreifen, Interessen und Anliegen durchsetzen lernen, sind Anforderungen, die im täglichen Leben benötigt werden und denen mit den Workshopserien der loginsFrauenwelten begegnet wird.

In diesem Sinne wird auf eine breite Herangehensweise mit unterschiedlichen Zugängen zur Wissens-, Kompetenz- und Stärkenvermittlung und -entwicklung, sowie Partizipation und Teilhabe gesetzt. Frauen stärken, voneinander lernen und einander unterstützen, sichtbar werden und den öffentlichen Raum nutzen oder die Solidarität unter Frauen fördern, sind Anliegen in den loginsFrauenwelten.

Zur Anwendung kommt zudem das Konzept der Selbstwirksamkeitserwartung (nach Albert Bandura). Dieses basiert auf der eigenen Erwartung und beschreibt die positiven Auswirkungen des Glaubens an sich selbst. Der Glaube an die eigene Person ist eine wichtige Voraussetzung dafür, die Aufgaben des Lebens erfolgreich zu meistern. Vom bekannten Effekt der Selbstwirksamkeitserwartung abgeleitet fördert Empowerment entsprechende Strategien und Maßnahmen, die geeignet sind, die eigene Autonomie zu erhöhen, sowohl in Bezug auf die Einstellung zu sich selbst, als auch auf die soziale Interaktion in Gemeinschaften. Dazu zählt eigene Interessen eigenmächtig, selbstverantwortlich und selbstbestimmt zu vertreten und zu gestalten.

In der laufenden Projekteumsetzung der loginsFrauenwelten, werden jährlich neue Schwerpunkte, die den Jahresschwerpunkten der MA 57 - Frauenservice der Stadt Wien, die sich für eine geschlechtergerechte Gesellschaft einsetzen, entsprechen, gesetzt.

2020 liegt der Schwerpunkt im Bereich Gewaltfreie Kommunikation, Achtsamkeit, sowie Zivilgesellschaftliche Teilhabe oder Vermittlung von Überlegungen der Friedensbewegung. In einem fundierten Programmangebot wird die Entfaltung eines vielfältigen Ressourcenpools gefördert, Teilhabemöglichkeiten geschaffen und Partizipation gestärkt.

## Ziele

- Stärkung von Selbstbewusstsein, Selbstbehauptung und Durchsetzungsvermögen
- Stärkung von Kommunikation und Kontaktfähigkeit

- Selbstwahrnehmung des eigenen Kommunikationsstils als Grundlage für ein sicheres Auftreten
- Konfliktsituationen wahrnehmen, erkennen und diesen frühzeitig entgegenwirken
- Reflexion der persönlichen Konfliktlösungsmuster und Erweiterung der Handlungskompetenz
- Umgang mit unfairen Angriffen – Schlagfertigkeitstechniken
- Umgang mit geschlechtsstereotypen Kommunikationsstilen
- Reflexion von eigenen Bedürfnissen und Wünschen
- Entwicklung und Erprobung neuer Handlungsstrategien
- Ermutigung zur Zivilcourage
- Ressourcenstärkung allgemein und spezifisch
- Wissens- und Informationsvermittlung
- Raum für frauenspezifische Aktivitäten und Bedürfnisse zur Verfügung stellen
- Überwindung von Barrieren und Zugangshürden zu Aktivitäten der Gesundheitsförderung und Weiterbildung
- Unterstützung bei der Schaffung eines positiven Körper- und Selbstbildes
- Sensibilisierung für persönliche Grenzen
- Ermöglichen von positiven Erfahrungen, positiven Emotionen
- Möglichkeit des Sich-Raum-Nehmens
- Lernprozesse und Reflexion anstoßen
- Übernahme einer aktiven, selbstbestimmten Rolle
- Partizipation und Teilhabe stärken

## Eckdaten

Laufzeiten: laufend, mit unterschiedlichen Jahresschwerpunkten

Projektleitung: Ilse Gstöttenbauer

Programmumsetzung: Simone Roth, Ute Gigler

Fördergeber\*innen: MA 57, Arbeiterkammer Wien