

Inhalt

Vorwort	3
Wer wir sind was wir wollen	4
Mitarbeiterinnen der TIMA e.V.	5
Fachstelle mädchenstärkende Gewaltprävention	7
Prävention	
Gewaltprävention und Forderung der Sozialkompetenz	
Projekte im Rahmen des Schulunterrichts	7
Außerschulische Angebote	10
Vorträge, Fortbildungen und Elternabende	11
Beratung	12
Beratung bei sexualisierter Gewalt	
Beratung zu Fragen der Gewaltprävention	
Präventions- und Beratungsstelle bei Essstörungen – <i>Lebenshunger</i>	14
Prävention von Essstörungen	14
Schulprojekte „Wer bin ich? Ich bin wer!“	
Theaterstück	15
Elternabende, Fortbildungen und Öffentlichkeitsarbeit	16
Beratung bei Essstörungen	16
Nachsorge und Gruppenangebote	18
Kooperationspartner und Netzwerke	19
Danke	20

Vorwort

Sehr geehrte Leserinnen und Leser,

der Tätigkeitsbericht für das Jahr 2011 liegt vor Ihnen.

Gemeinsam mit Ihnen möchten wir zurückblicken auf gutes, bereicherndes Jahr. Wir konnten unsere Arbeit weiter festigen und somit die Nachhaltigkeit verbessern.

Die Präventions- und Beratungsstelle bei Essstörungen Lebenshunger steht nun auf einem starken finanziellen Fundament. Der Landkreis Tübingen würdigt und trägt dieses niederschwellige Angebot durch die Förderzusage für die kommenden 3 Jahre maßgeblich. Damit und Dank der zusätzlichen Unterstützung durch die Krankenkassen AOK, Barmer-GEK und DAK können wir unsere Beratungs-, Präventions- und Selbsthilfearbeit bei Essstörungen zu einem für alle erschwinglichen Preis anbieten. Wir sind optimistisch, für die Restfinanzierung Sponsoren und Stiftungen gewinnen zu können.

Ein weiterer schöner Erfolg ist die positive Resonanz, die wir bundesweit auf das abgeschlossene EU-Projekt „Herzklopfen-Beziehungen ohne Gewalt“ bekommen. Immer wieder erhalten wir Anrufe von Fachleuten, die mit dem Methodenreader, der im Rahmen des EU-Projektes entstanden ist, gearbeitet haben und davon begeistert sind. Die Arbeit mit „Herzklopfen“ geht weiter! Es ist ein nachhaltiges Konzept entstanden, das in der Präventionslandschaft einzigartig und besonders innovativ ist. Wir werden als Referentinnen zu Fachtagen eingeladen und führen Workshops mit MultiplikatorInnen durch. Wir freuen uns deshalb sehr, dass die Stiftung des Deutschen Kinderschutzbundes die Workshops „Herzklopfen- Beziehungen ohne Gewalt“ in ihre Förderung aufgenommen hat. Somit können wir auch in 2012/13 weitere Workshops zur Prävention von Beziehungsgewalt mit Jugendlichen durchführen. Das Jugendamt des Landkreises Tübingen übernimmt einen Teil der Restfinanzierung. Auch dafür möchten wir uns herzlich bedanken.

Die TIMA wäre jedoch nicht denkbar ohne die Unterstützung durch Spenderinnen und Spender. Nicht alle Arbeitsbereiche und Projekte im Bereich der Gewaltprävention und der Gesundheitsförderung sind so gut abgesichert wie die beiden oben genannten. Deshalb freuen wir uns, wenn Sie, liebe Leserinnen und Leser, sich für unsere Arbeit zum Schutz und zur Stärkung von Mädchen begeistern lassen und durch Ihre Spende mithelfen, Mädchen in ihrem Selbstbestimmungsrecht und in ihrem Selbstwert zu stärken.

Ein besonders warmes Dankeschön allen Fachkräften, Eltern und vor allem den Mädchen und Jungen, die uns ihre Fragen und vor allem ihr Vertrauen geschenkt haben. Wir freuen uns sehr über die vielen befruchtenden Kooperationen und den kollegialen Austausch. Das verleiht uns den Mut, Mädchenarbeit stetig weiterzuentwickeln und fruchtbare neue Ideen zu verwirklichen.

Im Namen des gesamten TIMA-Teams

Petra Saringen
Geschäftsführerin

Wer wir sind und was wir wollen

Die Tübinger Initiative für Mädchenarbeit wurde 1989 von engagierten Frauen gegründet, die ein gemeinsames Anliegen verband: sich für die Interessen von Mädchen und für deren Schutz einzusetzen, Mädchen in ihrem Selbstwert und ihrem Selbstbestimmungsrecht zu stärken und sexueller Abwertung und Gewalt entgegen zu wirken.

Heute ist TIMA e.V. Trägerin von zwei Fachstellen im Frauenprojektehaus:

- der Fachstelle mädchenstärkende Gewaltprävention
- der Präventions- und Beratungsstelle bei Essstörungen - *Lebenshunger* –

In der Weiterentwicklung der Arbeit haben wir stets die sich wandelnde Lebenssituation von Mädchen im Blick, greifen ihre aktuellen Themen und Fragen auf und setzen sie in pädagogische Konzepte um.

Wir arbeiten eng mit der Fachstelle für Jungen- und Männerarbeit „PfunzKerle e.V.“ zusammen. Dies verstehen wir als zeitgemäße Weiterentwicklung geschlechtersensibler Jugendarbeit.

Unsere Arbeit wendet sich neben den Mädchen selber auch an ihre Bezugspersonen und an die Öffentlichkeit. Die Verantwortung für den Schutz und die Sicherheit von Kindern und Jugendlichen liegt in den Händen Erwachsener. Prävention verstehen wir als eine Erziehungshaltung, die Mädchen und Jungen ernst nimmt, ihre Gefühle, Rechte und Grenzen achtet und ihnen Orientierung bietet.

Fachstelle mädchenstärkende Gewaltprävention

Ziel der Arbeit ist es, Gewalt und sexuellen Übergriffen entgegen zu wirken, Mädchen Möglichkeiten zur Selbstbehauptung aufzuzeigen und ihre Handlungskompetenzen zu erweitern. Wir unterstützen Mädchen bei der Gestaltung von wertschätzenden Beziehungen, sei es in Freundschaften, Liebesbeziehungen oder in Schulklassen.

Eltern und Fachkräfte unterstützen wir durch Beratungsangebote und Fortbildungen dabei, ihrer Verantwortung für den Schutz und die Stärkung ihrer Kinder gerecht zu werden.

Präventions- und Beratungsstelle bei Essstörungen *Lebenshunger*

Zunehmend mehr Jugendliche machen sich Sorgen um ihre Figur und experimentieren mit Diäten. Magersucht, Bulimie und Binge Eating sind Erkrankungen, von denen besonders Mädchen und junge Frauen betroffen sind. Wir leiten Jugendliche zu einem sorgsamem Umgang mit dem Körper an und stärken ihre Ressourcen zur Gesunderhaltung. Durch Projekte in Schulen und ein niederschwelliges Beratungsangebot sorgen wir für frühe professionelle Unterstützung.

Mitarbeiterinnen der TIMA e.V.

Der Vorstand:

Kristina Ehrlinger
Diplom Psychologin



Sybille Hahn
Diplom Pädagogin



Eva-Maria Lohner
Diplom Pädagogin



Das Team:

Petra Sartingen



Diplom - Pädagogin, Gestaltpädagogin u. -beraterin,
Fachberaterin Mobbing – Intervention und Prävention
Geschäftsführung 30%
Gewaltprävention und soziales Lernen 35%
davon 15% über EU-Projekt „Herzklopfen Beziehungen ohne
Gewalt“

Regine Kottmann



Diplom-Sportpädagogin, Systemische Beraterin
Lebenshunger
Prävention und Beratung bei Essstörungen 50 %
Gewaltprävention 10%

Katharina Zeller



Gestalttherapeutin, Sonderpädagogin
Lebenshunger
Prävention und Beratung bei Essstörungen 50 %
Gewaltprävention (Sexualisierte Gewalt) 10%

Honorarmitarbeiterinnen:

Barbara Götz	Selbstverteidigungstrainerin Gewaltprävention Selbstverteidigung für Mädchen und Frauen
Gabi Späth	Selbstverteidigungstrainerin Gewaltprävention Selbstverteidigung für Mädchen und Frauen
Susanne Schirach	Diplomsozialarbeiterin und Sozialwirtin Gewaltprävention und soziales Lernen
Margit Meisel	Bilanzbuchhalterin Buchhaltung
Karin Abele	Julia Kraft Angela Gienger Christina Hofmann

Fachstelle mädchenstärkende Gewaltprävention



In unserer gewaltpräventiven Arbeit verfolgen wir folgende Anliegen:

- Wir stärken Mädchen, indem wir ihre sozialen Kompetenzen und ihr Vertrauen auf , die eigenen Gefühle und Wahrnehmungen fördern
- Wir vermitteln Mädchen Handlungskompetenzen für Situationen, in denen sie für ihren Schutz sorgen oder sich Hilfe holen müssen.
- Wir unterstützen Schulklassen dabei, zu einem guten Miteinander zu kommen und Ausgrenzung und Schikane zu stoppen bzw. frühzeitig zu verhindern.
- Wir informieren Mädchen und Jungen in Schulklassen über verschiedene Aspekte des Themas „Gewalt“ und sensibilisieren sie, damit sie Gleichaltrigen als Freundinnen und Freunde unterstützend zur Seite stehen können und als Betroffene über Hilfsmöglichkeiten Bescheid wissen.
- Wir arbeiten mit an der Verwirklichung des Kinder- und Menschenrechts auf Schutz vor Gewalt.

Prävention

Gewaltprävention und Förderung der Sozialkompetenz

Seit Jahren bieten wir in enger Kooperation mit der Fachstelle für Jungen- und Männerarbeit Pfunzkerle e.V. Projekte für Schulklassen an. Dabei hat sich das Angebotsspektrum erweitert. Mittlerweile haben wir Projektzuschnitte für unterschiedliche Zielgruppen und Themen entwickelt.

Eine grundsätzliche Unterscheidung ist dabei wichtig.

- a) Veranstaltungen im Rahmen des Schulunterrichts
- b) Außerschulische Veranstaltungen, z.T. in Kooperation mit Schulen

a) Projekte im Rahmen des Schulunterrichts sind so konzipiert, dass sie

- innerhalb des normalen zeitlichen Rahmens des Unterrichts stattfinden
- sich an Schulklassen richten, wobei zumindest zeitweise geschlechtergetrennt gearbeitet wird
- die Teilnahme für alle Schüler und Schülerinnen verbindlich ist von einer TIMA- Mitarbeiterin und einem Pfunzkerle- Mitarbeiter angeleitet werden

Projekte im Einzelnen

„Starke Mädchen – Starke Jungen“

Gewaltprävention und Förderung der Sozialkompetenz in der Grundschule

„Starke Mädchen – Starke Jungen“ bietet Mädchen und Jungen die Möglichkeit, positive Erfahrungen im partnerschaftlichen Miteinander in der Schulklasse zu machen. Sie lernen, mit schwierigen Alltagssituationen wie Konflikten und Übergriffen angemessen umzugehen, sich konstruktiv selbst zu behaupten und sich Hilfe zu holen.

Dies erreichen wir durch ein erlebnisorientiertes Vorgehen, durch die Bewältigung gemeinschaftlicher Aufgabenstellungen, durch Übungen, die den Kindern Spaß machen, sie emotional ansprechen und einen Bezug zu ihrem Alltag haben sowie durch sach- und kindgerechte Informationen.

Das Projekt hat primärpräventiven Charakter, d.h. dass es auch für Schulklassen sinnvoll ist, in denen es bisher nicht zu Übergriffen oder massiven Gewaltsituationen gekommen ist.

Das Projekt beinhaltet 4 Unterrichtsvormittage jeweils 4 Stunden und richtet sich an jüngere Mädchen und Jungen von Kl. 3 – 6.

Es wurden 5 Projekte durchgeführt.

Mobbingprävention und Intervention

Dieses Angebot ist eine Weiterentwicklung der primärpräventiven Projekte „Starke Mädchen – Starke Jungen“ und speziell zugeschnitten für Schulklassen, in denen es bereits Schikanen, körperliche oder seelische Verletzungen einzelner Schüler und Schülerinnen oder systematische Ausgrenzungen gibt. Nicht nur für die Betroffenen ist dies sehr belastend. Auch nicht direkt beteiligte Mitschüler/innen leiden darunter: sie müssen befürchten selber zum Opfer zu werden und die Klassenatmosphäre wird von Angst und Ohnmacht geprägt.

Ziel ist es, das Einfühlungsvermögen zu fördern, die „Nichtbeteiligten“ zu ermutigen, Grenzen zu setzen und Partei zu ergreifen. Mit allen Schülern und Schülerinnen und den Lehrkräften werden gemeinsam Regeln des Zusammenlebens etabliert, damit sich alle in der Klasse respektiert fühlen können.

Das Projekt beinhaltet 3 Schulvormittage a 4 Stunden plus 2 weitere kürzere Folgetermine und richtet sich an Schulklassen jeden Alters.

Es wurde 1 Projekt durchgeführt.

„Sprich mit mir“ Peer Unterstützung bei häuslicher Gewalt

Das Projekt informiert Kinder und Jugendliche über das Thema häusliche Gewalt (Beziehungsgewalt auf Eltern- bzw. Erwachsenenenebene) und entsprechende Hilfsangebote. Die Jugendlichen werden als wichtige Unterstützung für betroffene Freunde und Freundinnen angesprochen und für die Auswirkungen häuslicher Gewalt auf Heranwachsende sensibilisiert.

Im Rahmen des Projektes werden die Kinder und Jugendlichen gestärkt, damit sie als potentielle Betroffene von häuslicher Gewalt Hilfe suchen oder als Ansprechpartner Gleichaltrigen weiterhelfen können.

Das Projekt beinhaltet 2 Schulvormittage a 4 Stunden und richtet sich an Mädchen und Jungen in den Klassenstufen 6 – 9.

Es wurden 6 Projekte durchgeführt.

„Herzklopfen – Beziehungen ohne Gewalt“

Gewalt in Teenagerbeziehungen ist im deutschsprachigen Raum ein neues Thema, zu dem es kaum Forschungsergebnisse für Jugendliche gibt. Allenfalls der Aspekt der sexuellen Übergriffe in jugendlichen Beziehungen wird erforscht und thematisiert.

Ziel der Workshops ist es, Jugendlichen Kompetenzen für positive Erfahrungen in gleichberechtigten Liebesbeziehungen zu vermitteln, sie schon frühzeitig auf Warnzeichen von Gewalt in ihren ersten eigenen Liebesbeziehungen aufmerksam zu machen und sie über Hilfsmöglichkeiten zu informieren. Darüber hinaus werden die Fähigkeiten der Jugendlichen zum gewaltfreien Umgang mit Beziehungskonflikten gefördert.

Das Projekt beinhaltet 2 Schulvormittage a 4 Stunden und richtet sich an Jugendliche ab Klassenstufe 8 sowie an Berufsschüler/innen. Dieses Angebot wurde bis März 2011 als neuartiges EU Projekt gefördert.

Es wurden 7 Projekte durchgeführt.

Die Finanzierung der Projekte

Den größten Anteil bildeten im Jahr 2011 die „Herzklopfen“ und die „Sprich mit mir“-Projekte. Der Grund ist vermutlich in dem glücklicherweise erschwinglichen Preis für die Schulen zu sehen: Diese Projekte wurden im Jahr 2011 durch Mittel der ARD-Fernsehlotterie gefördert. An der Restfinanzierung von „Sprich mit mir“ beteiligte sich das Jugendamt Tübingen, so dass die Finanzierung für die Schulen in der Regel kein Problem darstellte.

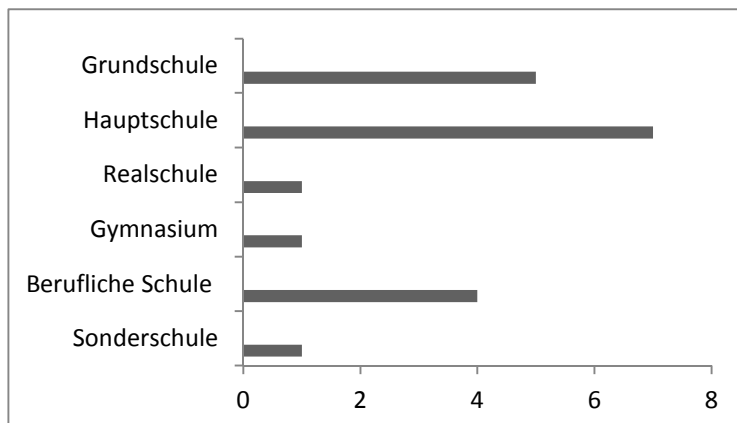
Anders sieht es bei den Projekten „Starke Mädchen- Starke Jungen“ und bei der Mobbing-Intervention aus. Für diese Veranstaltungen verfügen wir nicht über eine Drittmittelfinanzierung. Wir lassen zweckgebundene Spenden und Bußgelder in diese Arbeit einfließen und versuchen so, die Kosten für die Schulen zu verringern, dennoch verbleibt der Löwenanteil der Finanzierung bei der jeweiligen Schule.

Mit der Finanzierung steht und fällt die Inanspruchnahme dieses Angebots, so dass wir einen Teil unserer Arbeitszeit in die Drittmittelbeschaffung investieren müssen. Für das nächste Jahr denken wir über eine Neukonzeption dieser Projekte nach, da sie sich in dieser Form nur noch schwer halten lassen.

Schultypen

Die folgende Grafik macht deutlich, an welchen Schultypen unsere Präventionsveranstaltungen im Bereich der Gewaltprävention stattgefunden haben.

n = 19



b) Außerschulische Angebote z.T. in Kooperation mit Schulen

Außerschulische Angebote können zwar in Kooperation mit Schulen stattfinden (z.B. als AG am Nachmittag), aber sie sind

- nicht Teil des regulären Schulunterrichts
- können auch klassenübergreifend sein
- die Teilnahme der Schüler und Schülerinnen ist freiwillig
- die Gruppen sind i.d.R. geschlechtshomogen und werden entsprechend von einer Trainerin oder einem Trainer angeleitet

Auch bei diesen Angeboten kooperieren wir je nach Auftragssituation mit der Fachstelle Jungen- und Männerarbeit „PfunzKerle“.

Selbstverteidigung und Selbstbehauptung für Mädchen

Im Jahr 2011 fanden 33 Selbstverteidigungs- und Selbstbehauptungskurse für Mädchen statt, 6 davon richteten sich speziell an Mädchen mit Behinderungen. Ziel der Kurse ist es, Mädchen Strategien an die Hand zu geben, wie sie grenzverletzende Situationen erkennen und abwenden können. Außerdem geht es darum, Handlungskompetenzen für Übergriffe im Alltag zu erlangen und sich Hilfe holen zu können.

Ziel der Kurse ist es, die Teilnehmerinnen bei der realistischen Einschätzung und der konstruktiven Bewältigung von Gefahrensituationen z.B. bei sexuellen Übergriffen, zu unterstützen und ihnen Sicherheit zu vermitteln.

Dies geschieht durch die Vermittlung von effektiven und altersgerechten Techniken zur Selbstverteidigung, durch Übungen zu körpersprachlichen Möglichkeiten und verbalen Durchsetzungsstrategien sowie durch Rollenspiele zum Umgang mit diesen schwierigen oder gefährlichen Situationen. In Gesprächen werden die Erfahrungen der Teilnehmerinnen aufgegriffen und diskutiert und gegebenenfalls neue Strategien eingeübt. Der Schwerpunkt liegt auf der Vermittlung personen-, beziehungs- und situationsangemessener Strategien.

Starker Start:

Unterstützung im Übergang in die weiterführende Schule für Klassenstufe 5.

Am Carlo-Schmid-Gymnasium boten wir auch 2011 wieder gemeinsam mit „Pfunzkerle e.V.“ und mit Unterstützung älterer SchülerInnen zu Beginn des Schuljahres die erlebnispädagogische Veranstaltung „Starker Start“ an, bei dem die SchülerInnen sich als Klassengemeinschaft finden und ihre Umgebung erkunden und kennenlernen konnten. 80 Schüler und Schülerinnen nahmen an diesem Projekt teil.

Mädchenspektakel

Das „Mädchenspektakel“, das anlässlich des Internationalen Frauentages am 8. März jährlich in Kooperation mit dem Mädchentreff e.V. und anderen Einrichtungen der Jugendhilfe und Jugendarbeit durchgeführt wird, ist mittlerweile zum festen Bestandteil unseres Jahresprogramms geworden. An diesem Tag steht das gesamte Frauenprojektehaus für Mädchen offen. Es finden Workshops zu unterschiedlichen Themen statt und die Mädchen können aus einer Fülle von interessanten Angeboten wählen. Ca. 150 Mädchen zwischen 8 und 15 Jahren besuchten an diesem Tag das Frauenprojektehaus.

Sonstiges

Weiterhin waren wir mit einem gewaltpräventiven Angebot in einer FSJ- Gruppe (21 TeilnehmerInnen) aktiv.

Insgesamt wurden durch unsere Gewaltpräventionsveranstaltungen **982** Mädchen und Jungen erreicht.

Vorträge, Fortbildungen und Elternabende

Erwachsene zu informieren und zu sensibilisieren ist uns in der Gewaltprävention ein großes Anliegen. Wir sehen einen wichtigen Teil der Verantwortung für den Schutz vor Gewalt in den Händen der erwachsenen Bezugspersonen von Mädchen und Jungen. In der Schulung von Eltern, Fachkräften und anderen erwachsenen Bezugspersonen geht es darum, sie in ihrer Verantwortung für den Schutz ihrer Kinder bzw. der ihnen anvertrauten Mädchen zu stärken, sie über Gewaltdynamiken, Folgen und Möglichkeiten der Prävention zu informieren und sie in schwierigen Situationen so zu unterstützen, dass sie ihrer Verantwortung gerecht werden können.

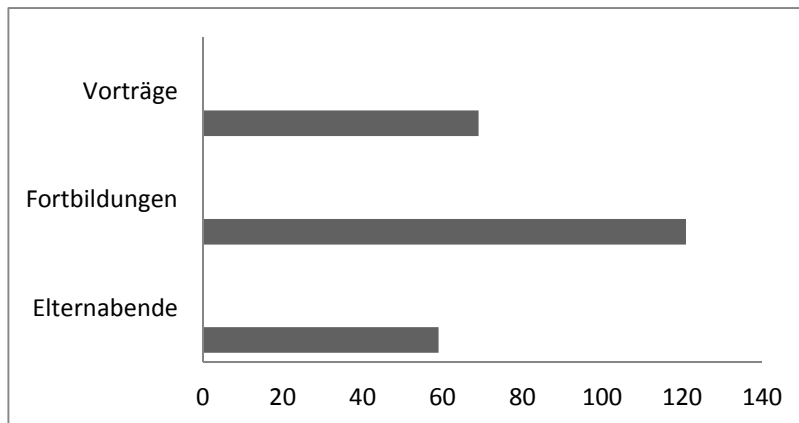
Insgesamt wurden im Jahr 2011 **59 Eltern** erreicht.

4 Elternabende fanden im Rahmen der „Starke Mädchen- Starke Jungen-Projekte“ statt.

2 weitere Veranstaltungen waren öffentliche Vorträge zum Thema „Wie stärken und schützen wir unsere Kinder“.

Weiterhin wurden **121 Fachkräfte** durch Fortbildungsangebote der TIMA e.V. erreicht.

n = 249



Fortbildungen 2011

Unsere Fortbildungen haben ein breites Themenspektrum und können mit uns je nach Bedarf thematisch abgestimmt werden.

- Workshops zu „Herzklopfen - Beziehungen ohne Gewalt“ fanden im Rahmen des Gewaltpräventionstags der Polizei und des Regierungspräsidiums statt und im Rahmen eines Kurses des IB Tübingen für ausländische Fachkräfte aus der Jugendarbeit
- Fortbildungen zur geschlechtersensiblen Gewaltprävention fanden in Kooperation mit der Evangelischen Akademie in Bad Boll als externe Veranstaltung statt und als interne Veranstaltung für die Teams zweiter Kindertageseinrichtungen aus Tübingen.
- Fortbildungsveranstaltungen zu sexueller Gewalt fanden als interne Veranstaltungen in zwei Beratungseinrichtungen in Tübingen statt.
- Zum Thema Prävention häuslicher Gewalt führten wir eine eigene längerfristig angelegte Multiplikatoren/innen-Schulung durch.

Diese Fortbildung war für uns 2011 das besondere „Highlight“. Die Teilnehmenden lernten in 3 Blöcken mit jeweils 2 Fortbildungs-Tagen den Ansatz des Projektes „Sprich mit mir – Peer-Unterstützung bei häuslicher Gewalt“, kennen, konnten die Methoden selber ausprobieren und führten nach einer Hospitation in einem unserer Workshops selber ein Projekt mit Jugendlichen in Ihren Einrichtungen durch. Durch diese positive Erfahrung bestärkt werden wir im Zukunft weitere Fortbildungen nach diesem Zuschnitt anbieten.

Beratung

Der Schwerpunkt unserer Arbeit liegt im Bereich der Prävention. Dennoch werden auch Beratungsanfragen an uns herangetragen.

a) Beratung bei sexualisierter Gewalt

Sexualisierte Gewalt ist eine Gefahr, die in größerem Maße Mädchen und Frauen erleben. Zunehmend wird aber deutlich, dass auch viele Jungen von sexueller Gewalt betroffen sind oder waren und als erwachsene Männer unter den Folgen leiden. In Beratungsgesprächen erhalten Eltern und Fachkräfte Informationen zur Prävention sexualisierter Gewalt. Wir geben Hinweise, wie das Thema altersgerecht angesprochen werden kann und welche Medien, Bilderbücher etc. dabei unterstützend eingesetzt werden können. Eltern, deren Töchter einen sexuellen Übergriff erlebt haben, sowie die betroffenen Mädchen selber, können in einem Kurzzeitsetting in Clearing-Gesprächen mit uns herausarbeiten, welche weiteren Schritte sie gehen wollen. Eltern, die nach einem sexuellen Übergriff im Umgang mit ihrem Kind verunsichert sind, können bei uns Beratung bekommen. Eine langfristige Begleitung und Beratung bei Verdacht auf sexuelle Übergriffe bieten wir nicht an. In diesem Fall verweisen wir auf anderen Einrichtungen in Tübingen (pro familia, Jugendamt).

In Vorträgen und Elternabenden informieren und sensibilisieren wir Eltern und pädagogische Fachkräfte in der Einschätzung und im Umgang mit grenzverletzendem Verhalten. Wir geben Orientierung und Anleitung, wie Eltern ihre Töchter und Söhne im Erziehungsalltag so stärken und unterstützen können, damit sich die Kinder gegen sexuelle Übergriffe zur Wehr setzen oder sich Hilfe bei den Erwachsenen holen können. Die Förderung des Selbstvertrauens und der Selbstsicherheit der Mädchen und Jungen steht dabei im Vordergrund.

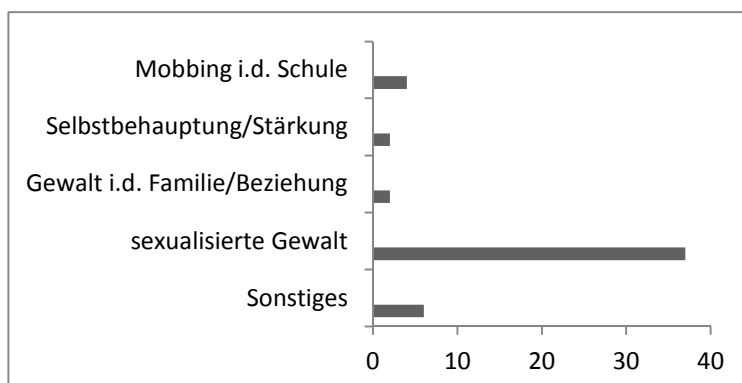
b) Beratung zu Fragen der Gewaltprävention

Die Beratungsanfragen entstehen aus unterschiedlichen Problemlagen: Eltern kommen auf uns zu, wenn ihre Töchter unter einem schlechten Klima in der Klasse oder unter Attacken der MitschülerInnen leiden. Lehrkräfte wenden sich an uns, wenn sie nach Möglichkeiten suchen, mit der Klasse das Thema Mobbing aufzugreifen oder sich Sorgen um ein Mädchen machen, dass unter der Gewalt in der Familie leidet. Mädchen selber suchen Beratung im Umgang mit fortwährenden verbalen Übergriffen oder Erfahrungen von Ausgrenzung.

In der folgenden Abbildung sind die insgesamt 51 Beratungsfälle im Bereich Gewalt und sexualisierte Gewalt nach verschiedenen Beratungsanlässen aufgegliedert.

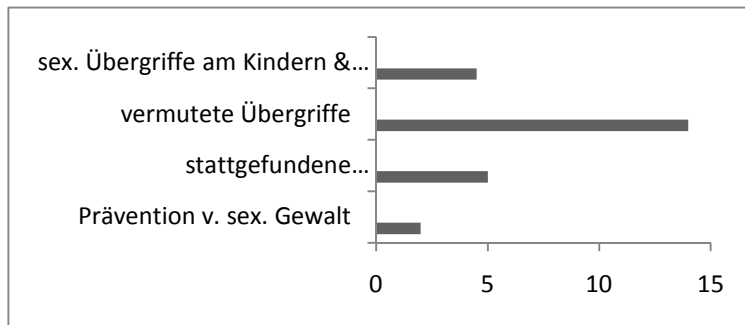
Anlass der Beratung im Bereich Gewaltprävention und sexualisierte Gewalt

n = 51



Fragestellungen der Beratung zu sexualisierter Gewalt

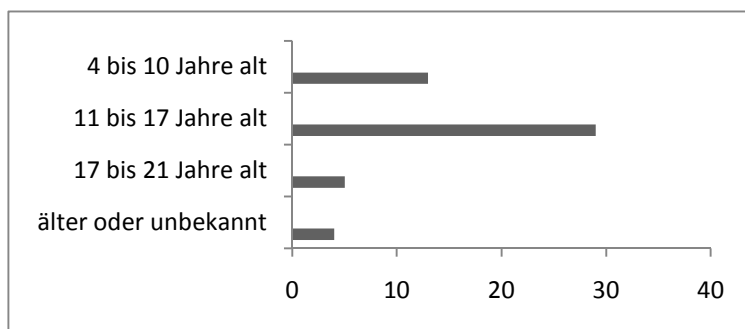
n = 37



Altersstruktur

Unser Beratungsangebot wendet sich an Mädchen jeder Altersstufe sowie deren Bezugs- und Vertrauenspersonen. In der folgenden Abbildung sehen Sie die Altersstruktur der Betroffenen, die im Mittelpunkt der Beratung standen.

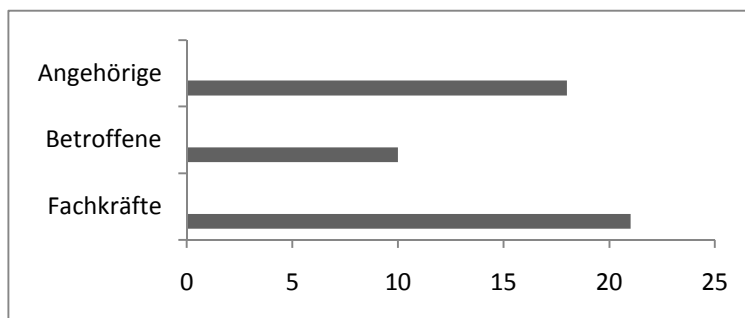
n = 51 Fälle



Ratsuchende: Wer wird beraten?

In den meisten Fällen wenden sich nicht die betroffenen Mädchen direkt an uns, sondern ihre (erwachsenen) Bezugspersonen und in einigen wenigen Fällen Freunde oder Freundinnen von Betroffenen. Da in einem Fall ein Team beraten wurde, ist die Anzahl der Ratsuchenden (49) höher als die Zahl der Fälle. Die folgende Abbildung gibt darüber Auskunft mit wem in der Beratung gearbeitet wird.

n = 49



Präventions- und Beratungsstelle bei Essstörungen - *Lebenshunger*



Lebenshunger bietet ein differenziertes Angebot in der Prävention, Beratung und Nachsorge von Essstörungen bei Mädchen und Jungen.

Betroffene Jugendliche und deren Angehörige sowie pädagogische Fachkräfte aus Stadt und Landkreis Tübingen können sich Hilfe- und Rat suchend an *Lebenshunger* wenden. Das niedrigschwellige und spezialisierte Beratungsangebot erleichtert den betroffenen Jugendlichen, die ihre Erkrankung oftmals lange verleugnen oder verbergen wollen, den Zugang und somit den Erstkontakt im psychosozialen Versorgungsnetz.

Um Essstörungen wirkungsvoll vorbeugen zu können, bedarf es ergänzend zur Beratung effizienter Präventionsmaßnahmen.

Prävention von Essstörungen

“Wer bin ich? Ich bin wer!“ Schulprojekt ab Klassenstufe 7

“Wer bin ich? Ich bin wer!“ stärkt Jugendliche in der kritischen Lebensphase der Pubertät in ihrem Selbstwertgefühl und ermutigt sie zu einem achtsamen Umgang mit dem eigenen Körper. Im Mittelpunkt steht die in der Pubertät wichtige Selbstvergewisserung: Was kann ich? Was macht mich aus? Wie möchte ich sein? Wie soll ich sein?

Beziehungen zu Gleichaltrigen und die Auseinandersetzung mit dem sich verändernden Körper sind in dieser Altersgruppe besonders spannende Themen. Wir initiieren den Austausch über Schönheitsideale, eigene Werte und Normen innerhalb der Klasse: Was gefällt mir? Wie gefalle ich? Weitere Themen sind: Problem- und Stressbewältigung sowie die Auseinandersetzung mit den eigenen Stärken und Gesundheitsressourcen.

Da viele Mädchen mit Diäten experimentieren und auch Jungen sich zunehmend perfektionistische Körperbilder aneignen, beschäftigen wir uns mit Fragen zu gesunder Ernährung und vermitteln Informationen zu Warnzeichen für riskantes Essverhalten. Im Projekt werden Wege aufgezeigt, wie Jugendliche sich gegenseitig unterstützen können, wenn Anzeichen einer Essstörung wahrgenommen werden.

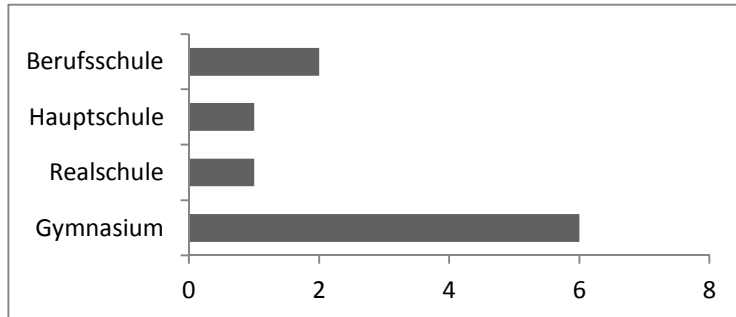
Das Projekt hat einen Umfang von 4 - 12 Unterrichtsstunden. LehrerInnen werden über hilfreiche Verhaltensweisen zur Prävention und Früherkennung von Essstörungen in der projektbegleitenden pädagogischen Fachberatung informiert. Wir führten 2011 im Rahmen der Vor-oder Nachgespräche 19 Fachberatungen durch.

Anzahl der Schülerinnen und Schüler

an 10 Schulen in 19 Klassen haben wir 256 SchülerInnen erreicht.

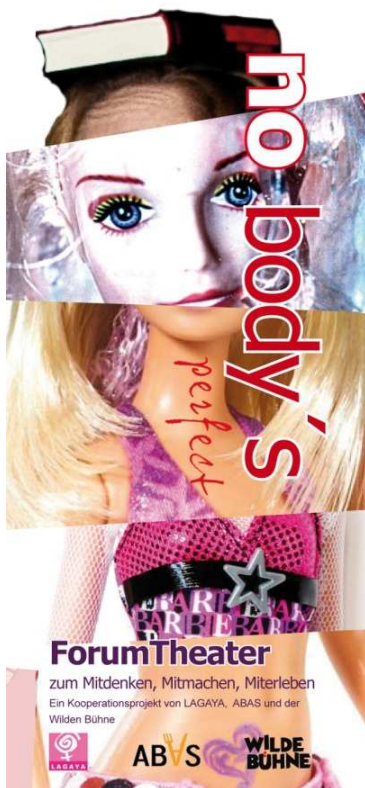
Schultypen

n= 10 Schulen



Theaterstück zur Prävention von Essstörungen

Als besondere Veranstaltung gastierte im Mai 2011 die „Wilde Bühne Stuttgart“ in der Aula Umlandstraße mit *nobody's perfect* einem ForumTheaterstück zum Thema Essstörungen.



Das Stück erzählt folgendes:

Eine Familie kämpft um Anerkennung, Perfektion, Erfolg und ... Kalorien.

Gezeigt wird eine Geschichte von großen Idealen und Hoffnungen und der Schwierigkeit, sich selbst zu finden. Es geht um Fragen wie: Bin ich schön genug, gut genug? Wer bin ich?

Das feine Geflecht von Normen, Familienbeziehungen, Schule und Freundschaft bei der Entstehung von Essstörungen wird greifbar gezeigt.

Beim Forumtheater kann das Publikum durch Mitspielen oder Zuruf der Handlung einen neuen Verlauf geben. Neue Perspektiven und Möglichkeiten werden sichtbar und erlebbar.

Es waren zwei tolle Vorstellungen, mit mutigen SchülerInnen und Eltern, die in der Mitspielrunde neue und freundliche Ideen entwickelten, welche Handlungsalternativen die Familienmitglieder und FreundInnen haben.

Vielen Dank allen die mitgespielt haben.

Insgesamt kamen 60 BesucherInnen zu den Aufführungen.

Elternabende, Fortbildungen und Öffentlichkeitsarbeit

Um Jugendliche, die eine Essstörung entwickeln, früh zu erreichen, ist es wichtig, dass Eltern und LehrerInnen Warnzeichen rechtzeitig wahr- und ernst nehmen.

Wir integrieren begleitend zur Arbeit mit den Jugendlichen auch ihre Bezugspersonen. Ihre Haltung spielt im Spannungsfeld zwischen einem genussvollen und entspannten Umgang mit dem Essen und dem Wunsch nach einem schlanken ("perfekten") Körper eine wichtige Rolle.

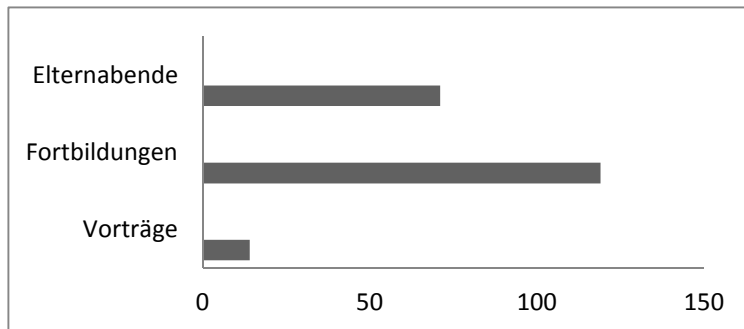
Mit folgenden Elternabenden, Vorträgen und Fortbildungen wenden wir uns an die Erwachsenen:

- "Gesund durch die Pubertät – aber wie?" Gesundheitsförderung und Vorbeugung von Essstörungen
- "Nobody is perfect". Essstörungen bei Jugendlichen vorbeugen, verstehen und überwinden

Anzahl der TeilnehmerInnen

In 2011 haben wir 204 Eltern und pädagogische Fachkräfte erreicht.

n = 204



Beratung bei Essstörungen

Die Beratungsstelle hat als erste niederschwellige Anlaufstelle eine wichtige clearing Funktion im psychosozialen Versorgungsnetz. Eine wesentliche Aufgabe besteht darin, erkrankte Jugendliche zur Krankheitseinsicht zu führen, zu einer Weiterbehandlung in ambulante bzw. stationäre Hilfe zu motivieren und passgenau weiterzuvermitteln.

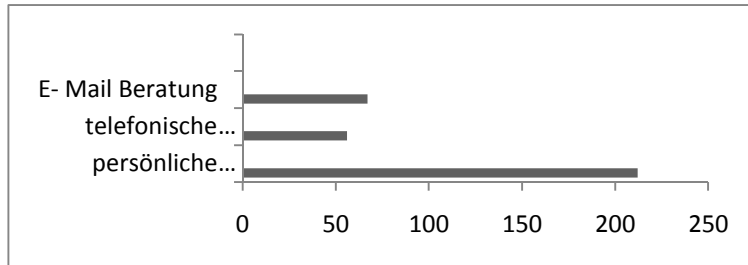
Die Beratungsstelle bietet an:

- Telefonische Beratung und E-mail Beratung
- Einzelberatung für betroffene Jugendliche und ihre Familien
- Beratung für Eltern, Fachberatung für LehrerInnen und PädagogInnen, die Anzeichen von Essstörungen wahrnehmen und geeignete Schritte zur Hilfe einleiten wollen.
- Beratung für Familien bei Übergewicht
- Beratung über ambulante und stationäre Therapiemöglichkeiten
- Vermittlung in Ernährungsberatung

KlientInnenkontakte

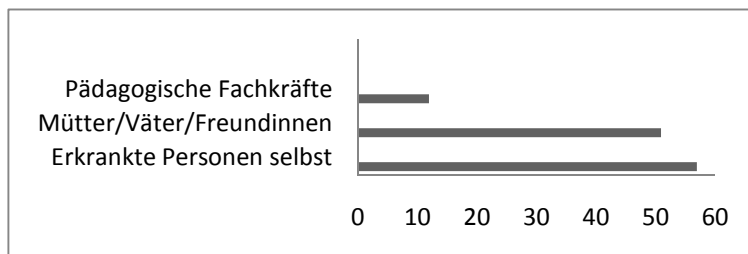
In 2011 wurden 335 Beratungsgespräche mit 120 Personen durchgeführt. Den Beratungen liegen 94 Fälle zugrunde.

Die Beratungskontakte schlüsseln sich auf wie folgt:
n = 335



Beratene Personen

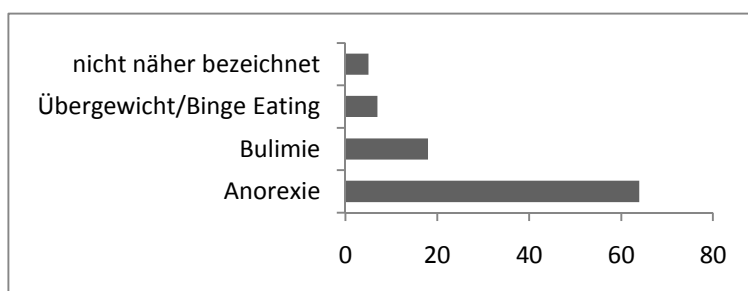
n = 120



Da in mehreren Fällen sowohl die erkrankte Person sowie beide Elternteile, Geschwister, Teams oder Freundinnen beraten wurden, ist die Anzahl der Rat suchenden höher als die Zahl der Fälle.

Anlass der Beratung

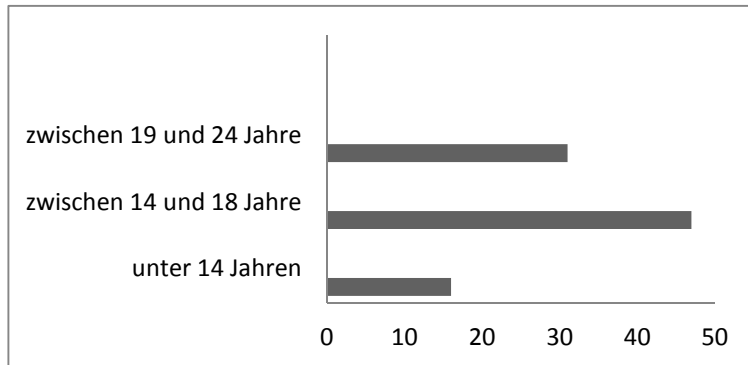
n = 94



In 64 Fällen war das anorektische Essverhalten, in 18 Fällen bulimisches Essverhalten Anlass der Beratung. In 5 Fällen handelte es sich um einen nicht näher bezeichnete Essstörung, in 7 Fällen lag eine Binge-Eating-Störung vor.

Alter der Betroffenen

n = 94 Fälle



In 16 Fällen waren Kinder von einer Essstörung betroffen, das jüngste 8 Jahre alt, in 47 Fällen Jugendliche zwischen 14 und 18 Jahren und in 31 Fällen junge Erwachsene.

Wohnorte der Betroffenen

In 67 Fällen kamen die Ratsuchenden aus Stadt und Landkreis Tübingen. 19 Anfragen erhielten wir aus Reutlingen. Die restlichen Wohnorte sind nicht bekannt, da sie teilweise auf E-mail- Beratungskontakte oder anonyme telefonische Beratungskontakte zurückgehen.

Anmerkung: für Anfragen aus Reutlingen erheben wir ein Beratungshonorar.

Nachsorge und Gruppenangebote

Elterngruppe:

Eltern, deren Kind von einer Essstörung betroffen ist, bekommen ein Gesprächsforum und Austauschmöglichkeiten sowie Unterstützung und Anregungen, wie sie mit der Erkrankung im Alltag und innerhalb der Familie konstruktiv umgehen können. 14 TeilnehmerInnen

Selbsthilfegruppe:

Durch die Selbsthilfegruppe kann eine weitergehende Versorgung nach einem Klinikaufenthalt gewährleistet werden. Das Rückfallrisiko wird durch die stabilisierende Begleitung und Unterstützung in der Gruppe gemindert. 7 Teilnehmerinnen

Kooperationspartner und Netzwerke

Der interdisziplinäre und fachliche Austausch ist ein wesentlicher Schlüssel erfolgreicher Präventions- und Beratungsarbeit. Für die meisten unserer Angebote sind eine gute Vernetzung und verlässliche Kooperationsbeziehungen eine wichtige Voraussetzung. Gerade in der Präventionsarbeit, in der oftmals Kinder oder Jugendliche sich mit ihren Problemen an uns wenden, ist es unerlässlich, das Hilfenetz gut zu kennen und schnell darauf zurückgreifen zu können. Partner in allen geschlechtergemischten Angeboten ist die Fachstelle für Jungen- und Männerarbeit Pfunzkerle e.V., mit der wir seit Jahren eine sehr vertrauensvolle und gute Zusammenarbeit pflegen. Die enge und entlastende Kooperation mit den Frauenvereinen im Frauenprojektehaus, v.a. mit dem Mädchentreff e.V. und Frauen helfen Frauen e.V. sind besonders wichtig.

Unterstützend ist für uns die Zusammenarbeit mit Fr. Dr. Omran, die unsere Anliegen immer wieder im Gemeinderat vertritt und mit der wir in regelmäßigem Austausch stehen. Sehr dankbar sind wir auch für die Unterstützung durch die Sozialdezernentin des Landkreises Tübingen Fr. Dimmler-Trumpp.

Wir kooperieren mit den Stellen, an denen Mädchen und Frauen Hilfe und Beratung bekommen und an die wir bedarfsgerecht weitervermitteln. Dies sind insbesondere die Jugend - und Familienberatungsstelle des Landkreises Tübingen, die Beratungsstelle in der Brückenstraße, Pro familia, der AKL Tübingen, die Abteilung Jugend des Landkreises sowie niedergelassene Therapeutinnen.

Sehr hilfreich ist für uns die Zusammenarbeit mit den SchulsozialarbeiterInnen im Landkreis Tübingen. Sie nehmen oftmals an den Schulprojekten teil, die wir in Ihren Schulen anbieten. Auch die Kooperation mit den Schulen im Oberschulamtsbezirk Tübingen gestaltet sich sehr gut. Viele Schulen kommen immer wieder auf uns zu und haben mittlerweile unsere Arbeit ins Schulcurriculum integriert.

Gerne arbeiten wir auch mit Kindertageseinrichtungen und Einrichtungen der Jugendhilfe in Tübingen zusammen. Zu verschiedenen Einrichtungen der Erwachsenen- und Jugendbildung gibt es Kooperationsbeziehungen, so z.B. mit der Familienbildungsstätte, dem Sprachinstitut Tübingen, dem Internationalen Bund für Sozialarbeit, der Evangelischen Akademie Bad Boll.

In der Präventions- und Beratungsarbeit bei Essstörungen kooperieren wir darüber hinaus mit dem Gesundheitsamt, der kommunalen Suchtbeauftragten des Landratsamtes, dem Regierungspräsidiums, dem AK Essstörungen des Universitätsklinikums Tübingens, niedergelassenen ÄrztInnen und TherapeutInnen.

Die fachliche Begleitung durch den Beirat von Lebenshunger sind für uns eine wertvolle Unterstützung. Ihm gehören an:

die Suchtbeauftragte des Landkreises Tübingen Claudia Rother, Prof. Dr. Barbara Stauber – IFE Universität Tübingen, Dr. G. Barth Kinder- und Jugendpsychiatrie des UKT, A. Krohe - Amann Pfunzkerle e.V., M. Waegele, Suchtbeauftragter des Regierungsbezirkes Tübingen, Dr. U .Jähig Gesundheitsamt Tübingen, Dr. R. Mattes, Psychotherapeutin bei Essstörungen und C. Sevinc, Beraterin für MigrantInnen bei der Caritas.

Sehr unterstützend und entlastend ist für uns die gute Zusammenarbeit mit unserem Dachverband, dem „Paritätischen“ Stuttgart sowie mit dem Paritätischen Jugendwerk Stuttgart.

Vernetzung ist für uns außerdem da wichtig, wo Prävention gesellschaftspolitischen Charakter hat. Deshalb arbeiten wir in verschiedenen Arbeitskreisen und Gremien mit, die sich regional oder landesweit für Prävention oder die Verbesserung der Lebenssituation von Mädchen und jungen Frauen einsetzen.

- LAG Mädchenpolitik
- Facharbeitskreis Mädchenarbeit
- Runder Tisch Gewaltprävention
- Arbeitskreis T.I.P. (Tübinger Interventionsprojekt)
- AK Essstörungen Universitätsklinikum Tübingen
- AG Suchtprävention im Kindes- und Jugendalter des Landkreis Tübingen
- AK Suchtprophylaxe Rottenburg
- AK Beratungsstellen Tübingen
- Suchthilfenetzwerk Tübingen (Gaststatus)
- AK Gewalt gegen Kinder

Wir danken allen KooperationspartnerInnen für die gelungene Zusammenarbeit und das Engagement.

Danke

Für die finanzielle Unterstützung in 2011 bedanken wir uns herzlich bei: allen Vereinsmitgliedern und den unermüdlichen Spenderinnen und Spendern, sowie den RichterInnen und Staatsanwälten, die bei der Vergabe von Bußgeldern an uns denken.

Unsere Arbeit wurde 2011 gefördert von:

- der Stadt Tübingen
- dem Landkreis Tübingen
- der Werner Kossmann Stiftung
- der ARD Fernsehlotterie „Ein Platz an der Sonne“
- den Krankenkassen

