



30 Jahre



MÄDCHEN*
gesundheitsladen



*30 Jahre Mädchen*gesundheitsladen
- tauch(en Sie) ein in eine Welt der feministischen Mädchen*arbeit -
wir wünschen viel Spaß beim Schmökern*

DAS MÄDCHEN*GESUNDHEITSLADEN-TEAM

IMPRESSUM

HERAUSGEBERIN:

Mädchen*gesundheitsladen
GesundheitsLaden e.V.
Lindenspürstraße 32
70176 Stuttgart

REDAKTION:

Julia Hirschmüller, Kristin Komischke, Isabel Mentor,
Nadine Preisach-Podchull, Dagmar Preiß

V.i.S.d.P.:

Dagmar Preiß

GRAFIK/LAYOUT:

slide by slide, Stuttgart

FOTOS:

GesundheitsLaden e.V.

STAND:

September 2021



30 JAHRE MÄDCHEN* GESUNDHEITSLADEN WAS FÜR EINE GESCHICHTE! WAS FÜR EINE ERFOLGSGESCHICHTE!

Herzlichen Glückwunsch zum Geburtstag! Welch ein Anlass zu feiern und die Geschichte einer besonderen Beratungsstelle zu würdigen. Was vor 30 Jahren als Idee und kleines Modellprojekt begann, hat sich zu einer wichtigen, geschätzten und geachteten Einrichtung mit vielfältigen Angeboten entwickelt, inzwischen längst als Teil eines gewachsenen Vereins mit mehreren Säulen. Wer hätte das gedacht oder erahnt, als vor 30 Jahren der Startschuss fiel. Was geblieben ist und all die Jahre diese Arbeit getragen hat, ist das fachliche und vor allem auch mädchen*- bzw. genderpolitische Engagement, eine ungeheure Kreativität und Bereitschaft, Angebote und Zugänge für Mädchen* und junge Frauen* und ihre Anliegen und Bedarfe zu entwerfen, in Konzepte zu kleiden und mit und für die Adressatinnen* umzusetzen.

Ausgangspunkt war und ist noch immer, Mädchen* darin zu unterstützen, sich gesund zu fühlen. Das ist in einem ganz umfassenden Sinne zu verstehen. Denn Gesundheit ist kein besonderes Glück oder ein Zustand, sondern ein dynamischer Prozess, der Aktivität und Auseinandersetzung mit sich und dem eigenen Körper erfordert. Es geht also darum, eigene Wege und Lösungen für sich zu finden. In den Angeboten des Mädchen*gesundheitsladens spiegelt sich die Haltung, Mädchen* und junge Frauen* ernst zu nehmen in ihrer Sicht auf die Welt, mit ihren Sorgen, Wünschen und Hoffnungen, sie in einem umfassenden Sinne zu beteiligen und als Akteurinnen* und Gestalterinnen* ihres Lebens zu verstehen und anzusprechen. Dieses Verständnis ist eines der Erfolgsrezepte der Geschichte des Mädchen*gesundheitsladens.

Wichtig war und ist aber auch immer noch, sich im Sinne der Adressatinnen* einzumischen und zu beteiligen an der Gestaltung der Jugendhilfelandchaft in Stuttgart, in mädchen*politischen Gremien und in den Feldern der Gesundheitsförderung. Denn auch wenn sich zweifellos in den letzten 30 Jahren sehr viel im Bereich Gleichstellungspolitik verbessert hat, so bleibt ein aufmerksamer Blick auf strukturelle Ungerechtigkeiten oder Unausgewogenheiten wichtig und zentral für eine solche Einrichtung. Auch dieses Engagement erscheint mir wichtig für die Erfolge des Mädchen*gesundheitsladens.

All das wird getragen durch ein Team, das sich in diesen Jahrzehnten sowohl personell als auch fachlich-inhaltlich als sehr stabil erwiesen hat. Es wurden immer wieder Lösungen für Herausforderungen oder auch Krisen gefunden, wie zuletzt in der Corona-Zeit. Alle sind mit großer Freude, Einsatzbereitschaft, hoher Fachlichkeit, Verantwortung und Kreativität dabei. Gleichzeitig beschäftigen sich die Kolleginnen laufend mit einer Weiterentwicklung der Zugänge und Angebote und entwickeln immer wieder neue Projekte und Ideen. Dafür danke ich allen Beteiligten von ganzem Herzen. Ich bin dankbar und stolz, in verschiedenen Rollen ein Teil dieser Entwicklung sein zu dürfen.

Unser immer wieder zitiertes Motto „Eigensinn und Lebenslust“ gilt in einem vielfältigen Sinne: gedacht als Wahlspruch für Mädchen* und junge Frauen*, beschreibt es aber auch die Einrichtung an sich, es charakterisiert in einem gewissen Sinne auch das Team und damit das ganze Projekt. Möge sich der Mädchen*gesundheitsladen in diesem Sinne weiter entwickeln!

Anja Wilser,
Vorstandsfrau des Gesundheitsladens e.V.

Eigensinn und Lebenslust

30 JAHRE MÄDCHEN*ARBEIT UND MÄDCHEN*POLITIK IM MÄDCHEN*GESUNDHEITSLADEN STUTTGART

Im Jahr 2021 feiern wir im Mädchen*gesundheitsladen unser 30 jähriges Jubiläum. Wir sind eine Beratungs- und Präventionsstelle in den Bereichen Gesundheitsförderung, sexuelle Bildung, Sucht- und Gewaltprävention.

Der Mädchen*gesundheitsladen (MGL) steht allen Mädchen* und jungen Frauen* vom Grundschulalter bis Anfang 20 offen. Weitere Adressat*innen sind Fachkräfte, Eltern und andere Angehörige von Mädchen*.

Die Wurzeln des Mädchen*gesundheitsladens liegen in der feministischen Frauengesundheitsbewegung und in der parteiichen Mädchen*arbeit. Auch heute fühlen wir uns diese Prinzipien verpflichtet.

Begonnen hat die Geschichte des Mädchen*gesundheitsladens als ein auf 3 Jahre befristetes Modellprojekt. Dieses wurde mit 1,5 Personalstellen durch das Sozialministerium Baden-Württemberg gefördert. Die wissenschaftliche Begleitung wurde in Kooperation mit der Universität Tübingen durchgeführt.



30 Jahre später erhalten wir über das Jugendamt der Landeshauptstadt Stuttgart jährlich einen Betriebskostenzuschuss und einen kleinen Zuschuss des Landes. Der Stellenumfang ist auf 3,4 Personalkraftstellen angewachsen. Diese Entwicklung wurde durch das

große Engagement und auch „den Kampf“ zahlreicher Mitarbeiterinnen*, Vorstandsfrauen*, Praktikantinnen* sowie der Unterstützung aus der Verwaltung, Politik, vieler Kooperationspartner*innen sowie vieler, vieler Mädchen* und jungen Frauen*, die sich immer wieder für den Mädchen*gesundheitsladen eingesetzt haben, möglich. Der Mädchen*gesundheitsladen hat sich vom kleinen Mädchen*projekt zu einer etablierten Einrichtung der Stuttgarter Jugendhilfelandschaft entwickelt.

Unter das Dach des GesundheitsLadens e.V. gehören inzwischen auch ABAS, die Fach- und Anlaufstelle bei Essstörungen sowie Jungen* im Blick, die geschlechtsbezogenen Einrichtung für Jungen* und junge Männer*. Auch innerhalb dieser Strukturen behält der MGL neben vielfältigen Kooperationen seine Eigenständigkeit und seine mädchen*bezogene Arbeitsweise.

Der geschlechtsbezogene Blick auf die Sozialisationsbedingungen und die Bedingungen des Heranwachsens von Mädchen* und jungen Frauen* ist damals, wie heute in all' unseren Angeboten zentral. Zentrale Handlungsmaxime, die uns darüber hinaus wichtig sind, sind in unserer Konzeption formuliert. Ziel des Mädchen*gesundheitsladens ist es, Mädchen* und junge Frauen* in ihrer spezifischen Lebenswelt mit ihren Fragen, Sorgen und Wünschen ernst zu nehmen und gemeinsam mit ihnen Perspektiven und Wege zu entwickeln.

Im Sinne der Lebenskompetenzförderung werden Mädchen* darin unterstützt

- aktiv, selbstbewusst und im eigenen Tempo die Anforderungen der Pubertät zu meistern
- ein positives Körperbild und Körpergefühl zu entwickeln
- einen gelingenden Umgang mit Sexualität zu finden
- die Authentizität, d.h. die Akzeptanz für ihr „So-Sein“ zu fördern.

„Gerade für junge Mädchen ist es wichtig eine Anlaufstelle zu haben, bei der man aufgefangen und ernst genommen wird.“

Mädchen* (21 Jahre)

Von Beginn an haben sich in der praktischen Arbeit drei Säulen bewährt. Hierzu zählen sozusagen als Herzstücke die Mädchen*gruppenarbeit und die (psychosoziale) Beratung sowie die Arbeit mit Fachkräften und Multiplikator*innen. Darüber hinaus spielt die Mädchen*politik seit 30 Jahren eine zentrale Rolle für uns. Im Sinne der Lobbyarbeit für Mädchen* messen wir der Vernetzung sowie der Gremien- und Öffentlichkeitsarbeit eine wichtige Bedeutung bei. Hierzu zählen auf kommunaler Ebene die AG Gender § 78 KJHG und die AG Mädchen*politik sowie auf Landesebene die LAG Mädchen*politik.

Wichtige Themen in den Workshops mit Mädchen*gruppen sind:

Pubertät und körperliche Veränderungen, Sexualität, sexuelle Orientierung, geschlechtliche Identität, Verhütung, weiblicher Zyklus und Menstruation, Schönheitsideale, soziale Medien, essgestörtes Verhalten/ Essstörungen, Beziehungsgestaltung und Freundschaften, soziale Kompetenz, Leistungsdruck und Stressbewältigung sowie Selbstbehauptung

Zentrale Themen in der Beratung sind darüber hinaus: selbstverletzendes Verhalten, depressive Verstimmungen, Ängste und Zwänge, Herausforderungen im schulischen Kontext, familiäre Probleme, Gewalt- und Ausgrenzungserfahrungen, Identitätsfragen und Selbstwertthematiken.

Die letzten 30 Jahre waren von vielfältigen gesellschaftlichen Veränderungen geprägt. Pluralisierung, Individualisierung und Medialisierung sind heute von zentraler Bedeutung, Mädchen* und junge Frauen* sind mit einer großen Vielfalt in unterschiedlichen Lebensbereichen konfrontiert. Vieles scheint heutzutage möglich.

Bei allen positiven Entwicklungen bleibt die Lebensrealität von Mädchen* und Frauen* in unserer Gesellschaft patriarchal geprägt und ist von den Leistungsidealen unserer Gesellschaft durchzogen. Es herrschen rigide Schönheits- und Schlankheitsideale, ein zunehmender Körperhass ist zu beobachten. Ein weitverbreiteter Leistungsdruck gehören ebenso wie (sexualisierte) Gewalterfahrungen zum Alltag viel zu vieler Mädchen*.

Nichts desto trotz gestalten viele Mädchen* und junge Frauen* ihr Leben äußerst gelingend und mit viel Engagement. Nicht wenige zahlen unter Umständen aber einen hohen Preis dafür. Und genau hier leitet sich der hohe Bedarf an geschlechtsbezogener Arbeit und konkreten Angebote für Mädchen* und junge Frauen* auch im Jahr 2021 ab.

Haben wir Mädchen* und junge Frauen* in den Anfängen des Mädchen*gesundheitsladens z.T. noch in der Rolle des vermeintlich „schwachen und hilfsbedürftigen Mädchens*“ wahrgenommen, die vor allem Schutz- und Schonräume benötigen, um gestärkt werden zu können, begegnen wir Mädchen* und jungen Frauen* heute als Expertinnen* ihrer Selbst und stellen in erster Linie Frei- und Entwicklungsräume zur Verfügung. Dies schließt selbstverständlich weiterhin Schutzräume für bestimmte Adressatinnen* und Fragestellungen mit ein.

In den letzten 30 Jahren sind immer wieder neue Themen und Fragestellungen hinzugekommen – neben den Essstörungen, haben das selbstverletzende Verhalten sowie psychische Auffälligkeiten wie z.B. depressive Stimmungen zugenommen. Die Vielfalt sexueller Orientierungen und geschlechtlicher Identitäten nimmt seit



„Wir Mädchen* und junge Frauen* sind stark – viel stärker als wir manchmal denken. Denn nicht nur die guten Tage im Leben, sondern erst recht die schlechten, nach denen wir wieder aufstehen, zeigen Stärke. Und das Reden darüber und das gegenseitige Unterstützen wird uns immer stärker machen.“

Mädchen* (18 Jahre)

einigen Jahren einen zunehmend wichtigen Stellenwert ein, gleiches gilt für (soziale) Medien und die damit einhergehenden Herausforderungen. Aus unserer Erfahrung haben sich kaum Themen „überlebt“ oder sind gar unwichtig geworden.

Zentral sind und bleiben dagegen die Bereiche der eigenen Wünsche, Gefühle und Bedürfnisse. Diese zunächst wahr- und ernst zu nehmen sowie in einem nächsten Schritt dafür einzustehen.

Mädchen* profitieren nach wie vor von Pädagoginnen*, die sich ihnen als Vorbilder anbieten, sich auf sie einlassen und mit ihnen

in die Auseinandersetzung gehen. Erwachsene Frauen*, die an sie glauben, Zuversicht vermitteln und ihnen etwas zutrauen.

Wir sind in unserer Arbeit immer wieder berührt und beeindruckt von all' dem Mut, der Offenheit und Ernsthaftigkeit, dem Interesse, der Kreativität und Kraft, der Lebenslust und dem Eigensinn vieler Mädchen* und jungen Frauen*. Wir sind dankbar für ihr großes Vertrauen und die Möglichkeit, sie auf ihrem Weg begleiten und von ihnen lernen zu dürfen sowie dabei gemeinsam immer wieder viel Spaß zu haben.

Neben den Mädchen* und jungen Frauen* lebt der Mädchen*gesundheitsladen von engagierten Mitarbeiterinnen*. Wir freuen uns über ein Team mit (sehr) langjährigen sowie jungen und älteren Kolleginnen. Während die eine Kollegin vor kurzem selbst ihr 30 jähriges Jubiläum gefeiert hat, ist eine andere Kollegin selbst jünger als der Mädchen*gesundheitsladen, so ergänzen wir uns mit unseren Kompetenzen auf vielen Ebenen bestens.

Julia Hirschmüller, Kristin Komischke, Isabel Mentor, Nadine Preisach-Podchull, Dagmar Preiß



Interview

ZUM 30-JÄHRIGEN JUBILÄUM DES MÄDCHEN*GESUNDHEITSLADENS GEFÜHRT VON MARIANNE SIELER (ABAS) UND NILS ULLRICH (JUNGEN* IM BLICK)



Liebe Kolleginnen, 30 Jahre MGL – das ist wirklich eine lange Zeitspanne, in der ihr die Mädchen*arbeit und Mädchen*politik in Stuttgart wesentlich mit aufgebaut und geprägt habt. Den Kinderschuhen längst entwachsen, gab es Entwicklungsjahre des Heranwachsens und bekanntermaßen hört dieser Prozess im Erwachsenenalter nicht auf ... – wir alle dürfen also auf viele weitere Jahre gespannt sein und freuen uns darauf! Jetzt freuen wir – Nils und ich – uns im Rahmen eures Jubiläumsjahres dieses Interview mit euch zu führen.

*Dagmar, an dich die erste Frage: Wie war denn der Mädchen*gesundheitsladen damals als Baby und Kleinkind? War es ein lautes oder leises Kind? Pflegeleicht oder eher anspruchsvoll?*



Wie war der MGL als „Baby“ in seiner Anfangsphase? Er war sehr lebenslustig und ein Projekt mit viel Kraft und Energie und mit Gründungsfrauen, die etwas für die Mädchen* in Stuttgart auf die Beine stellen wollten. Er war jedoch auch sehr anspruchsvoll, weil existenzbedroht – also immer mangelernährt. In den drei Jahren der Modellprojektphase von 1990-1993, die durch das Land Baden-Württemberg gefördert wurde, waren wir gut abgesichert. Aber für 1,5 Stellen war es von Beginn an viel zu viel Arbeit, weil die Nachfrage so groß war. Von daher bestand schon immer eine Diskrepanz zwischen dem, was man leisten möchte und dem, was man tatsächlich qua Stellen umsetzen kann. In der „Kindergartenzeit“, nach der 3-jährigen Modellphase war es tatsächlich ein existenzbedrohtes Projekt. Dank der Unterstützung der Stuttgarter Mädchen*, der Stuttgarter Vernetzungspartner*innen und letztendlich auch der Verwaltung und der Politik wurde es überhaupt möglich, dass der MGL ab 1996 in die „Schule“ kommen konnte. Diese Regelfinanzierung war nicht nur überlebensnotwendig, sondern verdeutlichte auch, dass die Mädchenarbeit in Stuttgart als wichtiger Teil der Jugendarbeit wahr- und ernstgenommen wurde.



*Als der Mädchen*gesundheitsladen aus den Kinderschuhen herausgewachsen ist und in die Schule kam, die Pubertät begann, wie habt ihr, Julia und Kristin, diese Zeit erlebt?*



Sehr lebendig und vielfältig, immer wieder für Überraschungen gut und beständig. Das war die erste Zeit der Regelfinanzierung, die auf der einen Seite viel Sicherheit gebracht hat. Auf der anderen Seite galt es nach wie vor, Eigenmittel in großem Umfang zu erwirtschaften und Vieles war weiterhin in Bewegung, aber auch durch Unsicherheiten geprägt. Von Anfang an hatten wir in der Praxis unsere drei Angebotssäulen: Workshops, Beratungen und Fortbildungen, die sich gut ergänzen und aufeinander aufbauen. Viele Kooperationen in der Stadt sind gewachsen und haben sich weiterentwickelt und diese haben dann auch dazu geführt, dass unruhige Zeiten begleitet wurden und überstanden werden konnten. Gleichzeitig gab es aber für den MGL viel Wechsel. Das war die Zeit als Dagmar und Klaudia fast gleichzeitig in Mutterschutz und Elternzeit gegangen sind. Dann kamen Kristin und ich dazu. Und trotz des Umbruchs war das, was den MGL ausmacht, nämlich die parteiliche und feministische Arbeit für Mädchen und junge Frauen – damals noch ohne Sternchen – voranzutreiben immer im Fokus.



Der MGL war in der Pubertät so, dass er sich zum einen Freiheiten genommen hat, was natürlich auch gut war. Zum anderen hat er aber auch nach wie vor noch sehr viel Unterstützung gebraucht, damit er sich gut weiterentwickeln konnte. Der MGL ist basisdemokratisch aufgewachsen und solche Kinder sind ja auch etwas Besonderes. In der Pubertät hat der MGL sich auch immer weiter nach Außen gewandt und sich Kontakt, Unterstützung und auch Bündnispartner*innen geholt. Er war aber auch rebellisch und manchmal bockig. Vor allem weil das Thema ausreichende Finanzierung ja immer noch und immer wieder ein Kampf war und dem MGL bewusst war, dass es vielleicht auch irgendwann nicht mehr geht – zumindest nicht unter diesen Umständen.



Ja, dann wurde aus der Jugendlichen eine junge Erwachsene und wie war es dann, als ihr – Nadine und Isabel – den MGL kennengelernt habt?



Als junge Erwachsene war der MGL schon aus der „Sturm und Drang Zeit“ raus und daher habe ich den MGL damals, als ich dazu kam, voller Energie erlebt, mit klarem Blick nach vorne, interessiert und wachsam. Die herausfordernden Zeiten waren erst mal vorbei und der MGL konnte aus seiner vollen Kraft schöpfen. Und trotz allem war er als junge Erwachsene auch weiterhin sehr darauf bedacht sich neuen Themen zu widmen.



Als ich gekommen bin vor fünf Jahren, habe ich den MGL als sehr etablierte, standfeste und zielgerichtete junge Frau* kennengelernt. Auch heute ist der MGL nach wie vor sehr offen und interessiert an den neuen Themen und Belangen der Mädchen* und jungen Frauen*, auch auf politischer Ebene.



Der MGL entstand in einer Hochphase der feministischen Frauenprojekte. Welchen Stellenwert hatte der Feminismus damals?



Für die Gründung des Mädchen*gesundheitsladens war die feministische Frauengesundheitsbewegung zentral und er hat auch eine kleine Wurzel hier im feministischen Frauengesundheitszentrum Stuttgart. Zentral war die Maxime die Macht über den eigenen Körper als Mädchen*, als junge Frau* oder dann auch als Frau* wieder zu erlangen. Die Rückeroberung der eigenen Gesundheit aus männlicher Hand und das Recht auf den eigenen Körper war und ist ein wichtiger Bestandteil unserer täglichen Arbeit.



Das Bewusstsein „das Private ist politisch“ sowie der feministische Blick auf die Gesellschaft habe ich damals als sehr stark gelebt erlebt und das ist auch heute eine große Qualität des Mädchen*gesundheitsladens sich zu trauen, immer wieder auf gesellschaftliche Rahmenbedingungen hinzuweisen sowie das Patriarchat in den Blick zu nehmen. Sich bewusst zu sein, dass es dort Wirkmechanismen gibt, die

auf Mädchen* und junge Frauen* einwirken. Das war damals eine große Kraftquelle, aber das ist in meiner Wahrnehmung auch heute noch sehr wichtig.



Das ist es und ich glaube auch, dass wir durch die feministische Frauengesundheitsbewegung, die wir im Hintergrund haben, einen positiven und stärkenden Zugang hatten. Feminismus hatte einen hohen Stellenwert und konnte gleichzeitig auch sehr anstrengend sein, weil er sehr viel mit Strukturen, Ungleichheit und Ungerechtigkeit zu tun hat. Das sind Kämpfe, die geführt werden müssen und die auch richtig sind, aber an denen man manchmal auch schon fast verzweifelt. Und der Zugang über die Fragestellung „was erhält mich gesund“ und nicht nur „was macht mich krank und fertig“, war auch für uns selbst total bereichernd. Es hat Energie gegeben – Stichwort Selbstwirksamkeit. Und auch in unserer heutigen Arbeit mit Mädchen* und jungen Frauen* ist dies nach wie vor ein sehr zentraler Aspekt: „Wie kann ich gut groß werden im Einklang mit dem, was mir wichtig ist?“.



Wenn wir nun wieder zurück in die Gegenwart gehen, wie wichtig ist euch beiden jungen Kolleginnen die feministische Grundhaltung für euch selbst?



Ich kann mich auf alle Fälle dem bereits Gesagten anschließen, denn es ist alles aktueller denn je. Solange wir im Patriarchat und im Kapitalismus leben ist feministische Mädchen*arbeit und eine feministische Grundhaltung sehr wichtig für mich.



In meinem Praktikum im MGL hat mich diese Frage auch schon sehr beschäftigt, da ich eher aus einer Generation komme, die sich politisch nicht so wahnsinnig interessiert und engagiert hat. Auch Feminismus wurde eher schnell negativ abgestempelt. Als sich dann auch wieder mehr junge Frauen*, wie zum Beispiel Emma Watson, öffentlich dazu geäußert haben, dass Feminismus auch heute noch aus den bereits erwähnten Gründen wichtig ist, wurde das Ganze wieder aus dieser negativ behafteten Ecke rausgeholt und auch von den Medien anders besetzt. Wenn man sich aktuell die Corona Auswirkungen anschaut ist es wichtiger denn je, die Mädchen* in den Blick zu nehmen, unsere Rollenbilder kritisch zu hinterfragen und dafür in

unserer immer noch sehr männerdominierten Gesellschaft einzustehen und laut zu werden.



Wie erlebt ihr als Team die jungen Frauen in ihrem Selbstbild, ihrem Anspruch nach Gleichstellung in der Gesellschaft?*



Der Anspruch nach Gleichstellung ist enorm hoch. Und um diesem Anspruch zu verwirklichen, stellen Mädchen* und junge Frauen* enorm hohe Leistungsansprüche an sich selbst, was letztendlich oftmals nicht gesundheitsfördernd ist. Inzwischen kommt für viele Mädchen* und junge Frauen* der Bruch später. Mädchen* haben heutzutage die besseren Bildungsabschlüsse und steigen motiviert ins Berufsleben ein. Dann kommt für viele der Gender Pay Gap und die sogenannte Care-Arbeit in den Familien, die immer noch sehr geschlechtsbezogen verteilt ist. Hier braucht es noch einige gesellschaftspolitische Anstrengungen, um Ungleichheiten abzubauen.



Zum Thema geschlechtsbezogene Rollenverteilung spielt auch Social Media eine mittlerweile sehr große Rolle. Die Mädchen* und jungen Frauen* suchen eben auch nach Orientierung bei der Identitätsentwicklung und Social Media ist ein sehr wichtiger Lebensbereich für sie. Und gerade dort werden tradierte Geschlechterrollen wieder manifestiert, was wiederum wenig förderlich für die Gleichstellung und Gleichberechtigung ist.



Die Besucherinnen* des MGLs haben sehr vielfältige Lebenswelten. Es gibt sehr viele Mädchen* und jungen Frauen*, für die sich aus ihrer eigenen Perspektive das Thema Gleichberechtigung nochmal ganz anders darstellt. Häufig sind es marginalisierte Mädchen*, denen Gleichberechtigung in ihren eigenen Familien kaum zugestanden wird und für die es daher schwierig ist, für ihre eigene Gleichberechtigung einzutreten. Hier erleben wir eine sehr große Diskrepanz.



In den Workshops nehme ich auch immer wieder eine Art Ungeduld und Fassungslosigkeit wahr, bezogen auf den Körper und damit verbundenen Bewertungen. Viele Gedanken kreisen um die Fragen „Ist mein Out-

fit zu knapp?“, „Wie kann ich mich sicher fühlen, wenn ich abends alleine draußen bin?“ etc. Die Mädchen* sind der Meinung, dass wir im Jahr 2021 schon einen großen Schritt weiter sein sollten. Einige möchten genau deshalb auch dafür kämpfen, dass sich die nachfolgenden Generationen weniger Gedanken darüber machen müssen und ein größeres Bewusstsein dafür geschaffen wird, dass ihr Körper ihnen selbst gehört.



Das Thema geschlechtliche Vielfalt, sexuelle Orientierung und Diversity hat gesellschaftlich an Bedeutung zugenommen. Wie begegnen euch diese Themen in eurem Arbeitsalltag?



Die Öffnung für dieses Thema war absolut notwendig, da wir bei allen Mädchen*, die sich damit stark auseinandersetzten, bemerkten, dass sie häufig von Ausgrenzungsprozessen innerhalb der Familie und ihrer Peers betroffen waren und zudem sehr vulnerabel für viele Auffälligkeiten auch im Bereich der psychischen Störungen waren und auch immer noch sind. Andererseits bemerken wir in der praktischen Arbeit auch eine gewisse Verunsicherung bei den Mädchen*, da das Jugendalter auch ein Suchprozess bzgl. der eigenen sexuellen Orientierung und (geschlechtlichen) Identität sein kann. Und diese Unruhe tut den Mädchen* oftmals individuell nicht gut.



Sexuelle und geschlechtliche Vielfalt beschäftigt uns als Thema im MGL sehr. Es gibt fast keinen Workshop mehr zur sexuellen Bildung, wo es kein Thema ist. Unser Eindruck ist zudem, dass viel Verunsicherung auch auf der Seite der Erwachsenen vorhanden ist. Es besteht großer Bedarf an Orientierung und sehr viele Kolleg*innen sind bemüht, die Themen gut aufzugreifen, gut zu begleiten und dabei „alles richtig zu machen“. Dabei tauchen häufig viele Fragen auf. Uns als Beratungsstelle ist es wichtig, genau hinzuschauen und Raum zur Auseinandersetzung zu bieten, die für alle einen großen Wert hat. Dadurch gibt es viele Möglichkeiten zur Orientierung und das ist eine besondere Qualität im GesundheitsLaden.



Neben all der Verunsicherung wird in Beratungen immer häufiger Bezug darauf genommen, dass an unserer Eingangstüre die Regenbogenflagge zu sehen ist. Diejenigen, die damit was verbinden, nehmen das bewusst wahr und fühlen sich dadurch mehr eingeladen sich zu

öffnen. Dadurch wird der Raum zur Auseinandersetzung mit der eigenen Identität und den eigenen Werten erweitert.



Für uns ist aus pädagogischer Sicht auch das Thema Entlastung sehr wichtig. Ernstnehmen ist wichtig und Entlastung. Viele Mädchen* haben auch schon mit 12 oder 13 Jahren die Idee, sie müssen sich einer von sehr vielen geschlechtlichen Identitäten oder sexuellen Orientierungen zuordnen. Uns ist wichtig zu vermitteln, dass dies nicht immer möglich ist und auch nicht sein muss.



*Wenn ihr euch jetzt etwas für die Zukunft des Mädchen*gesundheitsladens wünschen könntet, was wäre das? Jede hat drei Wünsche frei ...*

Lebenslust
*vielen Besucherinnen**
Innovationsfreude
Power
Spaß an sich selbst
Zeiten zum Durchatmen
Eigensinn
Gestaltungskraft
Gelassenheit
Freude
Raum für neue Projekte
keine Midlife-Crisis
Herzblut
Spirit
Gesundheit
Offenheit gegenüber Neuem



*Wir bedanken uns für dieses Interview und die gesamte Großfamilie des GesundheitsLadens mit den Kolleg*innen von ABAS, sowie der Verwaltung und Jungen* im Blick wünscht euch, dass diese Wünsche in Erfüllung gehen. Auf viele weitere mädchen*- und frauen*bewegte Jahre und für den MGL.*



*Wünsche
für
die Zukunft!*



Unser Team

(von links nach rechts)



Kristin Komischke (Dipl. Sozialpädagogin, Systemische Therapeutin (DGSF), Entspannungstherapeutin) ist seit 24 Jahren mit kurzen Unterbrechungen Mitarbeiterin des Mädchen*gesundheitsladens und war davor Praktikantin. Sie wird geschätzt für ihre in sich ruhende, fokussierte und kreative Art und für ihre Loyalität.

Dagmar Preiß (Sozialwissenschaftlerin (M.A.), Systemische Therapeutin und Coach (SG), Geschäftsführerin GesundheitsLaden e.V.) ist Gründungsfrau und seit 30 Jahren Mitarbeiterin des Mädchen*gesundheitsladens. Sie wird geschätzt für ihre pragmatische und klare Art und für ihre leidenschaftliche Begeisterungsfähigkeit.

Nadine Preisach-Podchull (Erziehungswissenschaftlerin (B.A.), Systemische Therapeutin) ist seit 7 Jahren im Mädchen*gesundheitsladen und war davor Praktikantin. Ihre Kreativität, ihr ästhetischer Blick und ihre große Herzlichkeit zeichnen sie aus.

Julia Hirschmüller (Dipl. Sozialpädagogin, Psychodrama-Therapeutin, Entspannungstherapeutin) bereichert seit 25 Jahren als Mitarbeiterin und davor als Praktikantin den Mädchen*gesundheitsladen mit ihrer Empathie und Umsichtigkeit, ihrer engagierten, kraftvollen und humorvollen Art.

Isabel Mentor (Erziehungswissenschaftlerin (M.A.), Systemische Therapeutin) bereichert den Mädchen*gesundheitsladen seit 5 Jahren als Mitarbeiterin mit ihrer zuversichtlichen Gelassenheit, ihrer Klarheit und ihrem Humor.

Uns verbindet:

Die Begeisterung für Mädchen* und junge Frauen*, Spaß an der Arbeit und das Ziel, die Welt gerechter für Alle zu gestalten.

Chronik



1.11. Start als Modellprojekt des Landes Baden-Württemberg mit 1,5 Stellen.

Gründungsfrauen:

Anne Schwarz, Dagmar Preiß,
Anja Wilser

1990

Das **Femidom**, ein Kondom für Frauen, kommt auf den Markt

Keine **Amtspflegschaft** des Jugendamts mehr für **nichteheliche** Kinder. Nicht nur **Tiefdruckgebiete**, sondern jetzt auch **Hochdruckgebiete** tragen **weibliche** Namen. **Fraueneishockey** wird zum ersten Mal **olympisch**

1998



Kristin geht in **Mutterschutz**, der MGL arbeitet mit 2,3 Stellen. **Wanderausstellung** der **BZgA „Liebesleben“** auf dem Schlossplatz



Die neue 75%-Stelle aus Mitteln des Europäischen Sozialfonds wird mit **Klaudia Böger** besetzt

Sarah, Julia und Lisa sind die **beliebtesten** Vornamen für Mädchen

1992

Die **erste Frauen-Fußball-WM** findet statt, Anteil studierender Frauen: **38,7%**



Eröffnung des MGL am 8. Februar



1991

Vergewaltigung in der Ehe wird strafbar

1997

Kristin Komischke wird Erziehungsurlaubsvertretung für **Klaudia**. **Beginn der ersten angeleiteten Gruppe** für Mädchen und junge Frauen mit einer **Esstörung** und für Mädchen mit **Übergewicht**



1993

Durchschnittliche Lebenserwartung für ein neugeborenes Mädchen: 79 Jahre

Ende der Projektfinanzierung und eine unsichere Zukunft, Beginn des Existenzkampfes, Postkartenaktion an OB Schuster: „Wie viel sind euch Mädchen wert?“ Anne verlässt den MGL



Gründung der LAG Mädchenpolitik Baden-Württemberg. Der Landtag von Baden-Württemberg besteht aus 130 Männern und 16 Frauen. Rechtsanspruch auf einen Kindergartenplatz für Kinder ab Vollendung des 3. Lebensjahres



Abschlussbericht des Modellprojekts als Buch: „Mädchen – Lust und Last der Pubertät“. Fest: 5 Jahre MGL im Café Merlin. Julia Hirschmüller übernimmt im Dezember die Erziehungsurlaubsvertretung für Dagmar. Umzug in die Lerchenstraße 54 in ein Ladenlokal, das offene Mädchencafé als neues Projekt.

1996

Neues Familiennamensrechtgesetz: bei einer Eheschließung braucht es keinen gemeinsamen Nachnamen mehr. 2. Gleichberechtigungsgesetz: Stellenausschreibungen müssen sich auch an Frauen wenden. Gründung der AG Mädchenpolitik Stuttgart nach §78 KJHG. Gründung des AK Essstörungen in Stuttgart



Auf ein Jahr befristete Förderung des MGL durch das Jugendamt der Stadt Stuttgart. Umzug in die Kniebisstraße in 36 qm.

1994



1995

Wieder auf ein Jahr befristete Förderung, am Ende vom Jahr: zukünftig Regelförderung für 2 Personalstellen



Verabschiedung der Leitlinien zur Mädchenarbeit der Stadt Stuttgart Paragraf 218 in seiner heutigen Form, „Beratungsregelung“

Verpflichtung der Bundesregierung, Gender Mainstreaming als Strategie und Methode zur Verbesserung der Gleichstellung von Frauen und Männern einzuführen

Das Präventionsprojekt „Eigensinn und Lebenslust“ wird auf einer Soiree vorgestellt, verschiedene Materialien wie eine **Methodensammlung** und ein **Leitfaden** zum Umgang mit essgestörten Mädchen und jungen Frauen sollen erarbeitet werden

1999

mädchen gesundheits laden



Veröffentlichung unserer Broschüre: „Essen macht satt“ und der Handreichung für Schule und Jugendarbeit „Nichts leichter als Essen“ in Kooperation mit dem Kultusministerium BW

2000

55 Jahre Pippi Langstrumpf

Die deutsche Gesellschaft für Kinder- und Jugendmedizin **distanziert** sich von der Praxis **geschlechtszuweisender Operationen**.
Gründung der AG Gender in Stuttgart nach §78 KJHG. Start des Projekts **Mädchen.Sucht.Auswege**, Träger ist Lagaya e.V..
Gründung der Beratungsstelle **Yasemin** – Hilfe und Beratung für junge Migrantinnen in Konfliktsituationen, **Träger ist die eva**



10 Jahre angeleitete Gruppe für Mädchen und junge Frauen mit einer Essstörung, **Silvia Geis** kommt als Verwaltungskraft mit 18%, erstmalig hat der MGL eine **Festangestellte im Verwaltungsbereich**

2007

Unterschriftenaktion zur Sicherung des existenzbedrohten MGL. Start des dreijährigen Projektes „So bin ich – that's me“ zur Prävention von mädchenstpezifischem Risikoverhalten und des Projekts „Schöne Körper – heile Welt?“ zum Körpererleben und zur Körperaneignung von Mädchen im Spannungsfeld von Körperkult und Selbstentwertung. Julia geht in Elternzeit. **Yvonne Wolz** wird neue Kollegin. Die MGL-Hexe wird durch ein **neues Logo** abgelöst

 **MÄDCHEN***
gesundheitsladen

Erste Ausstrahlung **Germany's next topmodel**

2006



Alle Laufbahnen der **Bundeswehr** sind **uneingeschränkt** für Frauen geöffnet. **Erster Girls day.**

Erster Bericht zur **gesundheitlichen Situation von Frauen** vom Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend.

Das **Lebenspartnerschaftsgesetzes** (LPartG) wird erlassen, damit hat der Gesetzgeber die Lebenssituation gleichgeschlechtlicher Partnerschaften aufgegriffen und das Rechtsinstitut der „**eingetragenen Lebenspartnerschaft**“ geschaffen.

JELLA wird unter der Trägerschaft von **Lagaya** bundesweit erstmalig als **suchttherapeutische Wohngruppe** für Mädchen* eröffnet



Fest und Fachtag: **10 Jahre Mädhengesundheitsladen**. **Erster Internetauftritt** des MGL mit Website

2001



Projekt „**Kinder stärken**“ – Selbstbehauptung als Thema in der Grundschule in Kooperation mit dem Jungengesundheitsprojekt Jungs e.V

2002

Gewaltschutzgesetz: „**Wer schlägt, muss gehen**“, erster **Lehrstuhl** „Frauenspezifische Gesundheitsforschung“ in Berlin.
Die Einrichtung **Rosa für junge Migrantinnen**, die von Zwangsheirat und sog. „Gewalt im Namen der Ehre“ bedroht sind, geht unter die **Trägerschaft von eva**

Partizipative Erstellung der Broschüre „**Jetzt komme ich – Selbstbehauptung von Mädchen**“

2004

Unbereinigter Gender Pay Gap: 23 %.
Einführung der Steuer auf Alkopops, die besonders bei Mädchen zu einem erhöhten Alkoholkonsum geführt hatten



Der Verein erhält eine öffentliche Förderung für eine zweite Einrichtung: **ABAS, Anlaufstelle bei Essstörungen**. Anja verlässt den MGL

ABAS
Anlaufstelle bei Essstörungen

Die deutsche **Fußball Frauen-Nationalmannschaft** holt ihren ersten **WM-Titel**

2003

Der MGL muss immer noch **40% des Gesamtetats** durch **Eigenmittel** erwirtschaften, der Antrag auf Erhöhung des Betriebskostenzuschuss für den nächsten Doppelhaushalt wird abgelehnt.
Start des Projekts „**Zoffen ja – aber richtig!**“ – **Streitkultur und Konfliktkompetenz von Mädchen**.
Start der **XXL-Aktiv** – Jahresgruppe für Mädchen mit Übergewicht

2005

Angela Merkel wird erste Bundeskanzlerin.
Stiefkindadoptionen werden auch in eingetragener Lebenspartnerschaft erlaubt.
Jugendgesundheitsstudie der Stadt Stuttgart: das **gesundheitliche Risikoverhalten** von Mädchen hat stark zugenommen

Klaudia verlässt ABAS und MGL. Der MGL erhält eine Aufstockung durch die LHS. **Jungen im Blick** kommt dazu, ermöglicht durch die neue Regelförderung der LHS – der **„GesundheitsLaden e.V.“** entsteht. Start des 2-jährigen Projektes **„Gesundheit ist, wenn ich mich rundum wohlfühle“** mit dem St. Agnes Gymnasium



2008

Pinkstinks, Protest- und Bildungsorganisation gegen Sexismus und Homophobie, wird gegründet



Umzug – gemeinsam mit ABAS und JUB in die **Lindenspürstraße** „unter ein Dach“

2009

Margot Käßmann wird als erste Frau Ratsvorsitzende der ev. Kirche. Lt. BRAVO-Studie **findet sich fast die Hälfte der 11-17jährigen Mädchen zu dick**, mit 17 hat jede zweite Befragte schon eine Diät gemacht. Erste **Skisprung-WM der Frauen**. Verabschiedung der **Leitlinien** der Kinder- und Jugendhilfe zur **geschlechterbewussten Arbeit** mit Mädchen und Jungen in Stuttgart

Begründung der **Bildungspartnerschaft** mit der **Körschtalschule** – Startschuss für **Beratung@school** – ein Angebot für **Schülerinnen, Lehrkräfte und Eltern**: Workshops, Einzelberatung und kollegiale Supervision sowie Fortbildungen und Elternabende vor Ort

2015



Der Bundestag beschließt **verbindliche Frauenquote** von **30%** bei der Neubesetzung von Aufsichtsräten (!) von 108 Großunternehmen. Die **Pille** danach ist **rezeptfrei** erhältlich. Der Aktionsplan **„Für Akzeptanz & gleiche Rechte Baden-Württemberg“** tritt in Kraft



Der MGL bekommt weitere Stellenprozentage gefördert, **Nadine Preisach-Podchull** wird neue Kollegin. Projekt **„Pep up your life – entdeck, was in dir steckt“** zur Förderung der Lebens- und Risikokompetenz von Mädchen. Start des dreijährigen Projekts **„Gesundheit ist mehr“** mit dem **St. Agnes Gymnasium**. **Yvonne** verlässt den MGL

2014

Malala Yousafzai erhält den **Friedensnobelpreis** für ihren Einsatz für das **Recht auf Bildung** für Mädchen

Die Pille wird 50. 100 Jahre
Internationaler Frauentag

Projekt „Meine Wünsche – meine Grenzen“
zur Selbstwertstärkung mit Förderschülerinnen.
Der Unterstrich löst das Binnen-I ab:
Schüler_innen

2010

Lena Meyer-Landrut gewinnt
den Eurovision Song Contest.
Die App 'Instagram' geht an
den Start



 MÄDCHEN*
gesundheitsladen



Projekt „LOL heißt auch, ich mag dich“ zu
Chancen und Risiken der Beziehungsgestal-
tung von Mädchen im Zeitalter von Web 2.0
mit partizipativer Erstellung einer Broschüre
von Mädchen für Mädchen.
Start des ersten großen Kooperationsprojekts
von MGL und JUB „Let's go – eine Gebrauchs-
anweisung für die Pubertät“,
Flyer „Alkohol“ für Mädchen und junge Frauen
in Kooperation mit Mädchen.Sucht.Auswege/
Lagaya

2011

Teilnahme am bundesweiten Projekt „fair_play
– Partizipation und Genderperspektive in der
außerschulischen Jugendbildung“ in Koopera-
tion mit JUB



2013

Es besteht die Option, in der Geburtsurkunde
kein Geschlecht einzutragen.
Die Verstümmelung weiblicher Genitalien
wird als eigener Straftatbestand eingestuft.
30 Jahre IN VIA Mädchentreff Stuttgart
(heute: ZIMA)



Fest und Fachtag zu 21 Jahre Mädchengesund-
heitsladen: „Schneller, höher, weiter“ – wie
gesund ist Leistung?

2012

60. Thronjubiläum von Queen
Elizabeth. Einführung des rosa
Überraschungs-Ei von Ferrero,
die BILD-Zeitung schafft das Seite-
1-pin-up-girl ab. Die Dating-App
Tinder kommt auf den Markt

Gesetz zur Verbesserung des **Schutzes der sexuellen Selbstbestimmung** („Nein heißt nein“), laut BRAVO- Studie nutzt fast die **Hälfte der 12jährigen Mädchen Social Networks** wie Instagram, Facebook und Co. Nach 57 Jahren 99-46-84 wird das neue **Barbie-Modell kurviger**. Die App **‘TikTok’** wird auf dem Markt gebracht

Isabel Mentor wird neue Kollegin. Weiterentwicklung des Angebots **„Beratung@school“** für das **St. Agnes-Gymnasium** und die **Körschalschule**. Durchführung des Projekts **„Feel alright!“** – Gelingende Identitätsentwicklung in Zeiten von **Vielfalt** in Kooperation mit JUB

2016



Start des dreijährigen Projekts **„Fü(h)r dich selbst“**, mit Schülerinnen der **Albert-Schweitzer-Schule (SBBZ)**. Neues Angebot: **Offene Jugendsprechstunde Essstörungen** in Kooperation mit **ABAS**, das **selbstverletzende Verhalten** schließt an die Essstörungen als häufigsten Beratungsanlass auf. Das * etabliert sich: **Mädchen***

2017

Laut **SPEAKI-Studie** hatten 30% der befragten 9+10. Klässlerinnen bereits **sexualisierte Gewalt** mit direktem Körperkontakt erlebt. **Gleichgeschlechtliche Paare dürfen heiraten**, Beginn der **#MeToo-Bewegung**



Jubiläumsjahr:
30 Jahre Mädchen*gesundheitsladen

2021

Kamala Harris wird erste Vizepräsidentin der USA





Jacinda Ardern, Neuseeland, ist erste Premierministerin, die Mutter wird und in Elternzeit geht. 100 Jahre Einführung des Frauenwahlrechts. Der Frauenanteil im Landtag BaWü liegt bei knapp 25%, im Bundestag bei knapp 31%. Verabschiedung der Leitlinien der Kinder- und Jugendhilfe zur geschlechtersensiblen Arbeit mit Mädchen*, Jungen* und LSBTTIQ-Kindern und -Jugendlichen in Stuttgart

Beratung@school an der Körschtalsschule erhält eine Regelförderung durch die LHS, erster Zyklus von STARK²: ein Angebot für Mädchen* mit Übergewicht und ihre Eltern in Form von einer Mädchen*gruppe, Elterncoachings und Elternabenden, der MGL führt in diesem Jahr 267 Workshops und 1161 Beratungen sowie 52 Fortbildungen durch

2018



Start des Projekts "It's my life, it's my place" für Mädchen* mit Fluchterfahrung in Gemeinschaftsunterkünften mit den Schwerpunkten Selbstbehauptung und Selbstwertstärkung. Flyer für lesbische und queere Mädchen* in Kooperation mit dem fetz, entsteht. Depressionen/depressive Verstimmungen sind immer häufiger Beratungsanlass (17%)

2019



Verabschiedung der aktuellen internen Beratungsleitlinien; auch in Corona-Zeiten ist der MGL stark angefragt und in Präsenz erreichbar

2020

In Corona-Zeiten übernehmen Mädchen* und Frauen* vermehrt Fürsorge-Arbeit. Upskirting wird Straftat. Verminderter Mehrwertsteuersatz von 7% auf Binden und Tampons. GNTM geht in die 15. Staffel. Die Pille danach ist rezeptfrei erhältlich. Der Aktionsplan „Für Akzeptanz & gleiche Rechte Baden-Württemberg“ tritt in Kraft. In Stuttgart wird eine Koordinationsstelle für Gender/LSBTTIQ geschaffen

Greta Thunberg wird Vorbild für Fridays for Future. Der internationale Frauentag am 8. März wird in Berlin zum gesetzlichen Feiertag ernannt. Im deutschen Personenregister steht drittes Geschlecht zur Wahl: divers. maria 2.0, Reformbewegung von Frauen* aus der katholischen Kirche entsteht

Unsere Grundsätze und Handlungsmaxime

AUSZUG AUS DER AKTUELLEN KONZEPTION DES MÄDCHEN*GESUNDHEITSLADENS

Unsere Grundsätze und Handlungsmaxime

Ein geschlechtsbezogener Blick auf die Sozialisationsbedingungen und die Bedingungen des Heranwachsens von Mädchen* und jungen Frauen* ist in allen unseren Angeboten zentral. Neben einer feministischen Grundhaltung sind für die praktische Arbeit im Mädchen*gesundheitsladen folgende Handlungsmaxime zentral und handlungsleitend.

Salutogenese und Kohärenzgefühl

Der Mädchen*gesundheitsladen orientiert sich in seiner Grundhaltung stark an dem Modell der Salutogenese nach Aaron Antonovsky. Demnach wird Gesundheit nicht als statischer Zustand, sondern als ein dynamischer Prozess verstanden, bei dem Risiko- und Schutzfaktoren in Wechselwirkung stehen.

Ein besonderer Fokus liegt hierbei auf dem Kohärenzgefühl, das folgende Aspekte beinhaltet:

- Die Fähigkeit, Zusammenhänge des Lebens zu verstehen
– **Verstehbarkeit**
- Die Überzeugung, das eigene Leben (mit-) gestalten zu können
– **Handhabbarkeit**
- Der Glaube, dass das Leben Sinn macht
– **Sinnhaftigkeit.**

In der praktischen Arbeit haben wir die Risiko- und Schutzfaktoren der Mädchen* und jungen Frauen* gleichermaßen im Blick. Zudem ist es unser Anliegen, diese darin zu unterstützen, ihr individuelles Kohärenzgefühl zu stärken und auszubauen.

Parteilichkeit

Parteilichkeit bedeutet für uns, Mädchen* mit ihren Anliegen in den Mittelpunkt unseres pädagogischen und politischen Handelns

– ein zentraler Aspekt der parteilichen Mädchenarbeit – zu stellen. Hierbei orientieren wir uns an den vielfältigen Bedürfnissen von Mädchen* und jungen Frauen*.

Wir begegnen den unterschiedlichen Lebenswelten von Mädchen* offen und wertschätzend, mit dem Wissen um ihre Entwicklungsfähigkeit und ihre vielfältigen Ressourcen. Wir bieten den Mädchen* an, sie auf ihrem individuellen Weg, in ihrem eigenen Tempo zu begleiten.

Parteilichkeit beinhaltet für uns, Mädchen* mit ihren vermeintlichen Widersprüchlichkeiten ernst zu nehmen, Individualisierung von persönlichen Problemlagen bzw. Herausforderungen entgegenzuwirken und dabei Zusammenhänge zu gesellschaftlichen Rahmenbedingungen herzustellen und transparent zu machen. Hierfür bieten wir Frei-Räume im eigentlichen wie im übertragenen Sinn an.

Die Vorbildfunktion der Mitarbeiterinnen hat u.a. durch die Identifikationsmöglichkeit für Mädchen* eine besonders hohe Bedeutung. Parteilichkeit für Mädchen* schließt in unserem Verständnis

„Der Mädchen*gesundheitsladen war für mich für eine lange Zeit der einzige Ort, an dem ich über wirklich alles reden konnte. Ich habe mich hier immer sicher gefühlt, wurde ernstgenommen und für nichts verurteilt. Der Mädchen*gesundheitsladen hat einen sehr wichtigen Beitrag dazu geleistet, dass ich mich für einen Kampf für das Leben und gegen die Erkrankung entschieden habe. Ich bin unglaublich froh, dass ich die Entscheidung getroffen habe, einen ersten Termin im Mädchen*gesundheitsladen auszumachen, denn ohne ihn würde ich heute nicht an dem Punkt stehen können, an dem ich es tue.“

Vielen Dank, dass Ihr euch so engagiert um die Bedürfnisse jedes einzelnen Mädchens* kümmert! Ihr helft so vielen dabei, langfristig wieder ihre Lebensqualität zurückzuerlangen.“

Mädchen* (20 Jahre)

explizit eine wertschätzende Offenheit für deren Bezugspersonen und Bezugsgruppen sowie ihre Bedarfe und Sichtweisen mit ein.

Im Rahmen der Parteilichkeit für Mädchen* setzen wir uns auf vielfältigen Ebenen für eine umfassende Gleichberechtigung von Mädchen* und jungen Frauen* ein.

Partizipation

Partizipation von Mädchen* und jungen Frauen* bedeutet, dass sie sich als wichtigen Teil der Gesellschaft erleben und daher diese mitgestalten. Damit Mädchen* und junge Frauen* sich beteiligen, ist es wichtig, sie auf unterschiedlichen Ebenen nach ihren Wünschen und Bedürfnissen zu fragen und aktiv in Handlungsprozesse mit einzubeziehen, denn sie wissen am besten, was bedeutsam für sie ist, wie sie leben möchten und welche Unterstützung sie brauchen. Nachfrageorientiertes und prozessorientiertes Handeln von Seiten der pädagogischen Fachkräfte ist ein selbstverständlicher Teil der Partizipation.

Empowerment

Empowerment bedeutet Selbstbemächtigung, Autonomie, Selbstbefähigung, Selbstverfügung sowie Stärkung von Eigenmacht. Ein wichtiger Baustein der Arbeit im Mädchen*gesundheitsladen sind Prozesse der Selbstbemächtigung sowie die Unterstützung der Mädchen* und jungen Frauen*, die sich in herausfordernden Lebenslagen befinden, damit sie Gefühle der Macht- und Einflusslosigkeit überwinden, ihre individuellen und kollektiven Ressourcen und Gestaltungsspielräume wahrnehmen, nutzen und somit zu einer selbstbestimmteren Lebensführung gelangen können.

Neben der Unterstützung von individuellen und persönlichen Prozessen der Mädchen* und jungen Frauen* beinhaltet Empowerment auch ein Wirken auf struktureller und politischer Ebene.

Umgang mit Vielfalt

Stuttgart ist eine vielfältige Stadt, die von Toleranz und einer großen Offenheit geprägt ist. Im Mädchen*gesundheitsladen treffen viele Mädchen* mit unterschiedlichen persönlichen, familiären und gesellschaftlichen Vorerfahrungen in bunter Vielfalt aufeinander. Viele dieser Mädchen* bringen Ausgrenzungs- und Diskriminierungserfahrungen mit, die wiederum den Aufbau einer positiven Ich-Identität mitprägen und erschweren bzw. zum Teil gefährden können. In allen unseren Angeboten wird deshalb eine intersekt-



ionale Sichtweise aktiv und konsequent mit berücksichtigt. Intersektionalität meint die Überschneidung von verschiedenen Diskriminierungserfahrungen (z.B. Gender, Ethnie, Klasse, Handicapism, sexuelle Orientierung), die sich unter Umständen auch gegenseitig verstärken können. In der praktischen Arbeit denken wir intersektionale Wirkmechanismen achtsam mit, ohne die Mädchen* auf eine Art „Opferrolle“ festzulegen oder diese gar zu reproduzieren.

In diesem Kontext ist es folgerichtig die Ambiguitätstoleranz unserer Besucherinnen* implizit und explizit zu fördern und zu stärken. Unter Ambiguitätstoleranz verstehen wir die Fähigkeit (kulturelle) Widersprüche wahrzunehmen, zu akzeptieren und diese nicht als Bedrohung zu empfinden. Gerade in trans- und multikulturellen Kontexten gewinnt die Ambiguitätstoleranz an Bedeutung, da hier das Aushalten von Widersprüchlichkeiten und gegensätzlichen Erwartungen, welche durch kulturell bedingte Unterschiede auftreten können, besonders gut spür- und sichtbar werden können.

„Der Mädchengesundheitsladen hat mich unterstützt meinen eigenen Weg zu finden und zu gehen.“
Mädchen* (16 Jahre)

Unsere Ziele

Ziel des Mädchen*gesundheitsladens ist es, Mädchen* und junge Frauen* in ihrer spezifischen Lebenswelt mit ihren Fragen, Sorgen und Wünschen ernst zu nehmen und gemeinsam mit ihnen Perspektiven und Wege zu entwickeln.

Im Sinne der Lebenskompetenzförderung werden Mädchen* darin unterstützt,

- aktiv, selbstbewusst und im eigenen Tempo die Anforderungen der Pubertät zu meistern,
- ein positives Körperbild und Körpergefühl zu entwickeln,
- einen gelingenden Umgang mit ihrer Sexualität zu finden
- die Authentizität, d.h. die Akzeptanz für ihr „So-Sein“ zu fördern.

Dadurch kann sich ein positives Selbstbild entfalten und der Selbstwert gestärkt werden.

In den mädchenbezogenen Räumen bieten wir Mädchen* die Möglichkeit zur Selbstreflexion, zum Austausch mit den Peers als auch zur kritischen Auseinandersetzung mit gesellschaftlichen Ansprüchen.

Weitere zentrale Aspekte sind:

- Förderung von Lebenslust
- Unterstützung von Zugehörigkeitserfahrungen
- Ermöglichung von Selbstwirksamkeitserfahrungen
- Förderung im Umgang mit erlebten Ambivalenzen
- Unterstützung von Individuationsprozessen
- Entlastung der Mädchen* und jungen Frauen*
- Förderung eines gelingenden Umgangs mit riskanten Verhaltensweisen
- Ausbau von aktiven Konfliktbewältigungsstrategien.

Darüber hinaus bieten wir Mädchen* die Chance, einen Umgang auf Augenhöhe mit gleichaltrigen Jungen* zu erleben. Diesen fördern wir z.B. durch geschlechtsbezogene Projekte in Kooperation mit Jungen* im Blick.

Damit Mädchen* unter den aktuellen gesellschaftlichen Bedingungen gut heranwachsen können, erhalten auch Eltern Unterstützung und Entlastung in herausfordernden Lebenssituationen sowie in Erziehungsfragen.

Fachkräfte werden kollegial beraten und mädchenbezogen in allen relevanten Themenbereichen geschult.

„Als ich zum Mädchen-Gesundheitsladen kam ging es mir nicht gut. Ich wusste nicht, wie ich es schaffen sollte aus meinem Loch wieder rauszukommen. Jedoch hat mir der Gesundheitsladen hier bei sehr geholfen. Ich habe nun einen positiveren Blick auf den manch grauen Alltag und bin durch viel Geduld aus meinem Loch rausgekommen. Fast ein Jahr später, kann ich nun, danke des Mädchengesundheitsladens sagen, das es mir besser geht. Ich bedanke mich bei Ihnen und wünsche Ihnen alles Liebe zu Ihrem Jubiläum!“
Mädchen* (15 Jahre)



Unsere Leitsätze

Folgende Leitsätze sind nicht abschließend und unterliegen einer fortwährenden Änderung bzw. Erweiterung:

- Veränderungen brauchen Zeit
- Veränderung geschieht (nur) durch Wertschätzung
- Verhalten macht Sinn / Symptome sind Lösungsversuche
- Mädchen* sind Expertinnen* ihrer selbst
- Handeln ist heilender als reden (Jakob Levi Moreno)
- Handle stets so, dass Handlungsspielräume erweitert werden (Heinz von Förster)
- Je direkter die Kommunikation, desto gesünder das System (Virginia Satir)
- Jede*r von uns hat eine Tür zur Veränderung, die nur von innen geöffnet werden kann (Virginia Satir)
- Wenn es keine Hoffnung gibt, erfinde sie (Aaron Antonovsky)
- Wenn du es eilig hast, gehe langsam (Lothar M. Suwert)
- Mach nicht ganz, was nicht kaputt ist (Steve de Shazer)
- Die Seele macht nichts umsonst (Reinhard Krüger)

(Auszug aus den Handlungsleitlinien Beratung des Mädchen*gesundheitsladens 2020.)

„Also was ich an dem Mädchengesundheitsladen mag und schätze, ist das Willkommensgefühl, dass man sofort am Anfang bekommt. Ein nettes, sympatisches und herzliches Aufnehmen/Entgegenkommen. Für mich persönlich ist das auch eine Art Auszeit/Ablenkung für eine Stunde vom Stress und z.B. dem Schultag. Was ich auch toll finde ist die lockere und entspannte Atmosphäre, die während dem ganzen „Aufenthalt“ bei euch herrscht. Ich komm gern zu dir!“

Mädchen* (17 Jahre)

„Am Montag habe ich meine letzte schriftliche Abiturprüfung geschrieben und alles gut ohne Nervenzusammenbrüche überstanden (auch Mathe!!).“

Während der gesamten Prüfungszeit ging es mir überraschend gut, was ich Ende letzten Jahres kaum für möglich gehalten habe, da es mir vor Weihnachten wirklich gar nicht gut ging. Das war auch einer der Auslöser, warum ich mich an Sie gewandt habe. Die Abizeit war daher jetzt eine riesen Überraschung!

Das wollte ich Ihnen nur kurz mitteilen und mich ganz herzlich bei Ihnen bedanken für die ganzen guten Tipps (die ich auch gut anwenden konnte) und einfach fürs zuhören, das macht bei mir auch schon immer viel aus :)“

Mädchen* (18 Jahre)

Fragen von Mädchen*

Was ist, wenn die Scheide manchmal juckter?

Was tun um sich selbst zu akzeptieren?
Sich nicht zu dick fühlen etc.

Wie merke ich das ich lesbisch bin?
(auf Frauen stehen)

SIND DIÄTEN IN DER PUBERTÄT SCHÄDLICH?

Wie komme ich aus einer toxischen Beziehung raus?

Was ist das optimale Gewicht für eine 14-jährige?

Wie verbessere ich das Verhältnis zwischen mir & meiner Mutter?

Was kann ich tun, wenn ich bemerke, dass jemand eine Essstörung hat?

Was machen, wenn ich ein intimes Bild bekomme?

Fragen/Wünsche
- Wie kommt man mit Schicksalsschlägen, Problemen oder schweren Zeiten besser zurecht? (um sich z.B. nicht zu rühen, zu rauchen, ...) etc

Wie schaffe ich es weniger am Handy (auf social media) zu sein

Wie kann ich
mein Vertrauen
zu einer Freundin
wiederherstellen,
wenn sie etwas ganz
schlimmes gemacht
hat?

Stimmt es, dass die
Brüste nicht mehr
wachsen wenn man
mal Sex hatte?

Ich bin sicher lesbisch oder
bisexuell. Ich habe Schlaf-
störungen und verliere die
Last am Leben. Bitte helf mir!

Alle posten ständig perfekte Bilder
auf Instagram. Das belastet mich, wie
kann ich mich trotzdem wohl fühlen?

Wie ist es, im falschen
Körper → Transsexuell
zu sein?

Bin ich Ok, so wie ich
bin?
- Was, wenn ich finde,
dass etwas an mir
komisch aussieht?

Wie benutzt

Man eine Tampon

Wie wichtig sind
Freundschaften und
Beziehungen für mein
Selbstwertgefühl?
(Was fehlt dann?)

Ist die gleichgeschlechtliche Ehe in Deutschland erlaubt?
(sowohl kirchlich als auch standesamtlich)

Was tun wenn sich
der beste Freund/in
in dich verliebt?

Woran merke ich,
dass ich eine
Essstörung habe?

Stimmt es, dass
es gar kein
Jugferntaütchen
gibt???

Warum nehmen sich viele
Mädchen immer so
super-schlanke Stars
als Vorbild?

MÄDCHEN* SIND...



ZURÜCK-
HALTEND



LAUT



WÜTEND



WILD



VERTRÄUMT



FRECH



STARK



SCHLAU



NEUGIERIG



TRAURIG



SCHMUTZIG



LUSTIG

...UND NOCH SO VIEL MEHR!

Danke!

30 JAHRE MÄDCHEN*GESUNDHEITSLADEN

VON GANZEM HERZEN DANKEN WIR FÜR DIE UMFANGREICHE UNTERSTÜTZUNG UND LANGJÄHRIGE BEGLEITUNG, DAS GROSSE ENGAGEMENT, DIE VIELFÄLTIGE INSPIRATION UND VIELES MEHR

- der Landeshauptstadt Stuttgart, insbesondere dem Referat Soziales/Jugend und Gesundheit
- den aktuellen und ehemaligen Mitgliedern des Gemeinderates der Landeshauptstadt Stuttgart
- dem Land Baden-Württemberg
- unseren vielen tollen und verlässlichen Kooperationspartner*innen
- unseren Kooperationsschulen, an denen wir unser Beratungsangebot Beratung@school anbieten, dem Mädchengymnasium St. Agnes und der Gemeinschaftsschule Körschtalschule
- den vielfältigen Arbeitskreisen und (Landes-)Arbeitsgemeinschaften
- den Kolleg*innen des GesundheitsLadens – in der Verwaltung, bei ABAS, der Anlauf- und Fachstelle bei Essstörungen und Jungen* im Blick – aktuell sind dies Silvia Geis, Tom Hauber, Jonas Mahlert, Marianne Sieler, Lorena Sabatini und Nils Ullrich
- den ehemaligen Vorständinnen* des Vereins: Gisa Ehlers, Ingrid Löbner, Anne Schwarz, Andrea Weigel, Sarah Kirchknopf, Isolde Schaugg und Klaudia Niepenberg
- ganz besonders beim aktuellen Vorstand des GesundheitsLaden e.V. Anja Wilser und Prof. Dr. Heinz Bartjes
- unseren ehemaligen Kolleginnen* Anne Schwarz, Anja Wilser, Klaudia Niepenberg, Kerstin Bronner, Yvonne Wolz und Julia Wolf
- unseren zahlreichen ehemaligen Praktikantinnen*
- allen Vereins- und Fördermitgliedern
- unseren Spender*innen
- allen Unterstützer*innen, die uns auf vielfältige Weise ideell und finanziell seit vielen Jahren begleiten

**UND WIR DANKEN ALLEN MÄDCHEN* UND JUNGEN FRAUEN*, DIE SICH IN DEN
LETZTEN JAHRZEHNTE MIT IHREN FRAGEN, IDEEN, ANLIEGEN, ERFAHRUNGEN SOWIE
PERSÖNLICHEN HERAUSFORDERUNGEN UND NÖTEN AN UNS GEWANDT HABEN!**





Mädchen*gesundheitsladen

GesundheitsLaden e.V.
Lindenspürstr. 32
70176 Stuttgart

Fon 0711 - 30 56 85 20
info@maedchengesundheitsladen.de
www.maedchengesundheitsladen.de

Spendenkonto:

IBAN: DE04 600 501 01 000 296 33 34
BIC: SOLADEST600
Spende: **Stichwort MGL**

