GesundheitsLaden e.V.

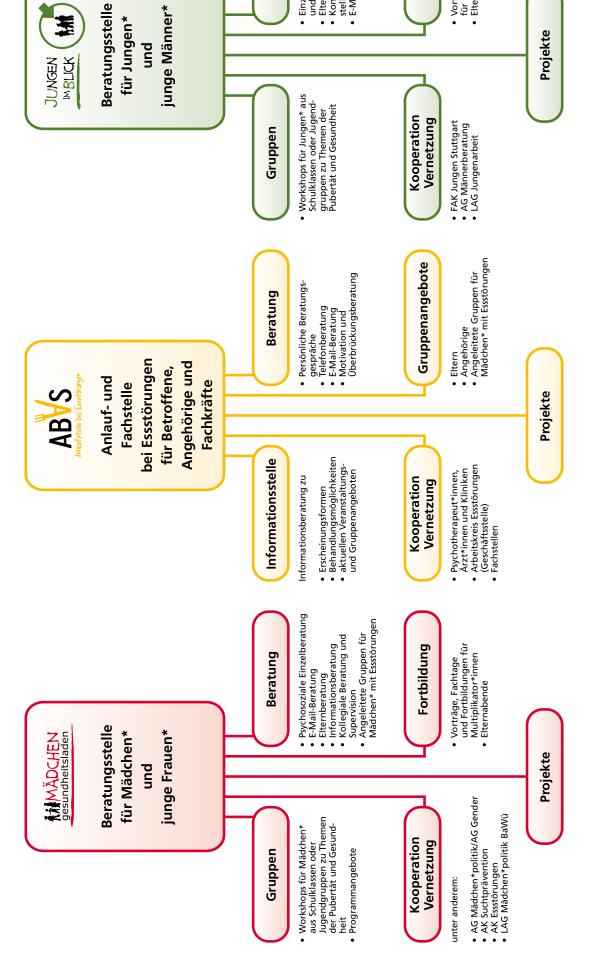






JAHRESBERICHT 2019

GesundheitsLaden e.V.



 Kontakt- und Informations-Einzelberatung mit Jungen und jungen Männern
 Elternarbeit

E-Mail-Beratung

Beratung

für Jungen*

pun

Vorträge und Workshops für Multiplikator*innen
 Elternabende

Projekte

Fortbildung

Inhalt

Vorwort							4
Danke							6
PARTIZIPATION – ein	wichtiges Them	a im Gesu	ndheitsLad	len e.V.			7
MÄDCHENgesundhei Einblicke in das Ja Das Jahr in Zahlei	ahr 2019					1	2 2 5
PARTIZIPATION als Ha Das Gruppenangebot f Mädchen* fragen / J	ür Mädchen* bzv	_		wicht un	d ihre El		8
JUNGEN IM BLICK Einblicke in das Ja Das Jahr in Zahle							4 24 26
ABAS – Anlaufstelle l Einblicke in das Ja Das Jahr in Zahler PARTIZIPATION – bei Essstörungen	ahr 2019 n Chancen und Hei	rausforderu	ıngen, in de	r Beratuı	ng	2	8 8 8 9
Praxissemester im Ge Motivation und Erfahre Medienberichte Personelle Struktur		n e.V.				3	5 6 87
Impressum							
Herausgeber: GesundheitsLaden e.V. Lindenspürstraße 32 70176 Stuttgart	V.i.S.d.P.: Dagmar Preiß Marianne Sieler	Mai ww	afik: rianne Sieler w.zweiimalme ttgart	hr.de	Layout: www.zwo Stuttgart	eiimalmehr.d	e

Bildnachweise: GesundheitsLaden e.V., bis auf:

S. 11: unsplash.com / Nicole BasterS. 22/23: pixabay.com / Gerd Altmann



"Ein guter Mensch ist, wer dir zwar sagt, wohin du schauen, nicht aber was du dort sehen sollst"

nach Herwig Kummer

Sehr geehrte Damen und Herren, liebe Leserin, lieber Leser,

schön, dass Sie sich Zeit für den Jahresbericht des GesundheitsLadens nehmen.

Mit diesem Tätigkeitsbericht geben wir Ihnen in bewährter Weise Einblicke in die praktischen Arbeitsbereiche des vergangenen Jahres und in Themenbereiche, mit denen wir uns darüber hinaus beschäftigen, damit unsere Einrichtungen einen bestmöglichen Beitrag im Sinne der Gesundheitsförderung und der Jugend- und Suchthilfe in Stuttgart leisten.

Der inhaltliche Teil befasst sich in diesem Jahresbericht mit dem Thema **Partizipation**. Partizipation ist ein wichtiger Grundpfeiler sowohl in der Gesundheitsförderung als auch in der professionellen sozialen Arbeit – schon allein aus diesem Grund setzen wir uns diesbezüglich immer wieder kritisch mit unserer Arbeitsweise und unseren Methoden in der praktischen Arbeit auseinander. Wir bemühen uns auf vielfältige Weise, Mädchen* und Jungen* und die Menschen mit Essstörungen dabei zu fördern und zu unterstützen, ihre sozialen Beziehungen und ihr Handeln gelingend zu gestalten und damit einem wichtigen Ziel der Partizipation näher zu kommen.

So ist ein Ansatz unserer Arbeit, nicht *über* die Mädchen*, die Jungen* oder die Betroffene von Essstörungen zu sprechen, sondern es ist viel spannender und auch erfolgreicher, deren Sichtweisen und Kompetenzen in die Arbeit miteinfließen zu lassen, um so gute Erlebnisse und gute Ergebnisse miteinander zu verbinden.

Zunächst geben wir Ihnen ab S. 7 einen Einblick in Aspekte unserer professionellen Grundlage unter dem Blickwinkel der Partizipation, anschließend beleuchten die Einrichtungen einen Baustein aus der praktischen Arbeit unter diesem Fokus.

Für die drei Einrichtungen des GesundheitsLadens war 2019 ein buntes, intensives und ein gutes Jahr mit vielfältigen Anfragen, alten und neuen Projekten und einer hohen Dichte bei Beratungsanfragen und in der Prävention.

Der MÄDCHENgesundheitsladen und JUNGEN IM BLICK setzen sich unter dem Titel "PARTIZIPATION als Haltung bei dem Projekt Stark²" mit der Frage auseinander, welche Möglichkeiten der Partizipation ein Gruppenprojekt mit 20 Treffen bieten kann, damit die teilnehmenden Mädchen* bzw. Jungen* "mitgenommen" werden, Stigmatisierungskonstruktionen verlassen können und Freude an einer aktiven Bewältigung von Herausforderungen entwickeln.

Stark², dessen erster Durchlauf im späten Frühjahr 2019 erfolgreich beendet wurde und im Herbst mit dem zweiten Durchlauf und vollen Gruppen starten konnte, ist nicht nur ein Partizipations-, sondern auch ein Kooperationsprojekt auf unterschiedlichen Ebenen. Zunächst kooperieren im Gesundheits-Laden der MÄDCHENgesundheitsladen und JUNGEN IM BLICK intensiv miteinander, damit sich das Projekt im Sinne der beteiligten Mädchen* und Jungen* gut entwickelt; das Praxisprojekt wendet sich nicht nur an betroffene Kinder und Jugendliche, sondern explizit auch an deren Eltern – so entstehen Kooperationen zwischen den Eltern und den Einrichtungen und unter Umständen auch neue Kooperationen innerhalb der Familien. Zuletzt kooperiert der GesundheitsLaden bei Stark² auch mit dem Gesundheitsamt der Stadt Stuttgart, welches das Projekt partiell auch inhaltlich begleitet – herzlichen Dank dafür!

Auch für ABAS ist Partizipation essentiell notwendig, um den Erfolg der Arbeit sicherzustellen. Wie dies in Beratungsprozessen gelingen kann, lesen Sie ab S. 33. Dennoch können die gesundheitlichen Folgen von Essstörungen auch immer wieder zu stark gesundheitsgefährdenden oder gar lebensbedrohlichen Situationen führen, in denen die Partizipation der Betroffenen bei Entscheidungsprozessen nur noch eingeschränkt möglich ist. Nicht umsonst werden die Essstörungen als psychische Erkrankungen mit suchtähnlichem Charakter definiert.

Auch aus diesem Grund ist eine gute Prävention im Bereich Essstörungen bedeutsam und notwendig. Information als Vorstufe der Partizipation und Sensibilisierung für die Thematik kann nicht früh genug beginnen. ABAS hat hier in den letzten Jahren gerade für junge Erwachsene ganz hervorragende Profile entwickelt und kann diese ab dem kommenden Jahr weiter absichern bzw. auch ausbauen.

Wie Sie sehen, liegt ein spannendes Jahr mit vielfältigen Herausforderungen hinter uns. Umso mehr freut es uns, dass die Verwaltung und der Gemeinderat der Stadt Stuttgart unsere Arbeit nicht nur wertschätzen, sondern sich gemeinschaftlich für die Absicherung erfolgreicher Projekte und einen weiteren Ausbau unserer Angebote ab 2020 entschieden haben. So wird die Prävention bei ABAS ab dem kommenden Jahr mit weiteren Stellenanteilen unterstützt, und die Projekte in der Gewaltprävention bei JUNGEN IM BLICK und dem MÄDCHENgesundheitsladen werden nicht nur abgesichert, sondern können ebenfalls ausgebaut werden. Zudem ist es erstmalig gelungen, Verwaltungsanteile in die Regelförderung mit aufzunehmen. Ganz herzlichen Dank an die Verwaltung und an die Gemeinderäte und Gemeinderätinnen der Stadt Stuttgart.

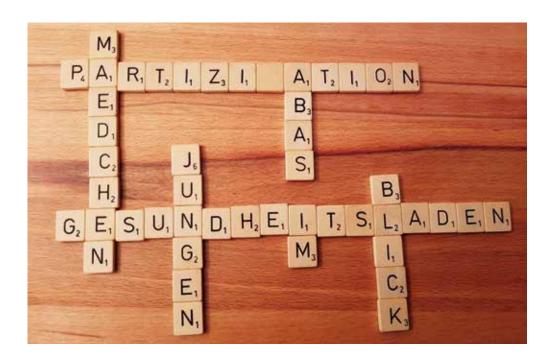
Wir bedanken uns ebenso bei allen Privatpersonen und Stiftungen, die die Breite unseres Angebots mit ihrem vielfältigen Engagement nach Kräften im vergangen Jahr unterstützt haben – herzlichen Dank dafür!

Zuletzt gilt unser Dank all denjenigen, die sich mit ihren Anliegen und Sorgen an uns gewandt haben, uns an ihren Erfahrungen teilhaben ließen und uns ihr Vertrauen entgegengebracht haben. Hier dürfen wir immer wieder erleben und lernen, mit welcher Kreativität und Kraft Menschen trotz aller Widrigkeiten dem Leben begegnen.

Nun laden wir Sie ein, sich mit uns auf den Weg durch das Jahr 2019 zu machen, einen Einblick in unsere praktischen Tätigkeitsfelder zu gewinnen oder einfach nur zu stöbern.

Herzlichen Dank für Ihr Interesse und viel Freude beim Lesen,

Dagmar Preiß, Geschäftsführerin



Der GesundheitsLaden e.V. sagt



Die Finanzierung der Einrichtungen des GesundheitsLaden e.V. erfolgt zum großen Teil durch Zuschüsse der Stadt Stuttgart und ein Teil durch das Land Baden-Württemberg. Ein nicht geringer Anteil wurde 2019 darüber hinaus vom Verein selbst aufgebracht. Ohne das Engagement von zahlreichen Einzelpersonen und Organisationen wäre es nicht möglich gewesen, unser Angebot in diesem Umfang vorzuhalten – ganz herzlichen Dank allen denjenigen, die den GesundheitsLaden und seine Arbeit unterstützen!

Wir danken

- der Stadt Stuttgart
- den Gemeinderät*innen der Stadt Stuttgart
- dem Ministerium für Arbeit und Sozialordnung, Familie, Frauen und Senioren des Landes Baden-Württemberg
- unseren Vereinsmitgliedern
- unseren Fördermitgliedern
- unseren Spender*innen
- unseren Ehrenamtlichen

Ferner:

- Aktion Weihnachten e.V.
- Aktion Weihnachtsmann & Co e.V.
- BW-Bank
- Brecht Gebäudereinigung
- Eduard Pfeiffer-Stiftung
- Frauen helfen helfen e.V.
- Lions-Club Stuttgart-Wirtenberg

- Matthias Kirste, LIGHTREFLECTION
- slide by slide GbR
- Stiftung PSD L(i)ebensWert
- Verfügungsfonds des OB Fritz Kuhn
- yogapure Leonberg
- zweiimalmehr GbR

PARTIZIPATION – ein wichtiges Thema im GesundheitsLaden e.V.

Partizipation ist ein handlungsleitendes Prinzip in der Gesundheitsförderung und damit auch im GesundheitsLaden. Im Folgenden werden wir Ihnen in einem Überblick die bedeutsame Rolle vorstellen, die die Partizipation in unseren Einrichtungen spielt. Im Anschluss berichten MÄDCHENgesundheitsladen, JUNGEN IM BLICK und ABAS anhand von Praxisbeispielen ihre ganz konkreten Erfahrungen mit partizipativen Prozessen.

Grundlage unserer Arbeit ist von Beginn an die "Ottawa-Charta zur Gesundheitsförderung" (1986). Sie wurde als Abschlussdokument im Rahmen der Ersten Internationalen Konferenz zur Gesundheitsförderung von der Weltgesundheitsorganisation WHO veröffentlicht.

Auszug aus der Charta:

"Gesundheitsförderung zielt auf einen Prozess, allen Menschen ein höheres Maß an Selbstbestimmung über ihre Gesundheit zu ermöglichen und sie damit zur Stärkung ihrer Gesundheit zu befähigen. Um ein umfassendes körperliches, seelisches und soziales Wohlbefinden zu erlangen, ist es notwendig, dass sowohl einzelne als auch Gruppen ihre Bedürfnisse befriedigen, ihre Wünsche und Hoffnungen wahrnehmen und verwirklichen sowie ihre Umwelt meistern bzw. verändern können. In diesem Sinne ist die Gesundheit als ein wesentlicher Bestandteil des alltäglichen Lebens zu verstehen und nicht als vorrangiges Lebensziel."

Partizipation als Handlungsmaxime der Gesundheitsförderung

Seit der Ottawa-Charta gilt Partizipation als grundlegendes Prinzip der Gesundheitsförderung. Die dahinterstehende Grundannahme lautet, dass Projekte in diesem Bereich wirkungsvoller und nachhaltiger sind, wenn die jeweiligen Adressat*innen aktiv an der Planung und Durchführung beteiligt werden.

Je größer das Mitspracherecht, die Möglichkeit der Mitentscheidung bzw. die Entscheidungsmacht der beteiligten Menschen ist, desto größer ist der Grad der Partizipation. Dies bedeutet, dass Partizipation ein Entwicklungsprozess ist, der sich über mehrere Stufen erstreckt (vgl. Grafik). Welcher Grad an Partizipation in der praktischen Arbeit erreicht werden kann, hängt sowohl von den Voraussetzungen der Zielgruppe als auch von den Rahmenbedingungen der Maßnahme ab.

Partizipation muss von allen Beteiligten gelernt, gestaltet und bei Bedarf auch umgestaltet werden und bedarf eines reflexiven Umgangs.

Selbstorganisation	über Partizipa- tion hinaus		
Entscheidungsmacht			
Teilweise Entscheidungskompetenz	Partizipation		
Mitbestimmung			
Einbeziehung			
Anhörung	Vorstufen der Partizipation		
Information			
Anweisung	Nicht-		
Instrumentalisierung	Partizipation		

Partizipation im GesundheitsLaden

Partizipation als Haltung

Partizipation ist eine Frage der Haltung und genießt im GesundheitsLaden einen hohen Stellenwert, auch wenn die praktische Umsetzung in den verschiedenen Einrichtungen unterschiedlich realisierbar ist.

Wir sehen die Mädchen* und Jungen* und die Frauen* und Männer*, die unsere Präventions- und Beratungsstellen aufsuchen, als Expert*innen ihrer Lebenswelt und achten ihren Wunsch nach Selbstbestimmung. Wir versuchen, Teilhabe auch in Form von Eröffnen von Entscheidungsspielräumen zu schaffen. Wir unterstützen unsere Adressat*innen bewusst darin, Gestaltungsspielräume wahrzunehmen und diese aktiv zu nutzen. So können Selbstwirksamkeitserfahrungen gelingen, die die Überzeugung nähren, Einfluss auf das eigene Leben zu haben.

Partizipation kann unserer Meinung nach nur gelingen, wenn wir als Fachkräfte den Menschen, die zu uns kommen, Offenheit entgegenbringen sowie Vertrauen und Zutrauen in ihre Fähigkeiten. Nur so kann es gelingen, sich auf Augenhöhe zu treffen, Verantwortung für einen gemeinsamen Prozess zu teilen und dort, wo es möglich ist, Entscheidungsmacht von den Fachkräften an die Besucher*innen abzugeben.

Diese Haltung schließt Ergebnisoffenheit und explizit auch Fehlerfreundlichkeit mit ein.

"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 miteinzubeziehen, 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."

Partizipation als wichtige Handlungsmaxime in allen drei Einrichtungen, hier beispielhaft aus der Konzeption des MÄDCHENgesundheitsladens

Partizipation und Setting

Es gibt, wie bereits erwähnt unterschiedliche Stufen der Partizipation, beispielsweise Einbeziehung, Mitbestimmung, teilweise Entscheidungskompetenz oder Entscheidungsmacht (vgl. Grafik).

Klar ist, dass das Setting einer Beratungsstelle mit seinen strukturellen Gegebenheiten Partizipation nur bis zu einem gewissen Grad zulässt. Dafür gibt es gute Gründe: Klare Rahmenbedingungen und zeitliche Vorgaben strukturieren den Arbeitsalltag und bieten Verlässlichkeit und Planbarkeit. Manche Bedingungen sind auch klar vorgegeben. Zum besseren Verständnis exemplarisch einige Beispiele:

- Aufgrund der EU-Datenschutzgrundverordnung (DSGVO) dürfen wir als Beratungsstellen (vor allem) mit den Jugendlichen nicht über WhatsApp kommunizieren, auch wenn diese sich das ausdrücklich wünschen.
- Im Rahmen der Präventionsworkshops mit Schulen sind wir an die Schul- und Aufsichtspflicht gebunden, was bedeutet, dass die Schüler*innen verpflichtend zu uns kommen.
- Zur Beratung bei JUNGEN IM BLICK kommen zum Teil Jungen* mit richterlichen Auflagen.
- Bei ABAS erfordern Fürsorgepflicht und Professionalität beim Thema Essstörungen häufig klare Vorgaben und Grenzen, manchmal auch ein direktives Vorgehen.

Innerhalb unseres Rahmens bieten sich jedoch viele Möglichkeiten, Partizipation in unterschiedlicher Weise zu verwirklichen und Gestaltungsspielräume zu eröffnen, vor allem in der inhaltlichen Arbeit.

Partizipation in der praktischen Arbeit des GesundheitsLadens

Im Folgenden stellen wir Ihnen einige Aspekte vor, die uns wichtig erscheinen und die Einblicke in das weite Feld geben, in der Partizipation gelebt werden kann.

Um die Mädchen* und Jungen*, die unsere Workshops besuchen, bereits bei der Planung zu beteiligen, lassen wir sie im Vorfeld (anonym) Themenwünsche und Fragen aufschreiben. Daraus entwickeln wir einen Veranstaltungsplan, der während des Workshops verändert oder unter Umständen auch völlig neu angepasst werden kann. Nicht selten erleben wir, dass die Schüler*innen ihre eigentlichen Anliegen erst innerhalb des Workshops formulieren, wenn sie Vertrauen in uns und unsere Arbeitsweise gefasst haben. Dass sie nicht nur teilnehmen, sondern auch aktiv mit-

"Sage es mir, und ich werde es vergessen. Zeige es mir, und ich werde mich daran erinnern. Beteilige mich, und ich werde es verstehen."

Laotse, 6. Jh. v. Chr.

gestalten können, gewährleisten wir durch prozesshaftes Arbeiten und Möglichkeiten der konkreten Einflussnahme auf den Verlauf. Wir verstehen unsere Workshopangebote als freiwillig, d.h. es steht den Teilnehmenden offen, sich bei Methoden oder Fragestellungen zu beteiligen oder auch nicht.

Ein schönes Beispiel für partizipative Entwicklungen von Angeboten innerhalb unseres **Beratungsangebots** zeigt JUNGEN IM BLICK.

Das bestehende Konzept "Beratung in Bewegung" hat sich im Laufe der Jahre in der direkten Auseinandersetzung mit Beratungsjungen* entwickelt. Das durch Worte ausgesprochene oder körperlich ausgedrückte Bedürfnis, sich zu bewegen und Energien zu kanalisieren, das gemeinsame Ausprobieren von unterschiedlichen Settings (Beratung in Bewegung) oder auch das Aufgreifen von Ideen der Jungen* ("rausgehen und reden") hat dazu geführt, dass die JUB-Kollegen Beratungsprozesse anders und zielgruppenbezogener angehen können als noch zu den Anfängen der Jungen*beratungsstelle.

Auch die "Boyhood Gang" (ein Gruppenangebot über 12 Treffen) ist eine Antwort auf die von Beratungsjungen* geäußerten Bedürfnisse, mit anderen Jungen* in Kontakt zu kommen und wichtige Themen wie "Grenzen setzen und Grenzen wahren" oder "konstruktive Konfliktlösung" in der direkten Auseinandersetzung mit Gleichaltrigen zu bearbeiten und zu "üben".



Ein weiteres gelungenes Beispiel für die partizipative Entwicklung von Angeboten bietet ABAS. Das Setting der **Elterngruppe** – Gruppe für Eltern, deren Kind eine Essstörung entwickelt hat – ist vorgegeben und hat sich bedürfnisorientiert entwickelt. Inzwischen besteht das Angebot aus verschiedenen Zyklen mit jeweils fünf Terminen. Wie und ob es aber nach Abschluss dieser Treffen weitergeht, entscheiden die Teilnehmenden selber.



In den letzten Jahren gab es ganz unterschiedliche Varianten: Eine Gruppe hat sich selbständig in regelmäßigen Abständen außerhalb von ABAS weiter getroffen, eine andere Gruppe bat um punktuelle Treffen in den gewohnten Räumlichkeiten unter Anleitung der Fachfrauen. Eine weitere Variante war das Treffen in den ABAS-Räumen, aber ohne Mitarbeiter*innen. Ein Großteil der nächsten Gruppe wiederum wählte das Setting einer weiteren begleiteten Elterngruppe.

Wer sich auf Partizipation einlässt und diese ernst nimmt, wird manchmal zu überraschenden Ergebnissen kommen, die von dem abweichen, was vielleicht zu erwarten gewesen wäre.

Der MÄDCHENgesundheitsladen hat schon mehrere Materialien der Öffentlichkeitsarbeit in Form von Broschüren für Mädchen* in partizipativen Prozessen mit Mädchen*gruppen erstellt. Die zuletzt verfasste Broschüre hat eine künstlerisch begabte junge Frau*, die selbst Besucher*in im MÄDCHENgesundheitsladen war, nach den Wünschen und Vorstellungen der Mädchen*, die die Texte geschrieben hatten, gezeichnet. Entscheidungen konnten direkt und ohne Abstriche aufs Papier gebracht werden und die Protagonist*innen der Broschüre sahen hinterher wirklich so aus, wie es sich die Verfasser*innen vorgestellt hatten. Dominierende Farben waren Pink und Gelb, was für den MÄDCHENgesundheitsladen eine deutliche Erweiterung des gewohnten Farbspektrums bedeutete.

Auch bei der **Einrichtung** des MÄDCHENgesundheitsladens können Mädchen* und junge Frauen* immer wieder mitentscheiden, zuletzt bei der Farbe der Bezüge der neuen Stühle. Die Farben, die die meisten Stimmen erhalten hatten, wurden auch in die Realität umgesetzt.



"Als Partizipation kann die Möglichkeit gefasst werden, sich als gleichberechtigtes Subjekt an öffentlichen Diskursen und Entscheidungen zu beteiligen und dabei eigene Interessen wirksam einzubringen. Partizipation kann als ein für alle Lebensbereiche relevantes Gestaltungsprinzip verstanden werden. Dies schließt die genuin politische Partizipation im Sinne einer Beteiligung an Willensbildungsprozessen, Verfahren und Entscheidungen der verfassten Politik ebenso ein, wie lebensweltliche Partizipation, d.h. die Beteiligung an Entscheidungen in den lebensweltlichen Erfahrungszusammenhängen, nicht zuletzt in den Schulen sowie in den Institutionen der außerschulischen Pädagogik und Sozialarbeit."

Pädagogische Hochschule Freiburg: Partizipation: Beteiligung und Teilhabe von Kindern und Jugendlichen in Baden-Württemberg (2015)

... dafür lohnt sich Partizipation

Keine Frage, Partizipation bedeutet auch Mühe, will geübt sein und braucht Zeit. Es gilt immer wieder neu, sorgfältig zu schauen, welcher Grad an Partizipation in welchem Bereich bei welchen Adressat*innen ermöglicht werden kann. Partizipation kann überfordernd und damit kontraproduktiv wirken, wenn die Voraussetzungen nicht gegeben sind, wenn z.B. wenig Zeit für einen Prozess und Partizipationsunerfahrenheit der Adressat*innen zusammentreffen. Partizipation kollidiert manchmal auch mit dem Bedürfnis nach Struktur, Schutz und Sicherheit.

Unter den jeweiligen Voraussetzungen passgenau verwirklicht und manchmal vielleicht auch angemessen zugemutet, können sowohl unsere Adressat*innen als auch wir als Fachkräfte von Partizipation profitieren.

Wenn sich die Menschen, die zu uns kommen, mit ihren Fragen, Wünschen und Ideen einbringen können, machen sie die Erfahrung, aktiv sowohl die Außenwelt als auch ihr eigenes Leben (zumindest mit-) gestalten zu können. Sie erfahren sich als ein Gegenüber, das ernst genommen wird. "Side by side"-Begegnungen können so stattfin-



den. Teilhabe schafft Vertrauen, was wichtige Voraussetzung für mögliche Veränderungsprozesse ist. Partizipation ermöglicht auch "Eigensinn und Lebenslust" – zwei Schlagworte, die seit Bestehen des (MÄDCHEN)GesundheitsLadens wegweisend für uns als Mitarbeiter*innen sind.

Durch Partizipation stellen wir sicher, dass wir nahe an unseren Besucher*innen sind und deren Bedürfnissen entsprechen. Angebote können so immer weiter passend entwickelt werden, und gerade in unseren Workshops profitieren wir auch als Fachkräfte davon.

So kann Partizipation dazu beitragen, dass alle Beteiligten Freude an ihrem Tun erleben.

"Ich hätte nie gedacht, dass wir hier echt das machen, was mich wirklich interessiert." "Am besten hat mir gefallen, dass wir mitbestimmen durften, was wir machen."

Rückmeldungen nach Workshops mit Schüler*innen

Kristin Komischke, MÄDCHENgesundheitsladen

Literatur:

https://gesundheits.de/gesundheit/Ottawa-charta https://www.leitbegriffe.bzga.de/alphabetisches-verzeichnis/partizipation-mitentscheidung-der-buergerinnen-und-buerger/ http://www.partizipative-qualitaetsentwicklung.de/partizipation/stufen-der-parizipation.html https://www.quint-essenz.ch/topics/1117 https://www.jugendarbeit-neckarsulm.de/dl_i/Partizipation_-_Zukunftsplan_Jugend.pdf Landeshauptstadt Stuttgart-Sozialamt: Stufenmodell der Partizipation, 2017





Einblicke in das Jahr 2019

2019 war ein buntes, abwechslungsreiches und interessantes Jahr für den MÄDCHENgesundheitsladen. Zum einen hatten wir vielfältigste Begegnungen mit vielen unterschiedlichen Mädchen* und jungen Frauen* im Rahmen zahlreicher Workshops, fortlaufender Gruppen und den Beratungen.

Zum anderen wurden unsere Angebote von vielen Eltern, Fachkolleg*innen und Multiplikator*innen intensiv nachgefragt.

Darüber hinaus führten wir auch in diesem Jahr gemeinsam mit unseren Kolleg*innen von JUNGEN IM BLICK und ABAS, der Anlauf- und Fachstelle bei Essstörungen, intern verschiedenste Kooperationen fort.

Hinzu kamen Kooperationen mit externen Kooperationspartner*innen.

Hierzu zählen u.a.:

 Unser Angebot Beratung@school sowohl am Mädchengymnasium St. Agnes als auch an der Gemeinschaftsschule Körschtalschule in Stuttgart Plieningen.

Das Konzept Beratung@school umfasst Beratungsgespräche für die gesamte Schulgemeinschaft – Schüler*innen, Eltern, Lehrkräfte und Kolleg*innen des pädagogischen Teams direkt an der Schule und damit in der Lebenswelt der Schüler*innen.

Im Rahmen dieser Beratungen nehmen wir Mädchen* (und Jungen*) in ihrer spezifischen Lebenswelt mit ihren Fragen, Sorgen und Wünschen ernst



und entwickeln gemeinsam mit ihnen Perspektiven. Ein weiterer Schwerpunkt liegt in der Beratung von Lehrkräften und Kolleg*innen des pädagogischen Teams. Zudem werden regelmäßige geschlechtsbezogene Workshops und Projekte zur Gesundheitsförderung, sexuellen Bildung und sozialen Kompetenz für Mädchen* (und Jungen*) verschiedener Klassenstufen angeboten. Thematische Abende für Eltern und Fortbildungen für Lehrkräfte runden unser Angebot ab.

 "Stark² – ein Angebot für Mädchen* und Jungen* mit Übergewicht und ihre Eltern". Lesen Sie mehr zu diesem Kooperationsprojekt mit unseren Kollegen* von JUNGEN IM BLICK und dem Gesundheitsamt der Landeshauptstadt Stuttgart in unseren Bericht ab Seite 18.





- das Projekt "Fü(h)r dich selbst" mit Schüler*innen der Albert-Schweitzer-Schule, einem Sonderpädagogischen Bildungszentrum mit dem Förderschwerpunkt der emotionalen und sozialen Entwicklung. Im Rahmen des dreijährigen Projektes begleiten wir die Schüler*innen der Mädchen*klassen über mehrere Jahre. Hier arbeiteten wir 2019 im Rahmen unserer Workshops nachfrage- und bedarfsorientiert an den Themen der Mädchen*. Unser Ziel ist es, Fragestellungen zum Themenkomplex Pubertät aufzugreifen, Selbstwirksamkeitserfahrungen zu ermöglichen, das Selbstwertgefühl der Mädchen* zu stärken und sie bei der Entwicklung ihrer Konfliktkompetenz zu unterstützen.
- "Weil ich ein Mädchen bin" ein Mädchenprojekt in einer Unterkunft für Geflüchtete in Kooperation mit der "Arbeitsgemeinschaft für die eine Welt" (AGDW). Der Schwerpunkt dieses Projektes lag darin, Mädchen* mit Fluchterfahrungen Räume im eigentlichen wie im übertragenen Sinn zur Verfügung zu stellen. So konnten wir sowohl Schutzräume als auch Entwicklungsräume anbieten und die teilnehmenden Mädchen* bei der Verarbeitung von Diskriminierungserfahrungen unterstützen, gemeinsam Strategien für die Auseinandersetzung mit Gewalterfahrungen entwickeln, auf Hilfsmöglichkeiten hinweisen und zum Beispiel an die Beratungszentren des Jugendamtes weitervermitteln. Wir freuen uns sehr, dass wir dieses Projekt dank Spendengeldern auch im Jahr 2020 fortführen und sogar ausbauen können.

Neben der vielfältigen praktischen Arbeit haben wir uns auch inhaltlich, angeregt durch die Bedarfe unserer Besucher*innen und jeweils geprägt von unserer feministischen Grundhaltung, mit einer Vielfalt an Themen auseinandergesetzt und neue Formate für die Präventionsarbeit konzipiert.

Was fallt euch an den Beiträgen auf?
Was gefällt euch daran? Was nicht?
Würdet ihr ein ähnliches Bild wählen? Warum
(nicht)?
Würdet ihr dieses Bild liken? Warum (nicht)?
Wie könnte dieses Bild entstanden sein (z.B.
Zeit, Ort, Motivation,...)?

Ein besonderer Schwerpunkt lag hier auf der Entwicklung einer Vielzahl neuer Methoden für Workshops im Themenbereich gesellschaftlicher Schönheitsideale und individueller Körperakzeptanz. Unser Ziel ist hierbei, den gewachsenen Einfluss der Sozialen Medien auf das Körperbewusstsein und den zunehmenden Körperhass bei vielen Mädchen* und jungen Frauen* aufzugreifen, zunächst einen Austausch untereinander zu ermöglichen und darauf aufbauend gemeinsam Strategien zu einem aktiven und möglichst selbstbestimmten Umgang mit den Sozialen Medien zu entwickeln.

Beschäftigt haben uns im Bereich der sexuellen Bildung die Auseinandersetzung mit dem "Mythos Jungfernhäutchen" und die Frage, wie wir dieses Thema mit den Mädchen* gut aufgreifen können. Wichtig ist es uns hierbei, Informationen weiterzugeben, die Mädchen* zu entlasten und Sicherheit zu vermitteln, um noch größerer Verunsicherung entgegenzuwirken und einen selbstbestimmten Umgang mit dem Körper zu fördern.

Auch hormonelle Verhütungsmittel (u.a. die Pille) und aktuelle Informationen zu vielfältigsten Nebenwirkungen der modernen Pillen der dritten und vierten Generation haben uns intensiv beschäftigt. Viele Mädchen* berichten uns von Nebenwirkungen, die sie bei sich selbst wahrnehmen. Nicht selten machen sie die Erfahrung, dass diese auch von Gynäkolog*innen nicht immer ernst genommen oder verharmlost werden. Wir bestärken Mädchen* und junge Frauen* darin, ihren eigenen Wahrnehmungen zu vertrauen, und unterstützen sie, für sich einzutreten. Ein wichtiger Aspekt ist hier auch die Information über vielfältige nicht hormonell gestützte Verhütungsmöglichkeiten und deren Anwendung.

Sowohl in den Beratungen als auch innerhalb der Workshops spielen die Themen Vielfalt der geschlechtlichen Identitäten und sexuellen Orientierungen zunehmend eine wichtige Rolle. Es ist uns ein besonderes Anliegen, diesen Themenkomplex aufzugreifen und den Jugendlichen pädagogisch geführte Räume zur Auseinandersetzung anzubieten. Vor allem im Bereich der Beratungen erleben



wir immer wieder Unsicherheiten bzgl. der eigenen sexuellen Identität, aber auch, wieviel Mut Mädchen* und junge Frauen* aufbringen (müssen), offen zu ihrer sexuellen Orientierung zu stehen, falls diese nicht der heteronormativen Mehrheitsgesellschaft entsprechen. Für transidente Jugendliche sind die Herausforderungen besonders vielfältig, und wir freuen uns, dass wir hier erste Orientierung bieten können.





Auch die unterschiedlichen Facetten das Themenkomplexes Stressbewältigung haben uns in 2019 weiter beschäftigt, und wir freuen uns, unsere bewährten Kooperationen auch hier weiterführen zu können.

Besonders der Zusammenhang zwischen dem gesellschaftlichen und individuellen Anspruch der Selbstoptimierung vieler Mädchen* und junger Frauen* auf der einen Seite und der Zunahme psychischer Erkrankungen wie Depressionen und suizidale Krisen auf der anderen Seite hat uns vielfältig und intensiv beschäftigt.

Umso wichtiger ist es uns, Mädchen* und junge Frauen* zu begleiten und unterstützen, sie zu entlasten, ihnen vielfältige Selbstwirksamkeitserfahrungen zu ermöglichen und mit ihnen gemeinsam Strategien zu entwickeln, wie sie mit den individuellen und gesellschaftlichen Herausforderungen umgehen können, um dabei möglichst häufig ihren Eigensinn und ihre Lebenslust wahrzunehmen und zu erleben.

Teamintern gab es 2019 phasenweise größere Veränderungen. Unsere Kollegin Kristin Komischke konnte krankheitsbedingt mehrere Monate leider nicht im MÄDCHENgesundheitsladen sein. Umso mehr freu-

en wir uns, dass sie seit November wieder zurückgekehrt ist.

In der zweiten Jahreshälfte wurden wir durch unsere Praktikantin Viktoria Hassel mit ihrer stets guten Laune, ihrer Zuverlässigkeit und ihrem Ideenreichtum wunderbar unterstützt – herzlichen Dank!

Wir bedanken uns bei allen Besucher*innen des MÄD-CHENgesundheitsladens ganz herzlich für ihre Offenheit, ihr Vertrauen und für die Möglichkeit, uns an ihren Leben teilhaben zu lassen, voneinander zu lernen und ihre Kraft und Energie zu spüren.

Beratung@School, das am Mädchengymnasium St. Agnes und an der Gemeinschaftsschule Körschtalschule verortet ist, wird unvermindert stark nachgefragt. Beratungen für Schüler*innen, Lehrkräfte und Eltern sowie Projekte im Bereich der Gesundheitsförderung für unterschiedliche Klassenstufen sind Bestandteile im Rahmen dieses Angebotes.

Desweiteren freuen wir uns sehr, dass das Projekt "Stark hoch 2 – ein Angebot für Mädchen* mit Übergewicht und ihre Eltern" im Jahr 2018 starten konnte. Ab Seite 18 informieren wir Sie über dieses Gruppenangebot.



Das Jahr in Zahlen

Im Jahr 2019 hatte der MÄDCHENgesundheitsladen **4.148 Kontakte** in Form von Workshops für Mädchen*, Beratungen mit Mädchen*, Elterngesprächen, Elternabenden, Fortbildungen und kollegialen Supervisionen.

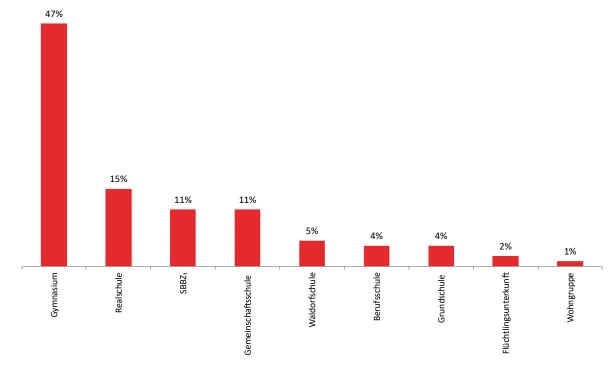
Für die Statistik wird unterschieden zwischen

- 1. Workshops (ca. 2 Zeitstunden) auf Anfrage von extern,
- 2. Kooperationsprojekten mit anderen Trägern und mehreren Terminen,
- 3. fortlaufenden Gruppen, die der MÄDCHENgesundheitsladen anbietet.

1. Workshops:

Anzahl der Veranstaltungen: 256
Davon Kooperationsveranstaltungen
mit JUNGEN IM BLICK: 128
Anzahl der Teilnehmer*innen: 1.841

Aufschlüsselung der Schulen:



SBBZ,: Sonderpädagogische Bildungs- und Beratungszentren

2. Kooperationsprojekte

Fü(h)r dich selbst Weil ich ein Mädchen* bin! Stress lass nach! Ich bin okay, du bist okay! 18 Termine mit durchschnittlich 6 Mädchen*
4 Termine mit durchschnittlich 6 Mädchen*

20 Termine mit durchschnittlich 12 Mädchen*
25 Termine mit durchschnittlich 13 Mädchen*



Inhaltliche Schwerpunkte der Workshops und Projekte (alphabetisch geordnet):

- Beziehungen
- Entspannung
- Essstörungen
- Freundschaft
- Geburt
- geschlechtliche Vielfalt
- Identität
- Klassenklima
- Körperliche Entwicklung

- Liebe
- Mobbing (-prävention)
- Periode
- Pubertät
- Rolle der Frau* in der Gesellschaft
- Schönheitsideale
- Schwangerschaft
- Selbstbehauptung

- Selbstwert
- Sexualität
- sexualisierte Gewalt
- sexuelle Bildung
- sexuelle Orientierung
- soziale Kompetenz
- Suchtprävention
- Stress und Leistungsdruck
- Verhütung

3. Fortlaufende Gruppen:

Gruppe für junge Frauen* mit Essstörungen: Stark²:

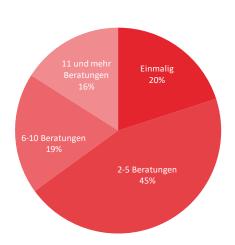
9 Termine mit 4 Mädchen* 25 Termine mit 9 Mädchen*

4. Beratungen:

Anzahl der Beratungen: 1.117 mit 294 Personen

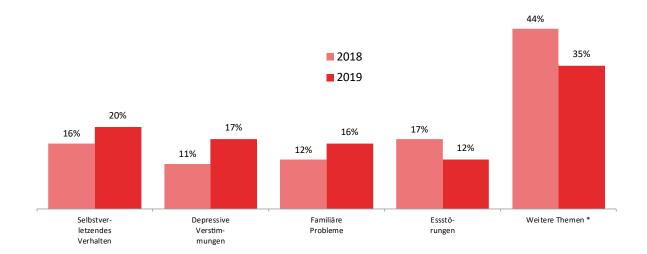
Fachberatungen Multiplikator*innen 2% Telefonische Beratungen 8% E-Mail Beratungen 6% Elterngespräche / Familiengespräche 6% Gespräche mit Mädchen* / jungen Frauen* 51% Beratung@school 27%

Kontakthäufigkeit (ohne Beratung@school, Elterngespräche, Telefonberatung und E-Mail):



Anteil der Mädchen* mit Migrationshintergrund: 39%

Beratungsanlass (ohne Telefonberatung und E-Mail):





Die häufigsten Anlässe für die Erstberatung waren selbstverletzendes Verhalten (20%), Depressionen / depressive Verstimmungen (17%), familiäre Probleme (16%) und Essstörungen (12%). Nicht selten verbergen sich jedoch auch andere Herausforderungen und Probleme hinter dem Beratungsanlass wie z.B. (sexualisierte) Gewalterfahrungen oder Ausgrenzungserfahrungen, die beim Erstgespräch nicht genannt werden und erst nach dem Aufbau einer vertrauensvollen Beziehung thematisiert werden können.

Weitere Anlässe für Erstberatungen waren (alphabetisch geordnet):

- Aggressionen
- Ängste
- Beziehungen
- Druck und Leistungsstress
- Geschlechtsidentität
- häusliche Gewalt
- Körper
- Mobbing

- Panikstörung
- posttraumatische Belastungsstörung
- Rassismuserfahrung
- Schlafstörungen
- Schule
- Selbstwert
- sexualisierte Gewalt

- Sexualität
- sexuelle Orientierung
- Stress und Leistung
- Sucht
- Suizidalität
- Zwänge

5. Fortbildungen, Informationsveranstaltungen und Vorträge:

Anzahl der Veranstaltungen

(Vorträge, Workshops, Fortbildungen): 44 Teilnehmer*innenzahl: 797

Themen:

- Depressionen
- Druck/Stress/Leistung
- Gesundheitsförderung
- Körperidentität
- Konfliktkompetenz
- Pubertät
- Resilienzförderung
- selbstverletzendes Verhalten
- sexualisierte Gewalt
 - Sexualität Körperidentität
- sexuelle Bildung
- sexuelle Vielfalt
- Suchtprävention
- Suizidale Krisen

Vernetzung:

regional:

AG Mädchen*politik

AG §78 Gender

AG §78 Beratung

AK Suchtprävention

AK Essstörungen

FORUM Essstörungen

überregional:

LAG Mädchen*politik

Zusätzlich beteiligte sich der MÄDCHENgesundheitsladen an verschiedenen Aktionen zur Öffentlichkeitsarbeit, z.B. Aktionstag Vielfalt und der Gender Stadtrallye für Mädchen*.





















PARTIZIPATION als Haltung bei dem Projekt Stark² – Das Gruppenangebot für Mädchen* bzw. Jungen* mit Übergewicht und ihre Eltern

Bereits im Jahresbericht 2018 hatten wir Ihnen einen kurzen Einblick in unser neues Projekt "STARK²" gegeben und darüber berichtet, welche Ziele wir mit dem Angebot verfolgen und welche Inhalte uns in diesem Projekt wichtig sind. Nun möchten wir Ihnen von unseren ersten Erfahrungen berichten und Ihnen einen tieferen Einblick in das Projekt geben:

Im Frühjahr 2019 wurde der erste Zyklus von Stark² erfolgreich abgeschlossen. Der zweite Zyklus startete im Herbst 2019 mit einer neuen Mädchen*- bzw. Jungen*gruppe und ihren Eltern. 20 wöchentliche Treffen für die Jugendlichen zu den Bausteinen Ernährung, Bewegung und psychosoziale Aspekte sowie individuelle Elterncoachings und gemeinsame Elternabende standen bevor. Sowohl im ersten als auch im zweiten Zyklus ist die Stark²-Mädchen*- und Jungen*gruppe sehr heterogen, bestehend aus Jugendlichen mit einer Altersspanne zwischen 11 und 16 Jahren und unterschiedlichem sozialen Status. Wie es gelingen kann, dass die Mädchen* und Jungen* in ihren jeweiligen Gruppen im Projekt partizipieren und miteinbezogen werden, lesen Sie auf den kommenden Seiten. Grundlage dieses Berichtes ist der Text zum Thema "Partizipation im Gesundheits-Laden e.V." (vgl. Seite 7 ff.).

Der MÄDCHENgesundheitsladen und JUNGEN IM BLICK verstehen unter Partizipation in ihren Stark²-Gruppen, dass die Mädchen* und Jungen* sich aktiv am Prozess der Gruppen beteiligen, mitbestimmen und mitwirken können. Dabei ermutigen wir die Jugendlichen, sich für ihre gesundheitlichen Belange zu engagieren. Unser Ziel ist es, dass die Teilnehmenden Lebenskompetenzen in den Bereichen Ernährung und Bewegung erhalten. Der Hauptbestandteil des Projektes liegt jedoch im psychosozialen Bereich. Die Mädchen* und Jungen* erleben durch ihr Übergewicht oft vielfältige Abwertungs- und Ausgrenzungserfahrungen. Es erschien uns also besonders wichtig, die Jugendlichen zu stärken, sich in ihrem "So-Sein" annehmen zu können und ihnen Erfahrungen zu ermöglichen, in denen sie sich selbstwirksam erleben. Ein besonderes Augenmerk liegt darin, dass die Jugendlichen eine gesundheitliche Mitverantwortung – neben den Eltern, die ebenso Teil des Projektes sind – für sich übernehmen.

Im Folgenden berichtet zunächst der MÄDCHENgesundheitsladen ganz konkret von Prozessen der Teilhabe in der Stark²-Gruppe für Mädchen* mit Übergewicht. Im Anschluss daran werden die Kollegen* von JUNGEN IM BLICK den partizipativen Teil der Stark²- Gruppe für Jungen* mit Übergewicht vorstellen.



Mädchen*gruppe

Einbeziehung als Vorstufe der Partizipation

Gesundheitliche (Mit-)Verantwortung für sich selbst zu übernehmen und sich dadurch als aktives Mitglied unserer Gesellschaft zu erleben, ermöglichen wir den Mädchen* bei STARK² auf unterschiedliche Art und Weise. Ein Teil ist die Arbeit mit individuellen und konkreten (Wochen-)Zielen.



Veränderungen beginnen im Kleinen, und damit dies für diese Zielgruppe erfahrbar wird, unterstützen wir die Mädchen*dabei, sich selbst wöchentliche Ziele zu setzen - z.B. jeden Tag eine Portion Obst zu essen, zehnmal Treppen zu laufen oder mit einer Freundin am Wochenende schwimmen zu gehen. Beim darauffolgenden Treffen überprüfen wir gemeinsam in der Gruppe, ob das Wochenziel erreicht wurde, und klären die Frage, was der eigene Beitrag zum Gelingen war. Einer Teilnehmer*in des ersten Zyklus ist es hierdurch gelungen, Spaß an alltäglicher Bewegung zu entwickeln. Sie tauschte die Fortbewegung mit Bus und Bahn gegen den Cityroller ein und nutzte auch in der Freizeit oft eine freie Minute, um mit dem Roller an der frischen Luft zu fahren. Ihr ist es durch die wöchentlichen Ziele gelungen, Spaß an Bewegung zu entwickeln und sich dadurch in einem hohen Maße selbstwirksam zu erleben.

Wie Sie bereits lesen konnten, ist der Themenbereich "Ernährung" einer der drei Bausteine dieses Projektes. Neben der Vermittlung von Wissen über ausgewogene Ernährung (welche Nährstoffe braucht unser Körper jeden Tag? Wie viele davon? Wie groß sollte eine Portion sein? ...) besteht unser Ansatz darin, gesunde Ernährung erfahrbar zu machen.

So gibt es bei unseren wöchentlichen Treffen einige Termine, an denen wir gemeinsam kochen. Die Mädchen* partizipieren hierbei nicht nur, indem sie sich Gerichte wünschen dürfen, sondern das Kochen findet weitestgehend selbstverwaltet statt.

Wir stellen den Mädchen* die Rezepte und Lebensmittel zur Verfügung und unterstützen z.B. beim Gemüseschneiden. Die eigentliche Zubereitung und damit verbundene Abfolge der Zubereitungsschritte, Kochzeiten im Blick haben, Tisch decken und servieren, übernehmen die Teilnehmer*innen und können hierdurch vielfältige Selbstwirksamkeitserfahrungen machen. Dadurch gelang es bei jeder Kocheinheit, dass alle Mädchen* von allem probiert haben – auch wenn sie vorher dachten, dass sie z.B. ein bestimmtes Nahrungsmittel nicht mögen.

Neben allem ist auch eine gewisse Ausnahmefreundlichkeit, z.B. in Bezug auf den Verzehr von Süßigkeiten/Snacks während der gemeinsamen Treffen, wichtig. Die meisten der Teilnehmer*innen kommen direkt nach der (Mittags-)Schule zu den wöchentlichen Treffen und bringen nach einem langen und anstrengenden Schultag häufig auch Hunger mit. So kam es, dass die Mädchen* eines Nachmittags mit einer Chipstüte im Kreis saßen, die sie sich gemeinsam geteilt haben. Im Sinne einer vertrauensvollen Atmosphäre in der Gruppe war es an dieser Stelle wichtig, nicht zu reglementieren, sondern diese Situation aufzugreifen und beim nächsten Mal vielfältige Alternativen anzubieten und mit den Teilnehmer*innen gemeinsam herzustellen (z.B. Gemüsesticks mit Kräuterquark, gebackene Kichererbsen, ...).

Auch in der Elternarbeit bei Stark² findet Partizipation im Sinne der Einbeziehung statt. Neben den individuellen Elterncoachings, in denen die Eltern ihre Fragen und Themen bezüglich des Umgangs mit dem Übergewicht der Tochter einbringen können, gibt es themenspezifische Elternabende. Nachdem wir den Mädchen* in der Gruppe eine Ernährungsberatung ermöglichten und sie zu Hause von ihren (neuen) Erfahrungen berichteten, kam bei den Eltern der Wunsch auf, für einen der kommenden Elternabende eine Ernährungsfachfrau einzuladen, damit auch sie die Möglichkeit haben, ihr Wissen zu erweitern und zu festigen sowie fachspezifische Fragen stellen zu können. Diesem Wunsch haben wir gerne entsprochen und den Eltern einen Ernährungsberatungsabend ermöglicht, so dass sie ihre Töchter und Söhne bezüglich ihres Übergewichts weiterhin gut begleiten und unterstützen können.

> Nadine Hahn und Isabel Mentor, MÄDCHENgesundheitsladen

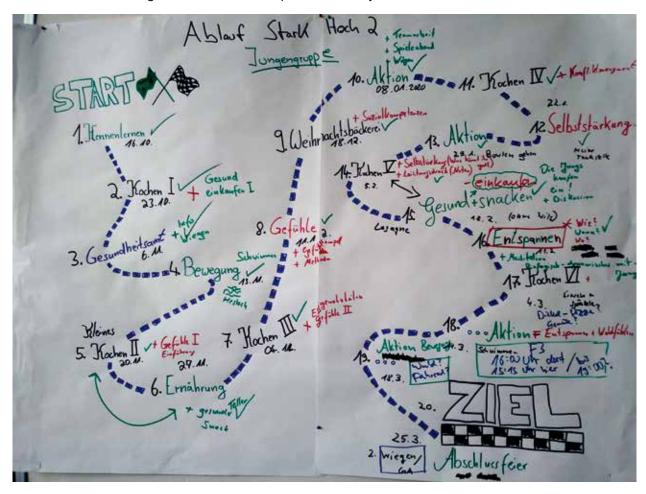




Jungen*gruppe

In der praktischen Umsetzung von Partizipation wurde in der Jungen*gruppe darauf geachtet, dass die Jungen* in ihren Wünschen nach Beteiligung wahrgenommen und diesen im Sinne der Mitbestimmung Raum gegeben wurde. So wurden von den Jungen* selbst bereits zu Projektbeginn ein gemeinsames Regelwerk für einen guten Umgang miteinander sowie die Aktivitäten, die sich die Jungen* in der Gruppe wünschen, festgelegt. Es wurde schnell sichtbar, dass die Jungen* schon in der frühen Gruppenphase Absprachen untereinander treffen oder sich auf Kompromisse einigen konnten, so dass sich die beteiligten Pädagogen im Hintergrund halten konnten.





Außerdem gab es eine Vielzahl an sportlichen Aktivitäten, welche die Jungen* gemeinsam miteinander durchführen wollten - vor allem das Schwimmen stand hierbei hoch im Kurs. Noch früh im Projektdurchlauf gingen wir diesem Wunsch nach und erlebten die Jungen* beim Schwimmen als bereits gefestigte Gruppe. Besonders beeindruckend war, dass ein neuer Teilnehmer an diesem Termin zur Gruppe hinzustieß und offen in der Gemeinschaft aufgenommen wurde. Das Schwimmen kam sogar so gut an, dass im weiteren Projektverlauf der Wunsch nach einem weiteren Termin immer wieder geäußert wurde. Entsprechend der Nachfrageorientierung und der Tatsache, dass die Jungen* in ihrem Wunsch nach Mitgestaltung ernst genommen werden, ist ein verlängerter Schwimmbadbesuch gegen Ende des Projektdurchlaufes geplant.

Auch durch die gemeinsamen Kocheinheiten ließen sich die eingangs beschriebenen Grundannahmen der Partizipation gut in der Gruppenarbeit umsetzen. Hierbei wurde ebenfalls auf eine Vor-



gabe von möglichen Gerichten verzichtet, vielmehr durften sich die Jungen* untereinander einigen, was beim nächsten Treffen gekocht werden sollte. Beispielhaft für die praktische Umsetzung von gesundheitlicher Mitverantwortung und dem Erwerb von Lebenskompetenz durften die Jungen* u.a. ein Abendvesper zusammenstellen. Mit einem festgelegten Budget von 5€ pro Person haben sie gemeinsam im nächstgelegenen Supermarkt für die Gruppe eingekauft. Das Zitat eines Teilnehmenden zeigt, dass das Zutrauen in die Eigenverantwortung der Jungen* durchaus überraschend und freudig wahrgenommen wird: "Dürfen wir wirklich selbstständig einkaufen? Das finde ich cool." Durch die gemeinsame Einkaufsaktion wird den Teilnehmenden die Möglichkeit gegeben, sich mit der Vielfalt der Lebensmittel zu beschäftigen und u.a. festzustellen, dass einige frische Lebensmittel wie Obst, Gemüse oder gesunde Brotbeläge gar nicht so teuer sind, wie sie annahmen. "Ich dachte immer, diese Aufstriche kosten 20€?!" - das Zitat eines Jungen, nach dem Einkauf eines "Bio-Gemüse-Aufstrichs".

Großer Wert wurde darauf gelegt, das Thema Essen immer wieder mit dem psychosozialen Ansatz unseres Projektes zu verbinden und den Teilnehmenden dadurch zu vermitteln, dass ihre Gefühlswelt auch etwas mit dem Essverhalten zu tun haben kann. Dies wurde wiederholt niederschwellig beim gemeinsamen Essen, als auch im Gruppensetting thematisiert. Durch die Wahrnehmung ihrer Gefühle und eine Reflektion des damit verbundenen Essverhaltens, sollen die Jungen* befähigt werden Entscheidungen im Sinne einer gesunden Ernährung zu treffen. Bei einem Großteil der Jungen* war die Entwicklung eines Verständnisses für den Zusammenhang von Essen und Gefühlen während des Projektzeitraums zu beobachten.

Auch die Elterncoachings und -abende wurden von den meisten Eltern positiv angenommen. In Einzelgesprächen konnte auf die individuellen Bedürfnisse der Eltern im Umgang mit ihren Jungen* eingegangen werden, in Elternabenden konnten sich die Eltern wiederum untereinander austauschen. Besonders positiv ist festzuhalten, dass fast alle Jungen* beider Durchgänge das Projekt abgeschlossen und trotz "gelegentlicher Unlust" mehrmals geäußert haben, dass sie gerne zu uns kommen und sich auf die anderen Jungen* freuen. Auch für uns, als Durchführende, ist das eine schöne Wertschätzung.

Jonas Mahlert, JUNGEN IM BLICK



Wir hoffen, Sie haben einen Einblick in das Gruppenangebot Stark² erhalten. Wir gestalten dieses Projekt im Rahmen unserer Möglichkeiten so partizipativ als möglich, so dass die Nachhaltigkeit und die Verankerung des (neu) Erlernten ermöglicht werden kann.

Wir freuen uns, dass wir aufgrund von Projektmitteln im Herbst 2020 einen weiteren Zyklus "STARK²" für Mädchen* und Jungen* und deren Eltern anbieten können.

Das dreijährige Projekt wird maßgeblich unterstützt von der **Eduard Pfeiffer-Stiftung** sowie der **Gesundheitskonferenz der Stadt Stuttgart** – herzlichen Dank dafür!



Mädchen* fragen:

Woher weiss ich, Dass ICH BI BIN UND **NICHT LESBISCH?** Warum sind Eltern so peinlich? Ab Welchem WARUM WACHSEN UNTER ALter Sollte Man DEN ARMEN UND AN DER Wissen, Welche SCHEIDE HAARE?!?! ÇeXUaLität Man Hat? Warum GIBT es DIE PUBERTÄT UND warum dauert sie Wie kann man meнrere Jahre? aufhören handysüchtig zu sein? AUS WAS Entsteht Ist es normal; dass man in den allerbesten Ab wann fing das Freund verliebt ist? Aussehen an, über das Internet und social media, bestimmt zu werden? Wer bestimmt was "schön" ist und was nicht?

Jungen* fragen:

Mein Freund hat Warum Ticke ich aus, familiäre Probleme wenn mein Vater mir wie kann ich ihm **Den PC wegnimmt?** helfen? WAS PASSIERT IN DER Was passiert PUBERTÄT AUßER DEM wenn sich Warum sind STIMMBRUCH NOCH? Jungen brutaler als Mädchen und **ROBUSTER?** Ist es schwer Wie Lange Jugendlicher zu geHeN die werden? Tage? Was kann ich tun um eine Schlägerei zu verhindern? WAS BEDEUTET KANN MAN VON PORNOS SÜCHTIG EIGENTLICH Wann ist eine ideale Zeit um COMPUTERSUCHT? WERDEN? eine Freundin zu haben und wann fangen Mädchen an über einen Freund nachzudenken? Stress mit meinen Eltern was kann ich



Einblicke in das Jahr 2019



2019 war ein ereignisreiches und sehr angefülltes Jahr bei JUNGEN IM BLICK (JUB).

Die Einrichtung erweiterte kontinuierlich ihre Angebote in der Jungenarbeit mit bisherigen und neuen Kooperationspartner*innen. Partizipation, wie eingangs beschrieben, findet in allen Praxisbereichen statt. Die Einbeziehung der Interessen der Jungen* und jungen Männer*n in den Workshops, fortlaufenden Gruppen und in der Beratung sind Grundverständnis und Grundbestandteil unserer pädagogischen Arbeit.

In das Jahr gestartet sind wir mit einem weiteren Durchlauf des Superheldenclubs mit Grundschülern* in Stuttgart-Mönchfeld, durchgeführt mit dem dortigen Fachpersonal, welches die Methoden zur Gefühls- und Wahrnehmungsfähigkeit für ihre Arbeit nachhaltig weiter nutzen wird. Weitere Angebote im Hort- und Grundschulbereich waren Projekte im Kinder- und Familienzentrum Nord und eine feste Kooperation mit dem Schülerhaus der Schwab-Grundschule für alle 4. Klassen der Schule. Eine sogenannte Jungen* AG in Kooperation mit der mobilen Jugendarbeit Stuttgart-West an der Hasenbergschule, einer Schule für Schüler*innen mit besonderem Lernbedarf. wurde im Herbst durchgeführt. Dabei freut uns besonders der nachbarschaftliche Bezug zum Stuttgarter Westen, in dem wir als anerkanntes und geschätztes Beratungsangebot wahrgenommen werden.

Der erste **Stark**² Durchgang für Jungen* mit Übergewicht wurde im Mai erfolgreich abgeschlossen, seit Herbst 2019 läuft nun die zweite Gruppe, die im Frühsommer abgeschlossen wird.

Ein weiterer Durchlauf der **Boyhood Gang**, in der der Fokus auf den Themen Junge*-Sein und gemeinsam voneinander lernen und aneinander wachsen liegt, fand ihren Abschluss vor den Sommerferien. Ebenfalls

erfolg- und erfahrungsreich wurde im Sommer der sogenannte **Discovery Trail** mit Jungen* einer Stuttgarter Förderschule durchgeführt.

Und natürlich haben wir mit unseren Kolleg*innen des MÄDCHENgesundheitsladens zahlreiche Workshops in den unterschiedlichsten Bildungseinrichtungen und bei verschiedenen Jugendhilfeträgern erfolgreich durchgeführt (vgl. Statistik).

Seit Herbst 2019 konzipiert und plant JUNGEN IM BLICK ein eigenes **Medienprojekt "InstaYou"**. Nach gründlicher Recherche und intensivem Austausch mit anderen Medienexpert*innen startet die Praxisphase im Frühjahr 2020.

Darüber hinaus gab es viele Anfragen von Einrichtungen mit der Bitte, Kooperationsprojekte bzw. Workshops durchzuführen oder die fachliche Expertise von JUB zu nutzen. Aufgrund der personellen Begrenztheit konnten wir leider nicht alle Anfragen berücksichtigen.

Eine ähnliche Situation erlebten wir im **Bereich der Beratung**. In Ballungszeiten kamen wir häufiger an unsere Grenzen. Durch zusätzliche Ressourcen und kreative Lösungen gelang es, die meisten Anfragen zeitnah zu berücksichtigen, aber ebenso wie im Workshopbereich mussten wir mit Wartelisten arbeiten, um den Anfragen nachzukommen.

Bei den Beratungen, die uns über die Jugendhilfe im Strafverfahren zugewiesen wurden, gelang es in allen Fällen, die Beratungsauflage einzuhalten – dies spricht für die Motivation der Jungen* und jungen

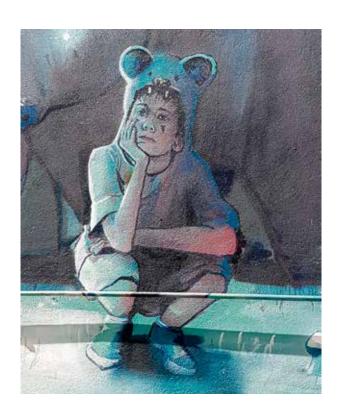




Männer*, ihr Leben künftig gelingender zu gestalten. Einige nutzten das Beratungsangebot auch über die Auflage hinaus, was uns sehr freute und die Nachhaltigkeit der Maßnahme unterstützte.

Insgesamt beobachten wir in allen Beratungssettings, dass im Anschluss an eine Beratung häufiger eine weitere lose Betreuung gewünscht wird. Wir haben uns deshalb entschlossen, diese Möglichkeit kontinuierlich anzubieten, was auch vielfach genutzt wird.

Zu guter Letzt: 2019 war auch personell ein ereignisreiches Jahr für JUNGEN IM BLICK. Zum einen wurden wir gleich durch zwei Praktikanten in der praktischen Arbeit ganz hervorragend unterstützt – ganz herzlichen Dank an dieser Stelle an Johannes Bayer und Robin Gröger. Zum anderen veränderte gegen Ende des Jahres unser langjähriger Kollege Kevin Koldewey aus persönlichen Gründen seinen Arbeits- und Wirkungsort. In den vergangenen Jahren hat er viele Projekte mit initiiert (z. B. den Discovery Trail) und die gute Entwicklung von JUB maßgeblich mitgestaltet. Wir Kollegen bedanken uns für die tolle Zusammenarbeit und freuen uns auf weiteren Austausch.



Das Jahr in Zahlen

Im Jahr 2019 hatte JUNGEN IM BLICK **2.686 Kontakte** in Form von Gruppenveranstaltungen für Jungen*, Beratungen mit Jungen*, Elterngespräche, Elternabenden und Fortbildungen.

Für die Statistik wird unterschieden zwischen

- 1. Workshops (ca. 2 Zeitstunden) auf Anfrage von extern,
- 2. Kooperationsprojekten mit anderen Trägern und mehreren Terminen,
- 3. fortlaufenden Gruppen, die JUNGEN IM BLICK anbietet.

1. Workshops:

Aufschlüsselung der Gruppen: Anzahl der Veranstaltungen: 233 Davon Kooperationsveranstaltungen mit dem MÄDCHENgesundheitsladen: 128 27% Anzahl der Teilnehmer*: 1.577 21% 14% 9% 8% 6% 4% 4% 1% Kinder- & Familienzentrum Unterkunft für Geflüchtete schule **Naldorfschule** Schülerhaus / Hort Realschule Berufsschule Gemein schafts-Grundschule Sonstiges

SBBZ,: Sonderpädagogische Bildungs- und Beratungszentren



2. Projekte

Langfristige Angebote sehen wir als hilfreich im Sinne der Gesundheitsförderung an. Entsprechend wurden mit insgesamt vier Einrichtungen nachfrageorientierte Projekte für Kinder und Jugendliche durchgeführt.

Superheldenclub (Grundschule): 6 Termine mit 9 Jungen*
Kinder- & Familienzentren: 5 Termine mit 7 Jungen*
Schülerhäuser: 8 Termine mit 20 Jungen*

Discovery Trail: 5 Tage in der Natur mit 7 Jungen*

Inhaltliche Schwerpunkte der Workshops (alphabetisch geordnet):

- Aggressionen
- Beziehungen
- Erlebnispädagogik
- Ernährung und Essstörungen
- Freundschaft/ Gewalt
- geschlechtliche Vielfalt
- Identität
- Junge*-Sein

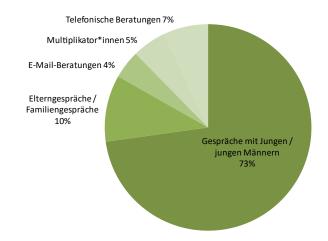
- Klassenklima
- körperliche Entwicklung
- Körperoptimierung
- Lebenskompetenz
- Medienbildung
- Pubertät
- Rollenbilder
- Selbstbehauptung und Grenzen
- sexuelle Bildung
- sexuelle Orientierung
- soziale Kompetenz
- Suchtprävention
- Stressbewältigung
- Verhütung

3. Fortlaufende Gruppen

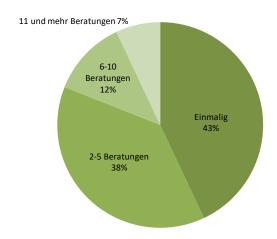
Boyhood Gang: 12 Termine mit 9 Jungen* Stark²: 27 Termine mit 16 Jungen*

4. Beratung:

Anzahl der Beratungen: 455 mit 611 Personen

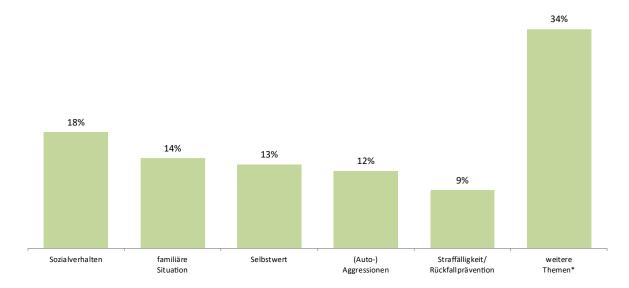


Kontakthäufigkeit (ohne Beratung@school, Elterngespräche, Telefonberatung und E-Mail):





Beratungsanlass (ohne Telefonberatung und E-Mail):



Weitere Anlässe für Erstberatungen waren (alphabetisch geordnet):

- Ängste
- Beziehungsgestaltung
- Depressionen und depressive Stimmungen
- Ernährung
- Essstörung
- Freundschaft

- Gesundheit
- Gefühlsarbeit und Grenzwahrnehmungen
- Identität-Junge*-Sein
- Leistungsdruck
- Mediennutzung
- Mobbingerfahrungen
- Pubertät
- Schule
- Sexualität
- Transidentität
- Traumata

5. Fortbildungen, Informationsveranstaltungen und Vorträge:

Anzahl der Veranstaltungen (Vorträge, Seminare, Workshops): 29
Teilnehmer*innenanzahl: 277

Vernetzung:

regional:
Facharbeitskreis Jungen*
AK Männerberatung
Strategische Gesundheitsförderung – Gesundheitsamt Stuttgart
HFK West

überregional: LAG Jungenarbeit LAG Mädchen*politik



Einblicke in das Jahr 2019

Die Angebote der Anlauf- und Fachstelle waren auch in 2019 vielfältig. Anfragen per E-Mail und Telefon, persönliche Beratungsgespräche mit Betroffenen und Angehörigen, Frauen* und Männern*, jüngeren und älteren Menschen sowie Gruppenangebote für Eltern und betroffene junge Frauen* gehören weiterhin zu den grundlegenden Aufgaben. Ein besonderes Augenmerk legen wir auch auf Adressat*innen, die nicht in das "typische Muster" der von einer Essstörung betroffenen Person passen – männliche Betroffene und Menschen in der Lebensmitte. In beiden Gruppen zeigt sich ein Anstieg der Inanspruchnahme, wie Sie unter "das Jahr in Zahlen" nachlesen können.

Sich wie in einem "Käfig" der Essstörung gefangen zu fühlen und fachliche Unterstützung auf dem Heilungsweg zu benötigen, betrifft Betroffene und Angehörige jeglichen Alters und Geschlechts gleichermaßen.



Ein besonderes Ereignis in 2019 war das **25jährige Bestehen des Arbeitskreises Essstörungen Stuttgart**, dessen Geschäftsführung seit der Gründung bei ABAS angesiedelt ist – Planung, Organisation und Koordination des Arbeitskreises werden wesentlich von dort aus initiiert. Anlässlich des Jubiläums lud der AK viele Akteur*innen im Bereich Essstörungen (Betroffene, Angehörige, Fachkolleg*innen und -kräfte, Interessierte) am 10.04.2019 zu dem Dokumentarfilm "Ich hab's geschafft" ins Kino ein. Nach der Begrüßung durch die stellvertretende Sozialamtsleiterin der Landeshauptstadt Stuttgart Gabriele Reichhardt und Ma-



rianne Sieler als Geschäftsführerin des AK Essstörungen gab die Regisseurin Shirley Hartlage eine kurze Einführung. In dem Dokumentarfilm berichten neun Menschen, in berührenden Porträts von ihrer ganz persönlichen Geschichte mit der Essstörung und wie sie diese überwinden konnten. Ihre Botschaft: "Bleib dran, hol dir Hilfe, es geht! – denn es ist zu schaffen!"



Der Film hatte eine empowernde Wirkung – er beeindruckte und berührte die Besucher*innen spürbar, die sich im Anschluss teils mit sehr persönlichen State-

ments sowie Fragen zu Wort meldeten und damit auch "zeigten". So ergriffen beispielsweise Jugendliche einer Wohngruppe das Wort und fühlten sich von der Kernaussage " ... mach dich auf den Weg, es lohnt sich!" sehr ermutigt und bestätigt. Der Film präsentierte die Betroffenen als "Expert*innen" ihrer Selbst, die auf Augenhöhe zum Hilfesystem sehr differenziert ihren Weg aus der Essstörung schildern.





Das Jahr 2019 in Zahlen

Im vergangenen Jahr hatte ABAS insgesamt 1.599 Kontakte

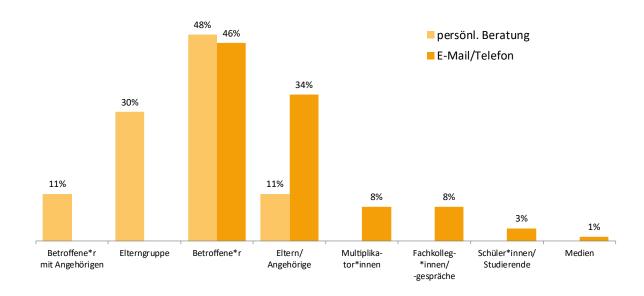
- in Form von persönlichen Beratungsgesprächen,
- · in Gruppenangeboten mit Eltern, Angehörigen und Betroffenen,
- als Informations-, Beratungs- und Fachstelle sowohl am Telefon als auch per E-Mail,
- im Rahmen von Informations-, Präventions- und Fachveranstaltungen.

Nutzer*innen von ABAS

In 2019 wurde ABAS im Vergleich zum Vorjahr in den Gesamtkontakten nahezu gleichbleibend in Anspruch genommen. Die persönliche als auch die E-Mail- und Telefonberatung wurden zu 48% bzw. 46% von den Betroffenen selbst genutzt (2018 je 46%), die Nutzung durch Angehörige nahm bei der persönlichen Beratung im Vergleich zum Vorjahr von 8% auf 11% zu, bei den E-Mail- und Telefonanfragen von 36% auf 34% ab. Die Beratungsgespräche von Betroffenen in Begleitung einer angehörigen Person blieben fast konstant.

Die Nutzung als Fachstelle von Fachkolleg*innen, Multiplikator*innen, Schüler*innen, Studierenden sowie den Medien entsprach mit insgesamt 20% im Bereich der E-Mail- und Telefonberatung.

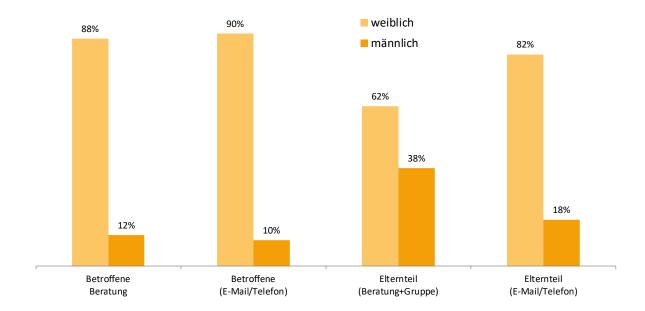
Die Elterngruppe wuchs im Bereich der direkten Beratungskontakte mit 30% erneut gegenüber dem Vorjahr an und wir freuen uns, dass dieses Angebot beständig angeboten werden kann.



Bei der Inanspruchnahme von 88% weiblichen gegenüber 12% männlichen Nutzer*innen in den persönlichen Beratungsgesprächen konnte im Vergleich zu den Vorjahren ein weiterer leichter Anstieg männlicher Betroffener verzeichnet werden, auch bei den E-Mail- und Telefonanfragen zeigte sich ein leichter Anstieg zur männlichen Betroffenheit (10% gegenüber 90% weiblichen Betroffenen). Essstörungen gelten nach wie vor als "weiblich" und werden daher von den Betroffenen selbst, den Angehörigen und auch vielen Fachkräften weiterhin nicht als solche mitgedacht bzw. in Erwägung gezogen. Schritt für Schritt rücken Männer* inzwischen mehr in den öffentlichen Fokus, es gibt eine zunehmende Sensibilisierung für diese Thematik. Ein expliziter Vermerk auf unserer Homepage "Wir beraten unabhängig von Geschlecht und Alter" soll einladen und ermutigen – so kommen zunehmend männliche Betroffene bei uns an.

Die Beteiligung der Väter sank hingegen bei den E-Mail- und Telefonanfragen von 25% im Vorjahr auf 18%, nahm auch in den persönlichen Beratungsgesprächen ab. Über das Angebot der Elterngruppe gelingt es insgesamt gut, auch die Väter zu erreichen. Insgesamt hat sich der Väteranteil in den persönlichen Kontakten gegenüber den Jahren 2016 und 2017 mehr als verdoppelt.

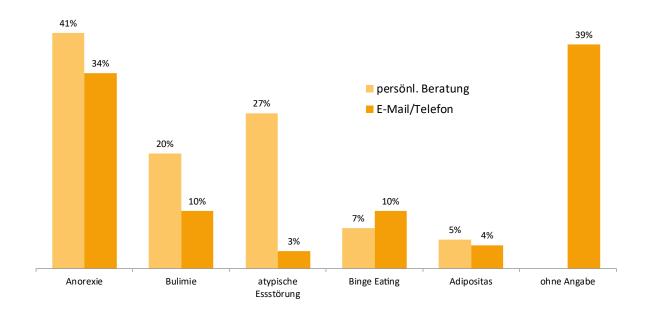




Anteil der Essstörungen

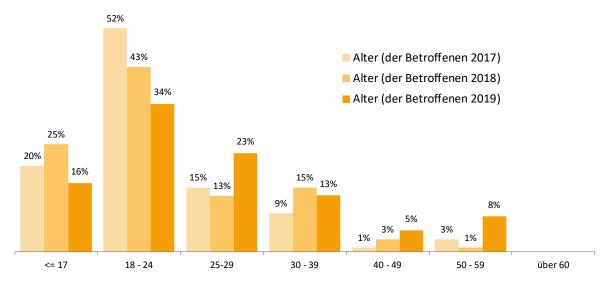
Die Anfragen an ABAS beziehen sich nach wie vor überwiegend auf die Essstörungen Anorexie (Magersucht) und Bulimie (Ess-Brech-Sucht). Der Anteil der Anorexie blieb mit 41% nahezu konstant in der persönlichen Beratung und stieg in der E-Mail/Telefonberatung auf 34% an. Die Zahl der bulimischen Erkrankungen nahm um 2 Prozentpunkte auf 20% in der persönlichen Beratung zu und sank bei den E-Mail- und Telefonanfragen auf 10%. Das bulimische Verhalten ist sehr schambesetzt und wird häufig im Erstkontakt am Telefon oder per E-Mail nicht direkt benannt, es verbirgt sich dann oft unter den Anfragen "ohne Angabe".

Diese Rubrik beinhaltet häufig ebenso die sog. "atypischen Essstörungen", die in ihrem Erscheinungsbild nicht alle Diagnosekriterien einer klar definierten Essstörung erfüllen und eine Einordnung erschweren. Diese stiegen anteilsmäßig bei den persönlichen Beratungen auf 27% an und entsprachen bei den Anfragen per E-Mail und Telefon mit 3% den Zahlen des Vorjahres.





Die Binge-Eating-Störung (häufig mit Übergewicht einhergehend) sank in der Inanspruchnahme leicht gegenüber dem Vorjahr, ebenso nahm die Anzahl der von einer Adipositas Betroffenen in der persönlichen Beratung leicht ab und blieb bei den Telefon- und E-Mail-Kontakten konstant bei 4%. Unter dem Blickwinkel der klassifizierten Essstörungen muss bei Übergewicht die Adipositas infolge einer Binge-Eating-Störung von der Adipositas durch eine Fehlernährung ohne psychische Hintergründe unterschieden werden – letztere zählt nicht zu den Essstörungen als psychosomatische Erkrankung. In der Statistik werden alle "Adipositas-Anfragen" gemeinsam aufgeführt.

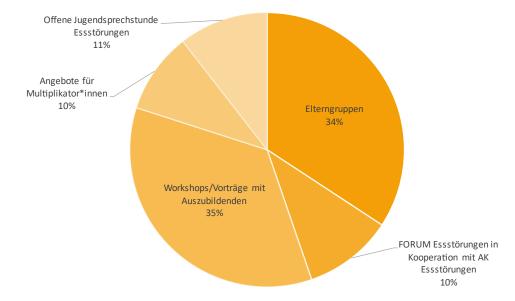


Altersstruktur

Die größte Gruppe der Betroffenen liegt nach wie vor im Alter zwischen 18 und 24 Jahren, allerdings nahm die Anzahl der 25–29jährigen um bemerkenswerte 10% zu und die der unter 17jährigen um 9% ab. In der Altersgruppe der 30–39jährigen entsprach die Betroffenheit annähernd der des Vorjahres und ein weiterer deutlicher Anstieg ist bei den 40–59jährigen zu verzeichnen. Diese Zahlen unterstreichen, dass eine Essstörung auch über das klassische Jugendalter hinaus (wieder) entwickelt werden kann und es entsprechende Angebote für diese Altergruppe zu entwickeln gilt.

Prävention

Die Angebote im Präventionsbereich setzen sich aus verschiedenen Bereichen zusammen. Im Jahr 2019 fanden dabei 509 Kontakte statt, die sich wie folgt aufteilen:



Die Prävention stellte bereits in 2019 ein wichtiges Angebotsfeld von ABAS dar und wir freuen uns darauf, diesen Bereich weiterentwickeln und ausbauen zu können.



Kooperationen

Arbeitskreis Essstörungen

Wie bereits in den "Einblicken" zu lesen war, feierte der AK Essstörungen in 2019 sein 25jähriges Bestehen. Dieses Jubiläum nahm der Arbeitskreis zum Anlass, in enger Kooperation mit dem Sozialamt der Landeshauptstadt Stuttgart, positive Behandlungs- und Heilungswege aufzuzeigen, eine multiprofessionelle Versorgungsstruktur erneut sichtbar zu machen und ein sehr ernstzunehmendes Thema auf Mut machende Weise in die Öffentlichkeit zu bringen. Hierfür wählten wir den Dokumentarfilm "Ich hab's geschafft". Die Veranstaltung wurde von der Stuttgarter Gesundheitskonferenz, der BEK, der AOK und der Sonnenberg Klinik unterstützt, dafür nochmals ein ganz herzliches Dankeschön.

Die Einladung stieß auf großes Interesse, ihr folgten über 220 Personen – Fachkräfte, viele Betroffene, Angehörige und andere Interessierte, so dass die Kinovorführung vor "ausgebuchtem" Haus starten konnte. In der Jubiläumsveranstaltung konnten auch alle Mitglieder des Arbeitskreises in ihrer Vielfalt und als Ansprechpartner*innen der verschiedenen Disziplinen sichtbar werden.



Am Ende der Veranstaltung wurde vielfach der Kontakt zu Mitgliedern des Arbeitskreises gesucht – teils von ehemaligen Klient*innen, von Betroffenen selbst und Angehörigen. Es gab auch Anschlussgespräche mit Fachkolleg*innen angrenzender Landkreise, die sich von dem guten Netzwerk in der Landeshauptstadt beeindruckt zeigten und wichtige Impulse in puncto gelingender Zusammenarbeit mitnehmen konnten.

Hinweis für Interessierte:

Der Film "Ich hab's geschafft" kann unter www.waage-hh.de angesehen werden!

Neben den regelmäßigen Treffen der Mitglieder veranstaltete der Arbeitskreis in 2019 außerdem zweimal das **FORUM Essstörungen** als zertifizierte Fortbildungsveranstaltung zu folgenden Themen:

- "Ernährungstrends Einstieg in eine Essstörung!?"
- Dokumentarfilm "Ich hab's geschafft" mit anschließender Fachdiskussion

An den Abenden nahmen 54 niedergelassene Psychotherapeut*innen, Ärzt*innen, Ernährungsfachkräfte und weitere Fachkolleg*innen teil.

Die Kooperation von ABAS mit dem Klinikum Stuttgart wurde auch im Jahr 2019 erfolgreich weitergeführt – beteiligt ist neben der Klinik für Suchtkrankheiten und Abhängiges Verhalten auch die Klinik für Psychosomatische Medizin und Psychotherapie. Einmal wöchentlich wird in der ambulanten Suchtberatungsstelle in der Türlenstraße eine "Sprechstunde Essstörungen" angeboten. Eine ABAS-Mitarbeiterin berät dort sowohl Betroffene als auch Angehörige. Die Dokumentation dieser Kontakte erfolgt über die Erfassung der Suchtberatungsstelle.

Im Rahmen dieser Kooperation findet einmal monatlich ein Gruppenangebot in der tagesklinischen Entgiftungsstation **TANDEM** statt. An diesem Angebot nahmen 231 Personen teil.



PARTIZIPATION – Chancen und Herausforderungen, in der Beratung bei Essstörungen zu berücksichtigen

Aufbauend auf die gemeinsame Auseinandersetzung im Team des GesundheitsLaden e.V. zum Thema "Partizipation" (siehe Fachartikel S. 7 ff.) haben wir uns bei ABAS mit den Chancen und Grenzen in der Beratung bei Essstörungen auseinandergesetzt. Im Folgenden wollen wir Ihnen unsere Überlegungen darstellen.

Als Anlauf- und Fachstelle bieten wir vor allem den Betroffenen selbst (unabhängig von Geschlecht und Alter), als auch Angehörigen, Multiplikator*innen

- Informationen über Essstörungen und eine erste fachliche Einschätzung,
- Informationen und Beratung in Bezug auf ambulante und stationäre Behandlungsangebote in Stuttgart und der Region,
- Hilfestellung bei notwendigen Handlungsschritten,
- · motivationsfördernde Beratung,
- Überbrückungsberatung,

an.

Wichtige Fragestellungen sind hier: Was erscheint aus fachlicher Sicht sinnvoll/notwendig/unabdingbar? Was kann sich die betroffene Person vorstellen bzw. worauf kann sie sich einlassen? Wie kann ein nächster Schritt gelingen?

Als Anlaufstelle geben wir gewisse Rahmenbedingungen vor: Ein Termin muss vorab vereinbart werden, dauert etwa eine Stunde und unsere Beratung/Begleitung erstreckt sich auf in der Regel bis zu fünf Gesprächen (Ausnahmen sind in Krisensituationen oder in der Überbrückungsberatung möglich).

Die Beratungsprozesse unterscheiden sich und sind wesentlich von der individuellen Motivationslage abhängig – das heißt: kommt eine betroffene Person alleine und aus eigenem Antrieb heraus oder unter Auflage, kommt sie in Begleitung einer/s Angehörigen, kommen Angehörige alleine ...

Bei der Behandlung einer Essstörung ist stets die Differenzierung wichtig: Die betroffene Person HAT eine Essstörung, aber sie IST nicht die Essstörung! Es gibt einen essgestörten Anteil, der in aller Regel nicht bzw. sehr schwer erreichbar und zugänglich ist – der möchte die Essstörung "behalten". Darüber hinaus gibt es einen nicht-essgestörten Anteil – dieser erlebt einen Leidensdruck, möchte die Essstörung "loswerden" – , diesen gilt es zu stärken, damit der Heilungsweg beschritten und fortgeführt werden kann. Wenn dieser "gesunde" Teil erreicht werden bzw. sich durchsetzen kann, können die fachlichen Informationen zu einer Handlungs- und Entscheidungskompetenz verhelfen.

"Vielen, vielen Dank für Ihre so tolle Unterstützung. Unser Gespräch hat mir in vielen Dingen Klarheit gebracht, allerdings gibt es noch den zweiten ja ich nenne es mal kranken Anteil, der so sehr dagegen ankämpft. Ich glaube, es wird noch ein langer Weg werden..."

Betroffene, 18 Jahre

Je größer das Mitspracherecht, die Möglichkeit der Mitentscheidung bzw. die Entscheidungsmacht der beteiligten Menschen und natürlich unabdingbar der betroffenen Person selbst ist, desto größer ist der Grad der Beteiligung/Partizipation. Grundlegende Basis dafür ist es, die Klient*innen zu erreichen, dass sie sich ernstgenommen, bestärkt/unterstützt und als Expert*innen ihrer Selbst wahrgenommen fühlen – dann können sie beginnen, Verantwortung für den Behandlungs-/Heilungsweg zu übernehmen und wichtige Selbstwirksamkeitserfahrungen machen.

"Ich wollte mich noch einmal bei Ihnen melden. Sie hatten mir bei unseren vier Terminen die notwendigen Schritte zur Behandlung von Essstörungen erklärt und mich ermutigt, eine Behandlung zu beginnen. Inzwischen mache ich eine Psychotherapie und Ernährungsberatung. Ich fühle mich durch die Therapie schon viel besser und habe gute Fortschritte gemacht. Vielen Dank für Ihre Impulse. Ihre Beratung hat mir wirklich sehr geholfen und mich auf den richtigen Weg gebracht."

Betroffene, 27 Jahre

Angehörige suchen den Weg zu ABAS in aller Regel aus einer großen Not, Sorge und Hilflosigkeit heraus, bringen also eine dementsprechende Motivation zur Veränderung der Situation mit. Aber auch hier schwingen häufig Ängste und Unsicherheiten mit, die konkrete Schritte erschweren – Veränderung ist auf allen Ebenen immer auch eine Herausforderung.

Die besonderen Herausforderungen bezüglich der Partizipation zeigen sich in den Situationen, in denen die Ernsthaftigkeit der Erkrankung, weil unter Umständen lebensbedrohlich, extrem gesundheitsgefährdend, offensichtlich sind und die betroffene Person



"Ich möchte Ihnen rückmelden, wie sich die Situation bei unserer Tochter seit der Jugendsprechstunde am letzten Donnerstag weiter entwickelt hat. Es ging für uns alles sehr schnell und nach dem empfohlenen Besuch bei der Hausärztin habe ich tags drauf Kontakt zu der psychosomatischen Kinderklinik, die Sie genannt hatten, aufgenommen. Dort konnten wir gleich in die nächste Sprechstunde kommen. Unsere Tochter wird nun am kommenden Mittwoch stationär dort aufgenommen.

lch hoffe so, dass sie dort wieder gesünder werden kann und danke Ihnen sehr für Ihre sehr schnelle und konkrete Hilfe."

Mutter einer 15jährigen anorektischen Tochter

selbst eine fachliche Unterstützung verweigert oder auch Angehörige/Eltern diese Notwendigkeit nicht wahrhaben wollen. Aus unserer Expertinnensicht

stehen hier Fachlichkeit und Fürsorge unsererseits im Vordergrund, was auch bedeutet, dass in solchen Fällen "Klartext" gesprochen werden muss und entsprechend gehandelt werden sollte – dies ist unsere Aufgabe als Fachberatungsstelle.

Die Anorexie ist die psychische Erkrankung mit der höchsten Mortalitätsrate (10–15%) und auch eine schwer ausgeprägte Bulimie kann lebensbedrohliche Folgen haben. Vor diesem Hintergrund sind wir Fachberaterinnen immer wieder in der

Situation, sehr klar Position zu beziehen und auf den fehlenden Entscheidungsspielraum zu verweisen, da Gefahr im Verzug ist. Im besten Fall entstehen Klarheit und Orientierung für die Ratsuchenden, was schnelles Handeln ermöglicht. Immer wieder aber gehen die Betroffenen selbst in den Widerstand / die Verweigerung, und auch bei den Angehörigen braucht es

"Nach anfänglicher Erschlagenheit und längerer Überlegung nach unseren Gesprächen habe ich mich jetzt doch dazu entschlossen, mich stationär behandeln zu lassen. Ich habe mich an die empfohlene Ärztin gewandt und auch sie hat mir dringend einen Klinikaufenthalt angeraten, sie wird mich bei der Antragstellung unterstützen."

Betroffener, 22 Jahre

manchmal einige Zeit, bis die Ernsthaftigkeit realisiert werden kann.

Für eine "Übergangszeit" versuchen wir mittels motivationsstärkender Gespräche die Einsicht zu fördern, dass eine Behandlung notwendig ist - dies gelingt auch in vielen Fällen. In aller Regel wird aber zumindest auf eine ärztliche Abklärung gedrungen (ein extrem niedriger BMI-Wert macht dies beispielsweise unabdingbar) – ein solches Handeln entspricht unserem Fürsorgeauftrag als Fachberatungsstelle. Es ist also immer wieder auch eine Gratwanderung, von Verständnis, Motivationsförderung, fachlicher Einschätzung und womöglich daraus resultierendem Aufzeigen von Grenzen. Unser Auftrag ist, die Menschen auf ihrem Heilungsweg zu unterstützen und nicht zur Aufrechterhaltung und Manifestierung der Essstörung beizutragen, indem Folgegespräche langfristig eher eine Alibi-Funktion bekommen, vermeintlich etwas gegen die Essstörung zu tun ohne eine wirkliche Veränderung zuzulassen.

Bei absolut fehlender Krankheitseinsicht und extrem bedrohlicher Ausprägung der Essstörung können natürlich auch Zwangskontexte von Nöten sein, um die betroffene Person vor weiterer Selbstgefährdung zu schützen – unter diese Zwangskontexte fallen (familien-)gerichtliche Entscheidungen zur stationären Unterbringung bzw. auch psychiatrisch begründete Einweisungen. In solchen Fällen wird den Betroffenen der eigene Entscheidungsspielraum vorübergehend entzogen, dies ist natürlich ein sehr schwerer Schritt, der in aller Regel von den nächsten Angehörigen initiiert wird und dem meist viele Versuche zu einer Einsicht und Partizipation zu gelangen vorausgegangen sind. Dann sind alle wegweisenden Orientierungshilfen zur Mitgestaltung an ihre Grenzen gestoßen.

Im Rahmen unserer Beratungsarbeit verfolgen wir eine partizipative Grundhaltung und versuchen diese gemeinsam mit den Betroffenen und auch Angehörigen umzusetzen. Es geht zunächst darum die Einschätzung der aktuellen Situation gemeinsam zu erfassen und die daraus erforderlichen und möglichen nächsten Schritte zu erarbeiten. Eine notwendige fachliche Einschätzung, die Weitergabe umfassender Informa-

tionen und eine beraterische sowie gegebenenfalls motivationsfördernde Begleitung können sowohl die Betroffenen als auch Angehörigen zu weiteren Schritten und Entscheidungen befähigen.

Wann immer dies gelingt, profitieren die Beteiligten sehr und es kann "aufwärts" gehen!

Marianne Sieler, ABAS



Praxissemester im GesundheitsLaden e.V. – Motivation und Erfahrungen

Mein Name ist Johannes Bayer, ich absolviere ein duales Studium der Sozialen Arbeit an der DHBW Stuttgart. Im Rahmen meines Studiums habe ich für drei Monate ein Praktikum bei JUNGEN IM BLICK gemacht. Nach einer schnellen Kennenlernphase mit allen drei Einrichtungen des Gesundheits-Laden e.V. wurde ich direkt Teil des Tagesgeschäfts bei JUB. In Workshops, Einzelberatungen oder längerfristigen Projekten konnte ich in alle Bereiche der Jungen*arbeit Einblick erhalten und diese mitgestalten. Besonders interessant waren die Workshops zum Thema Sexualität und Körperbild. In einer lockeren Atmosphäre wurde ein Rahmen geschaffen, in dem Themen besprochen wurden, welche nicht so oft im Alltag der Kinder und Jugendlichen präsent sind. Sowohl im individuellen als auch gruppenspezifischen Setting war immer ein roter Faden zu erkennen, der die Arbeit von JUB ausmacht.



Auch nach meinem Praktikum sind wir in Kontakt geblieben und ich konnte an verschiedenen Projekten mitwirken. Ich hatte eine wunderbare Zeit und habe viel Neues über die Arbeit mit Jungen*gelernt.



Ich bin Viktoria Hassel und studiere an der Evangelischen Hochschule Ludwigsburg Soziale Arbeit. Ein erster Kontakt zum MÄDCHENgesundheitsladen entstand durch das Modul "Theorien und Methoden der Beratung". Dabei hat mir besonders gefallen, dass diese Einrichtung nicht themenspezifisch arbeitet, sondern für Mädchen* unterschiedlicher Altersstufen in den verschiedensten Lebenslagen und -bereichen Unterstützung bietet. In meinem sechsmonatigen Praktikum lag mein Schwerpunkt vorwiegend in der (präventiven) Workshoparbeit. Gleichzeitig begleitete ich das Gruppenangebot STARK². Durch die verschiedenen nachfrageorientierten Gruppensettings mit den vielfältigsten Themenschwerpunkten konnte ich einerseits viel über gruppendynamische Prozesse lernen, andererseits wurde ich aber auch zu unterschiedlichen Methoden bzgl. der Anliegen der Mädchen* geschult. Durch die gute Kooperation und den beständigen Austausch mit ABAS und JUB wurde es mir gleichzeitig ermöglicht, auch in deren Arbeitsfelder "hineinzuschnuppern". Durch das tolle Team des (Mädchen-)Gesundheitsladens und die vielfältige Unterstützung habe ich in der Arbeit mit den Mädchen*

viele neue Herausforderungen meistern können und mein theoretisches Wissen der Hochschule wunderbar anwenden und erweitern können. Vielen Dank!

Mein Name ist **Robin Gröger** und ich studiere im 5. Semester Soziale Arbeit an der Hochschule Esslingen. Im Rahmen meines Studiums wählte ich das Wahlpflichtfach Geschlechterreflexive Sozialarbeit. Durch mein politisches Engagement interessierte ich mich schon lange für die Themen Gender, Feminismus und Männlichkeit. Ein angebotenes Modul hieß Jungen*arbeit und begeisterte mich sofort. Das Praxissemester kam gerade richtig. Neben meinen politischen Idealen verbindet mich auch meine persönliche Geschichte stark mit der Jungen*arbeit. Aufgewachsen in einer traditionellen Arbeiterfamilie, welche über Generationen in der Stahlindustrie arbeitete, war schnell klar, dass ich auch eine ähnliche Karriere machen sollte. Ich machte eine Ausbildung zum Industrie-Mechatroniker und begann ein Studium der erneuerbaren Energien. Mein Weg zur Sozialen Arbeit dauert also etwas länger.



Jungen* einen größeren Entwicklungskorridor zu ermöglichen ist mir ein persönlich wichtiges Anliegen, welches bei JUNGEN IM BLICK tagtäglich gelebt wird. Auch den Bereich der Gesundheitsförderung habe ich zusätzlich

als sehr erfüllend empfunden. Jungen* in ihrer Entwicklung helfen zu können war eine wirklich schöne Erfahrung. Der gesamte GesundheitsLaden e.V. mit all seinen Einrichtungen und seiner Geschichte hat mich so sehr begeistert, so dass ich den Verein auch weiter als Mitglied begleiten werde.

DER MEDIENSPIEGEL 2019







GESUNDHEITSLADEN E.V.

NACHZULESEN UND ZU HÖREN

Tofu und Salat statt Steak mit Pommes

Neues Angebot soll Selbstbewusstsein von übergewichtigen Mädchen und Jungen stärken

Rund 16,3 Prozent der Stuttgarter Jugendlichen sind übergewichtig. Für sie soll es mehr Angebote geben – eines ist Stark hoch zwei. Bei dem Projekt goft es nicht darum, dass die Silos purzeln Worum dann?



Neue Gruppen ab Herbst

Aktuelles zu finden unter



Weitere Aussichten

Beständiger Hochdruckeinfluss



Stuttgarter Nachrichten 04.06.2019



Stuttgarter Zeitung vom 12.04.2019

Wege aus der Essstörung

S-West Zum 25-Jährigen des Arbeitskreises Essstörungen hat es im Delphi eine Jubiläumsvorstellung gegeben. Von Petro Mostbacher-Di



SWR2 FORUM am 07.11.2019

Dr. Maya Götz, Medienwissenschaftlerin und Letterin des Internationalen Zentralinst Nats für Kinder und Jugendfernahen III. Mürchen Martanne Sieler, Leiterin der Ankoufstelle bei Ezustörungen ABAS, Stuttg Gesprächsleitung: Lukas Meyer-Bankenburg



Stuttgarter Zeitung vom 20./21.12.2019

Das Miteinander zu Hause war komplett gestört

Personelle Struktur



Das Team von links unten nach rechts oben:

Nils Ullrich: Dipl.-Sozialpädagoge, Mitarbeiter bei JUNGEN IM BLICK, Systemischer Therapeut i.A.

Sozialwirtin (M.A.), Verwaltung, GesundheitsLaden e.V.

Viktoria Hassel: Praktikantin im MÄDCHENgesundheitsladen von 09.2019 – 02.2020

Marianne Sieler: Dipl.-Sozialpädagogin, Dipl.-Oecotrophologin, Systemische Therapeutin,

Mitarbeiterin bei ABAS

Kevin Koldewey: Sozialpädagoge (M.A.), Systemischer Therapeut (SG), Mitarbeiter bei JUNGEN IM BLICK

Nadine Hahn: Erziehungswissenschaftlerin (B.A.), Systemische Therapeutin,

Mitarbeiterin im MÄDCHENgesundheitsladen

Dagmar Preiß: Sozialwissenschaftlerin (M.A.), Systemische Therapeutin und Coach (SG),

Geschäftsführerin des GesundheitsLaden e.V.

Isabel Mentor: Erziehungswissenschaftlerin (M.A.), Mitarbeiterin im MÄDCHENgesundheitsladen,

Systemische Beraterin i.A.

Robin Gröger: Praktikant bei JUNGEN IM BLICK von 09.2019 – 02.2020

Julia Hirschmüller: Dipl.-Sozialpädagogin, Psychodrama-Therapeutin, Entspannungstherapeutin,

Mitarbeiterin im MÄDCHENgesundheitsladen und bei ABAS

Jonas Mahlert: Sozialpädagoge (B.A.), Mitarbeiter bei JUNGEN IM BLICK

Leider nicht im Bild:

Kristin Komischke: Dipl.-Sozialpädagogin, Systemische Therapeutin (DGSF),

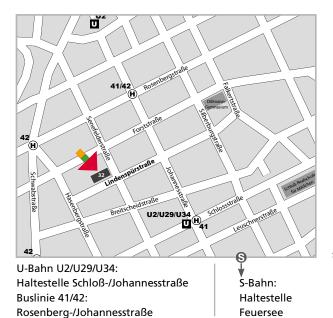
Entspannungstherapeutin, Mitarbeiterin im MÄDCHENgesundheitsladen

Vorstand des GesundheitsLadens e.V.:

Anja Wilser, 1. Vorsitzende

Prof. Dr. Heinz Bartjes, 2. Vorsitzender





Unsere Räume sind rollstuhlgerecht



GesundheitsLaden e.V.

Lindenspürstr. 32 70176 Stuttgart

Fon: 0711 305685–10 Fax: 0711 305685–11 info@gesundheitsladen-stuttgart.de www.gesundheitsladen-stuttgart.de

Spendenkonto:
BW-Bank Stuttgart
IBAN: DE04 6005 0101 0002 9633 34
BIC: SOLADEST600



Fon: 0711 305685-20

info@maedchengesundheitsladen.de www.maedchengesundheitsladen.de



Fon: 0711 305685–30 mail@jub-stuttgart.de www.jungen-im-blick.de



Fon: 0711 305685–40 info@abas-stuttgart.de www.abas-stuttgart.de



