

---

# Tätigkeitsbericht 2020

---



---

## **Anschrift**

Weberstr. 8, 72070 Tübingen  
Tel.: 07071-763006  
E-Mail: [team@tima-ev.de](mailto:team@tima-ev.de)  
[www.tima-ev.de](http://www.tima-ev.de)

## **Bankverbindung**

KSK Tübingen  
IBAN: DE85 6415 0020 0000 8290 30  
BIC: SOLADES1TUB

## **Öffnungszeiten, Sprechzeiten**

*Telefonische Kontaktzeiten:*

Dienstag und Donnerstag 09.30 - 11.30 Uhr  
Mittwoch 15.00 - 16.00 Uhr

# Inhaltsverzeichnis

---

<b>Vorwort: 2020 - ein außergewöhnliches Jahr .....</b>	<b>1</b>
<b>Wer wir sind und was wir wollen .....</b>	<b>2</b>
<b>Mitarbeiterinnen* der TIMA e.V. ....</b>	<b>3</b>
<b>Dankeschön unseren Förderern .....</b>	<b>5</b>
<b>Jahresbericht 2020 Fachstelle mädchen*stärkende Gewaltprävention .....</b>	<b>7</b>
1. <b>AUSSTATTUNG .....</b>	<b>7</b>
2. <b>ZIELSETZUNG UND KONZEPTION .....</b>	<b>7</b>
3. <b>LEISTUNGEN UND ANGEBOTE .....</b>	<b>8</b>
4. <b>AUSBLICK AUF DAS JAHR 2021 .....</b>	<b>21</b>
5. <b>KOOPERATIONSPARTNER*INNEN UND NETZWERKE.....</b>	<b>22</b>
<b>Jahresbericht 2020 <i>Lebenshunger</i> - Präventions- und Beratungsstelle bei Essstörungen.....</b>	<b>24</b>
1. <b>AUSSTATTUNG .....</b>	<b>24</b>
2. <b>ZIELSETZUNG UND KONZEPTION .....</b>	<b>25</b>
3. <b>LEISTUNGEN UND ANGEBOTE .....</b>	<b>25</b>
4. <b>NETZWERKARBEIT UND KOOPERATIONSPARTNER*INNEN.....</b>	<b>30</b>
5. <b>WEITERBILDUNGEN UND QUALIFIZIERUNG FÜR DIE ARBEIT .....</b>	<b>31</b>
6. <b>SUPERVISION.....</b>	<b>31</b>
7. <b>AUSWERTUNG: QUALITATIV UND QUANTITATIV .....</b>	<b>31</b>
<b>Anhang .....</b>	<b>36</b>

## Vorwort: 2020 - ein außergewöhnliches Jahr

---

***Sehr geehrte Leser\*innen,***

2020 war für alle ein außergewöhnliches Jahr. Es verlangte insbesondere Jugendlichen und jungen Erwachsenen viel ab – an Verunsicherung und Selbstorganisation im Homeschooling und Online-Studium. Jugendliche waren sehr auf sich selbst zurückgeworfen, leisteten Verzicht und mussten oftmals lang gehegte Pläne verabschieden und verschmerzen. Der Stresspegel in manchen Familien stieg an und die sonst so hilfreichen Freund\*innen und Peers waren schwerer erreichbar als sonst. Die psychische Belastung, die das mit sich bringen kann, zeigte sich auch in den zahlreichen Beratungsanfragen, die bei *Lebenshunger* eingegangen sind.

Für uns brachte die Pandemie neue große Herausforderungen. Wir mussten unsere Angebote flexibel gestalten, neu ausrichten, und hier und dort leider auch Abstriche machen. In der Prävention gab es finanzielle Einbrüche durch das Wegfallen von Aufträgen. Workshops mit Jugendlichen konnten nicht stattfinden, Fortbildungen mussten digital durchgeführt werden und längerfristige Begleitungsprozesse, z.B. bei der Entwicklung von Schutzkonzepten gegen sexualisierte Gewalt an Schulen, stagnierten. Aus diesem Grund mussten die Mitarbeiterinnen der Fachstelle *mädchen\*stärkende Gewaltprävention* für 6 Monate in Kurzarbeit gehen. Trotzdem hat uns das erste Corona-Jahr auch weitergebracht. Unser digitales Know-How erlebte ein exponentielles Wachstum. Die technische Ausstattung, die Internetpräsenz und die Möglichkeiten zur Erreichbarkeit wurden ausgeweitet und wir haben versucht, mit den sich stets wandelnden Lockdown- und Hygiene-Bedingungen Schritt zu halten. Wir nutzten die Zeit, neue Anträge auf den Weg zu bringen, konzeptionell zu arbeiten und für unsere bestehenden Angebote digitale Zuschnitte zu entwickeln.

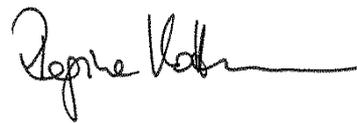
Mit diesem Rückenwind aus 2020 und den positiven Erfahrungen aus der wachsenden Mail- und Telefon-Beratung, werden wir für die Präventions- und Beratungsstelle *Lebenshunger* 2021 – 2023 ein professionelles Online-Portal zur Hilfe bei Essstörungen im Jugendalter konzipieren und aufbauen. Die Stiftung Deutsches Hilfswerk, allen bekannt als ARD-Fernsehloterie, sowie Tübinger Stiftungen unterstützen diesen wichtigen Schritt in der Digitalisierung. In der *Gewaltprävention* werden wir uns, finanziert durch Aktion Mensch, 2021- 2022 einem neuen Thema widmen, bei dem ein hoher Bedarf erkennbar ist: Der Prävention von sexualisierten Übergriffen, die durch digitale Medien angebahnt oder ausgeübt wird. Ein sehr wichtiger Schritt wird ab 2021 der Aufbau der Beratungsstelle für von sexualisierter Gewalt betroffene Mädchen\*, Jungen\* und deren Unterstützer\*innen sein. Hierüber und über viele weitere Themen unserer Arbeit informiert Sie unser Tätigkeitsbericht.

Wir bedanken uns sehr herzlich bei allen, die uns ihr Vertrauen schenkten und unsere Arbeit befruchteten und unterstützen.

**Im Namen des gesamten TIMA-Teams:**



**Petra Saringen**  
Leitung Fachstelle  
*mädchen\*stärkende Gewaltprävention*



**Regine Kottmann**  
Leitung *Lebenshunger* - Präventions- und  
Beratungsstelle bei Essstörungen

## 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.

Unsere Angebote wenden sich nicht nur an die Jugendlichen selbst, sondern ebenso 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.

Prävention verstehen wir als eine Erziehungshaltung, die Mädchen\* und Jungen\* ernst nimmt, ihre Gefühle, Rechte und Grenzen achtet und ihnen Orientierung bietet.

### Heute ist tima e.V. Trägerin von zwei Fachstellen im Frauen\*ProjekteZentrum:

- Fachstelle mädchen\*stärkende Gewaltprävention
- *Lebenshunger* - Präventions- und Beratungsstelle bei Essstörungen

#### **Fachstelle mädchen\*stärkende 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. Wir arbeiten eng mit der Fachstelle für Jungen\*- und Männer\*arbeit „PfunzKerle e.V.“ zusammen.

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

#### **Lebenshunger - Präventions- und Beratungsstelle bei Essstörungen**

Zunehmend mehr Mädchen\* sowie Jungen\* machen sich Sorgen um ihre Figur oder darum, das „Richtige“ zu essen. Sie experimentieren mit Diäten und Fitnessmaßnahmen und entwickeln dadurch nicht selten riskante Formen des Essverhaltens. Magersucht, Bulimie, Binge Eating und Biggerexie können daraus entstehen. In unseren geschlechtersensiblen Präventionsangeboten leiten wir Jugendliche zu einem sorgsamem Umgang mit dem Körper an und stärken ihre Ressourcen zur Gesunderhaltung. Das niederschwellige Beratungsangebot bietet zeitnahe und frühe professionelle Unterstützung für Mädchen\* und Jungen\* sowie deren Eltern und pädagogische Fachkräfte.

Die sich wandelnde Lebenssituation von Mädchen\* und Jungen\* haben wir im Blick, greifen ihre aktuellen Themen und Fragen auf und setzen sie in pädagogische Konzepte um. In der Weiterentwicklung geschlechtersensibler Arbeit unterstützen uns die Kollegen aus der Jungen\*- und Männer\*arbeit. Sie bringen als Honorarkräfte bei *Lebenshunger* ihre Expertise ein.



## Mitarbeiterinnen\* der TIMA e.V.

---

### Das Team

- Petra Saringen** 65% Fachstelle *mädchen\*stärkende Gewaltprävention*:  
Leitung, Workshops mit Jugendlichen, Fortbildung und Vorträge, Schutzkonzepte gegen sexualisierte Gewalt  
*Dipl.-Pädagogin, Gestaltpädagogin und -beraterin, Fachberaterin*
- Lara Gebhardt-Brodbeck** 65% Fachstelle *mädchen\*stärkende Gewaltprävention*:  
Projektverantwortung für „Love Needs Respect“ & Takaa-Niroo, Workshops mit Jugendlichen, Organisation der SV-Kurse  
*B.A. Erziehungswissenschaft – Sozialpädagogik / Soziale Arbeit, systemische Beraterin (i.A.)*
- Regine Kottmann** 60% *Lebenshunger*:  
Leitung, Beratung, Elternarbeit  
Projektleitung „Ein Koffer voller Sehnsucht“,  
5% *Gewaltprävention*: Projekt Herzklopfen  
*Dipl.-Sportpädagogin, Systemische Beraterin, Supervisorin DGSF*
- Sarah Heuberger** 50% *Lebenshunger*: Prävention  
Prävention von Essstörungen, Schulprojekte  
Projektverantwortung: „Boy's Health“  
*M.A. Erziehungswissenschaft*
- Margit Meisel** Bilanzbuchhalterin, Buchhaltung



Petra Saringen, Lara Gebhardt-Brodbeck, Regine Kottmann, Sarah Heuberger, Margit Meisel

## Praktikantin

**Joan Ungeheuer** B.A. Studentin Erziehungswissenschaft

## Honorarmitarbeiter\*innen

**Barbara Götz** ausgebildete Selbstverteidigungstrainerin

**Gabi Späth** ausgebildete Selbstverteidigungstrainerin

**Dirk Jakobi** Dipl. Päd., Jungen\*arbeit LH „Boy's Health“

**Steven Kessler** M.A. Erziehungswissenschaft, Jungen\*arbeit LH „Boy's Health“,

**Anneli Haase** B.A. Studentin Erziehungswissenschaft, Prävention, Mitarbeit „Mädchen - Essstörungen - Internet“, Yoga-Kurse

**Charlotte Jahn** B.A. Erziehungswissenschaft, Präventionsprojekt „Herzklopfen“

**Mona Bierenstiel** M.A. Studentin Sozialwissenschaft, Präventionsprojekt „Herzklopfen“

**Paula Merkel** B.A. Studentin Erziehungswissenschaft, Präventionsprojekt „Herzklopfen“

## Die Vorstandsfrauen

**Kristina Ehrlinger** Dipl.- Psychologin

**Sabine Hübel** Dipl.- Pädagogin

**Dr. Eva-Maria Lohner** Dipl. Päd. und akademische Mitarbeiterin an der Universität Tübingen

## Dankeschön unseren Förderern

---

Für die finanzielle Unterstützung im Jahr 2020 bedanken wir uns herzlich bei allen Vereinsmitgliedern und den unermüdlichen Spender\*innen, sowie den Richter\*innen und Staatsanwälte\*innen, die bei der Vergabe von Bußgeldern an uns denken.

Wir bedanken uns bei den Mitarbeiter\*innen in den öffentlichen Verwaltungen und allen Kommunalpolitiker\*innen, die uns unterstützen und sich für die Förderung unserer Arbeit einsetzen.

### Die kommunalen Förderer



### Die Stiftungen und Sponsoren 2020



### Die Krankenkassen

Danke den Mitarbeiter\*innen der Krankenkassen, die die Arbeit von *Lebenshunger* unterstützen.





Unsere Website erstrahlt - wie die Mädchen\* unserer Hauptseite - seit diesem Jahr in neuer Frische und mit rundem, schwungvollem neuem tima-Logo!

Wir ließen uns von den schwierigen Corona-Bedingungen nicht unterkriegen, sondern nutzten die Zeit für die kreative Neugestaltung unseres Internetauftritts:

Jetzt sind wir

- Besser sichtbar durch gute Platzierung und Vernetzung!
- Ansprechend durch neue und zeitgemäße Fotos und Design!
- Informativ durch aktuelle Links und Infos!
- Auffindbar - bei *Lebenshunger* auch für Jungen\* (mit eigenem Beratungsangebot)!
- Barrierearm – mit einfacher Sprache!
- Per E-Mail noch besser erreichbar - mit 2 Klicks bei der jeweiligen Fachstelle!

**Was sagen Mädchen\* zu unserer neue Website?**

~ „Sehr übersichtlich, ansprechend, benutzerinnenfreundlich“ (18 J.)~

~ „Gut, persönlich und nicht ernst, guter Aufbau, schön ist: keine „Wertung“ (15 J.)~



**Wir danken der AKTION MENSCH, der Kreissparkasse Tübingen und der Bürgerstiftung Tübingen für ihre Unterstützung!**



## 1. AUSSTATTUNG

---

### 1.1 Personal

Die Fachstelle *mädchen\*stärkende Gewaltprävention* ist mit zwei hauptamtlichen Mitarbeiterinnen in Teilzeit besetzt.

Insgesamt verfügte die Fachstelle *mädchen\*stärkende Gewaltprävention* im Jahr 2020 über einen Stellenumfang von 130%, plus Honorarstellen nach Bedarf (siehe vorne). Darin eingeschlossen sind Stellenanteile für die Leitung.

#### 1.1.1 Kurzarbeit 2020

Durch die Pandemie bedingt zeichnete sich Mitte März 2020 ab, dass viele Workshops, Fortbildungen und Kurse abgesagt wurden bzw. von uns abgesagt werden mussten. Aus diesem Grund und weil uns dadurch auch Einnahmen fehlten, waren wir gezwungen, in der *Gewaltprävention* von Mai bis Oktober in Kurzarbeit zu gehen. Jede der beiden Mitarbeiterinnen wurde mit 25% ihres Stellenanteils in die Kurzarbeit geschickt. Die verbleibende Arbeitszeit nutzten wir für konzeptionelles Arbeiten, Anträge, zur Überarbeitung der Homepage sowie dafür, unsere Angebote auf ein digitales Format umzustellen.

### 1.2 Räumlichkeiten

Die Fachstelle verfügt über einen größeren Büroraum, der auch für Besprechungen genutzt werden kann. Bei Bedarf kann der Beratungsraum von *Lebenshunger* mitgenutzt werden. Für größere Veranstaltungen kann der Veranstaltungsraum des Frauen\*ProjekteZentrums angemietet werden.

## 2. ZIELSETZUNG UND KONZEPTION

---

In unserer gewaltpräventiven Arbeit verfolgen wir folgende **Anliegen**:

- Wir stärken Mädchen\* und junge Frauen\*, indem wir ihre sozialen Kompetenzen und ihr Vertrauen in die eigenen Gefühle und Wahrnehmungen fördern.
- Wir unterstützen Mädchen\* und junge Frauen\* bei der Wahrnehmung ihrer Rechte, insbesondere des Rechtes auf sexuelle Selbstbestimmung und des Schutzes vor Gewalt und sexuellen Übergriffen.

- Wir vermitteln Mädchen\* und jungen Frauen\* Handlungskompetenzen für Situationen, in denen sie für ihren Schutz sorgen oder sich Hilfe holen müssen.
- Wir informieren Mädchen\* und Jungen\* in Schulklassen über verschiedene Aspekte des Themas Gewalt und sensibilisieren sie, damit sie Gleichaltrigen als Freund\*innen 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.
- Wir begleiten Institutionen dabei, zu sicheren Orten für Mädchen\* und Jungen\* zu werden.

Diese **Ziele** verwirklichen wir durch:

- a) Geschlechtersensible Projekte, Workshops und andere Veranstaltungen zur Gewaltprävention mit Kindern und Jugendlichen
- b) Präventionsveranstaltungen und Fortbildungen mit Erwachsenen
- c) Informationsangebote für Mädchen\* und deren Unterstützer\*innen, Eltern, Fachkräfte
- d) Entwicklung von Medien und Materialien zur geschlechtersensiblen Gewaltprävention

In der Entwicklung unserer Arbeit orientieren wir uns an der Lebenssituation von Mädchen\*, deren Bedürfnissen und Fragestellungen. Wir greifen ihre aktuellen Themen und Fragen auf und setzen sie in unseren Konzepten um. Wir entwickeln unsere Arbeit ständig fort und schneiden unsere Konzepte auf die jeweilige Zielgruppe zu. Ein besonderes Anliegen ist uns, unsere Angebote und Infomaterialien inklusiv zu gestalten.

### 3. LEISTUNGEN UND ANGEBOTE

---

#### 3.1 Gewaltprävention mit Kindern und Jugendlichen

Seit Jahren bieten wir in enger Kooperation mit der Fachstelle für Jungen- und Männerarbeit PfanzKerle gewaltpräventive Workshops und Präventionsveranstaltungen für Schulklassen und andere Gruppen an. Dabei hat sich das Angebotsspektrum erweitert. Mittlerweile haben wir Projektzuschnitte für unterschiedliche Zielgruppen und Themen entwickelt.

#### Workshops mit jugendlichen Mädchen\* und Jungen\* zur Prävention von Beziehungsgewalt:

##### „Herzklopfen – Beziehungen ohne Gewalt“

Gewalt in Teenagerbeziehungen ist, wie Erfahrungen von Fachkräften und Berichte von betroffenen Jugendlichen zeigen, ein ernstzunehmendes Problem. Im deutschsprachigen Raum gibt es nur wenige Forschungsergebnisse oder Praxisansätze dazu. Mit unseren Workshops für Jugendliche betraten wir deshalb ab 2009 (EU-Projekt) pädagogisches Neuland. Seit Herbst 2015 beteiligen sich die Städte Tübingen und Rottenburg mit einem Zuschuss an der Finanzierung. Der Landkreis Tübingen beteiligt sich mit einem Zuschuss von 150,-€ je Schulklasse, an den Beruflichen Schulen trägt er die Gesamtkosten. Die Schulen selber müssen eine Eigenbeteiligung von 150,-€ je Schulklasse tragen.

Ziel der Workshops ist es, Jugendlichen Kompetenzen für positive Erfahrungen in gleichberechtigten Liebesbeziehungen zu vermitteln, mit ihnen über die Bedeutung von Respekt in engen Beziehungen ins Gespräch zu kommen, 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 zwei Schulvormittage mit je vier Stunden und richtet sich an Jugendliche aller Schularten ab Klassenstufe 8 sowie an Jugendliche, die in Einrichtungen der Jugendhilfe leben.

2020 waren **22 Workshops** geplant. Aufgrund der Corona-Pandemie konnten von diesen 22 geplanten Workshops lediglich **6 Workshops** durchgeführt werden.

Wir nutzten die Corona-bedingte Zwangspause dazu, die „Herzklopfen“-Methoden für ein Corona-konformes Setting, sowie ein rein digitales Format zu adaptieren.

### „Sprich mit mir“ – Peer Unterstützung bei häuslicher Gewalt

Ziel des Projektes ist, Kinder und Jugendliche für das Thema häusliche Gewalt (Beziehungsgewalt auf Eltern- bzw. Erwachsenenenebene) zu sensibilisieren und sie über Hilfsangebote zu informieren. Die Jugendlichen werden als wichtige Unterstützer\*innen betroffener Freund\*innen angesprochen, für die Auswirkungen häuslicher Gewalt auf Heranwachsende sensibilisiert und bekommen Informationen über Hilfsangebote. Im Rahmen des Projektes werden die Kinder und Jugendlichen gestärkt, damit sie als potentielle Betroffene von häuslicher Gewalt Hilfe suchen oder als Ansprechpartner\*innen Gleichaltrige unterstützen können. Das Projekt beinhaltet zwei Schulvormittage à vier Stunden und richtet sich an Mädchen\* und Jungen\* in den Klassenstufen 6 – 9. Es waren im Jahr 2020 **zwei Workshops** in einer Rottenburger Werkrealschule geplant, jedoch konnte aufgrund der Corona-Situation **keiner** durchgeführt werden.

### „LOVE NEEDS RESPECT“

Seit 2016 gibt es erste Erfahrungen aus den „Herzklopfen“-Workshops mit Gruppen und Schulklassen für Jugendliche mit Fluchterfahrung. Hieraus entstand ein Bedarf eines adaptierten Konzeptes für die Zielgruppe junger Menschen mit Fluchterfahrung, da einige Methoden, mit denen wir in den „Herzklopfen“-Workshops arbeiten, nicht zufriedenstellend umgesetzt werden konnten. Daraus entstand gemeinsam mit den Kollegen der Fachstelle Jungen- und Männerarbeit PfunzKerle die Projektidee für „Love Needs Respect“ (unten: LNR).

Das Projekt „Love Needs Respect“ wird von der Aktion Mensch gefördert und ist auf drei Jahre angelegt (2018-2020). Projektträger ist PfunzKerle e.V., wir sind die Kooperationspartnerinnen. Im Rahmen dieses Projektes wurde für jede der Fachstellen eine 30% Stellenaufstockung für eine\*n pädagogische\*n Mitarbeiter\*in und je 10% Aufstockung für die Leitung geschaffen.



Das Besondere an „Love Needs Respect“ ist die Zusammenarbeit mit „Peer-Mentor\*innen“, jungen Menschen aus den Herkunftsländern der Jugendlichen mit Fluchterfahrung, die uns bei der Konzeptentwicklung und Durchführung der Workshops beratend und unterstützend zur Seite stehen und für die Jugendlichen Modellfunktion haben.

Mittlerweile hat sich ein kleiner fester Stamm von jungen Frauen\* und Männern\* herausgebildet, die mit viel Spaß und Engagement unser Vorhaben unterstützen.

Im Jahr 2020 waren **vier LNR-Workshops** geplant. Es konnten aufgrund der Corona-Pandemie jedoch nur **zwei Workshops** stattfinden.

Die Peer-Mentor\*innen-Treffen konnten teilweise online stattfinden.

Im Bereich Öffentlichkeitsarbeit haben wir einen Artikel in der Fachzeitschrift der Aktion Jugendschutz Baden-Württemberg „ajs Informationen“ zur Reflexion unserer Erfahrungen aus „Love Needs Respect“ veröffentlicht (s. Anhang 2).

2020 ist eigentlich das Jahr, in dem die antragsbedingte Förderung des Projekts „Love Needs Respect“ durch die Aktion Mensch nach drei Jahren enden sollte. Ein Verlängerungsantrag durch PfunzKerle als Projektträger wurde gestellt und mittlerweile haben wir die Bestätigung, dass LNR weitere zwei Jahre fortbestehen kann.

Darüber freuen wir uns sehr!

### „Love Needs Respect“ Fachtag am 5. November 2020

## Online-Fachtagung Love Needs Respect

Ein besonderes Highlight war der Fachtag zum Projekt „Love Needs Respect“ unter dem Titel „Love Needs Respect – Welche Haltungen helfen uns in der Beziehungsgestaltung mit jungen Menschen mit Fluchterfahrung?“.

Für den Fachtag konnten hochkarätige Referent\*innen gewonnen werden. Eingeleitet durch Grußworte von Luzia Köberlein (Stabstelle für Integration und Gleichstellung der Stadt Tübingen), sowie Prof. Dr. Karin Amos (Institut für Erziehungswissenschaft, Universität Tübingen) wurden zunächst die Erfahrungen aus drei Jahren Projektlaufzeit von „Love Needs Respect“ durch Lara Gebhardt-Brodbeck (tima) und Timo Gögel (PfunzKerle) zusammen mit den beiden Peer-Mentor\*innen Nadin Almesri und Moaz Bunduk vorgestellt.

Danach folgte ein Vortrag von Olaf Jantz von Trans It e.V. (Institut für intersektionelle Praxisforschung und Bildung, Hannover) zu dem Thema Geschlechterbezogene Thematisierung von Diskriminierung - Intersektionelle Perspektiven mit männlichen Geflüchteten.

Der letzte Vortrag wurde von der Autorin und Journalistin Kübra Gümüşay gehalten zum Umgang mit (Alltags-)Rassismus, Sprache als Schlüssel, aber gleichzeitig auch als Kennzeichen für Rassismus, Ausgrenzung und Hass.

Als Übergang in die Workshop-Phase am Nachmittag diente ein Brief des Peer-Mentors Hakan „An die jungen Seelen“.

In den Workshops unter der Leitung von Kolleg\*innen des Mädchen\*treffs Tübingen, Antihelden\* Stuttgart und adis e.V. Tübingen wurden die Inhalte des Vormittags vertieft, ein Bezug zur pädagogischen Praxis hergestellt, sowie einzelne Aspekte näher vertieft.

Aufgrund der fortschreitenden Corona-Pandemie musste der Fachtag von einer Präsenzform auf ein digitales Format umgeplant und –organisiert werden. Dennoch war es ein gelungener Tag mit ca. 60 Teilnehmer\*innen.

Dazu die Rückmeldung einer Teilnehmerin\*: *„Ich nehme einen Koffer an Inspirationen und Reflexionsanstößen mit, die ich mir in meiner alltäglichen Arbeit mit Menschen und auch im Zusammenleben generell immer wieder vor Augen führen möchte. Vielen Dank dafür!“*

Wir möchten uns hiermit bei allen Mitwirkenden herzlich bedanken – ohne euch wäre der Tag so gelungen nicht möglich gewesen!

### Online-Anmeldung

Bitte bis Sonntag, 1. November 2020  
→ [pfunzkerle.org/love-needs-respect](https://pfunzkerle.org/love-needs-respect)  
Bitte geben Sie Ihre Workshopwahl an.

### Online-Fachtagung

Aufgrund der aktuellen Infektionslage haben wir uns entschieden, eine reine Online-Veranstaltung anzubieten. Alle dafür notwendigen Informationen werden in der Woche vor dem Fachtag per E-Mail versendet.

Aktuelle Änderungen sind einzusehen unter: [pfunzkerle.org/love-needs-respect](https://pfunzkerle.org/love-needs-respect)

### Teilnahmebeitrag

15,- € für Studierende  
50,- € für externe Fachkräfte  
Vorabüberweisung auf das Konto von Pfunzkerle e.V.  
IBAN: DE53 6415 0020 0004 6237 75  
Die Teilnahme gilt verbindlich nach Geldeingang.  
Sie erhalten Quittung und Teilnahmebescheinigung nach dem Fachtag.

### Hinweis Datenschutz

Die für die Organisation der Veranstaltung notwendigen personalbezogenen Daten werden maschinell verarbeitet, gespeichert und nur an für die Durchführung des Fachtags relevanten Personen innerhalb unserer Einrichtungen und beim Verwendungsnachweis an Zuschussgeber weitergegeben.

### Mit freundlicher Unterstützung



### Zielgruppe

Fachkräfte aus der pädagogischen und sozialen Arbeit, sowie am Thema Interessierte.

### Veranstalter\*innen



Tübinger Initiative für Mädchenarbeit e.V.

**TIMA e.V.**  
Tübinger Initiative Mädchen\*arbeit  
Weberstraße 8; 72070 Tübingen  
(im Frauen\*ProjekteZentrum)  
Telefon: 07071 / 763006  
Mail: [gewaltpraevention@tima-ev.de](mailto:gewaltpraevention@tima-ev.de)  
[www.tima-ev.de](http://www.tima-ev.de)



**Pfunzkerle e.V.**

Fachstelle Jungen- und Männerarbeit  
Tübingen  
Unter dem Holz 3; 72072 Tübingen  
Telefon: 07071 / 360989  
Mail: [jungen@pfunzkerle.org](mailto:jungen@pfunzkerle.org)  
[www.pfunzkerle.org](http://www.pfunzkerle.org)

Veranstaltungsort  
Online-Veranstaltung

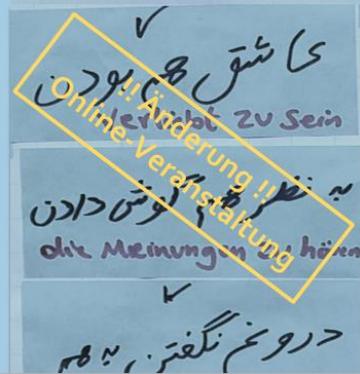


## Online-Fachtagung Love Needs Respect

Welche Haltungen helfen uns  
in der Beziehungsgestaltung  
mit jungen Menschen mit  
Fluchterfahrung?

Donnerstag

5. November 2020



### Love Needs Respect

TIMA e.V. und Pfunzkerle e.V. bieten seit über 10 Jahren Workshops für Jugendliche an, die gegenseitigen Respekt und Gleichberechtigung in Liebesbeziehungen fördern und körperlicher, sexualisierter und psychischer Gewalt vorbeugen.

Gemeinsam mit jungen Menschen arbeiten wir zu Themen rund um die Fragen:

- Was wünsche ich mir in einer Liebesbeziehung? Was sind meine Bedürfnisse?
- Woran erkenne ich Respekt in der Liebe? Woran Gewalt?
- Wo ist für mich die Grenze zwischen Interesse und Kontrolle?
- Wie gehe ich mit Konflikten und meinen Gefühlen um?
- Wie kann ich als bester Freund oder beste Freundin helfen?
- Wo finde ich selbst Hilfe?

Seit 2018 arbeiten wir gemeinsam mit Peer-Mentor\*innen im Projekt „Love Needs Respect“.

Mit ihnen erarbeiten wir ein Konzept, mit dem wir Jugendliche mit Fluchterfahrung in ihrer Lebenswelt erreichen können. Die Reflexion unserer professionellen Haltung begleitet uns und fordert uns heraus. Der Fachtag beleuchtet dieses Thema und gibt Denkanregungen für die Praxis.

### Das Programm

08:30 Ankommen und Anmeldung  
09:00 Begrüßung und Einführung  
Prof. Dr. Karin Amos  
Institut für Erziehungswissenschaft  
Universität Tübingen  
Luzia Köberlein  
Stabsstelle Integration und Gleichstellung  
Universitätsstadt Tübingen  
09:15 **Love Needs Respect**  
*Erfahrungen aus der Praxis*  
Lara Gebhardt-Brodbeck (TIMA e.V.),  
Timo Gögel (Pfunzkerle e.V.),  
Nadin Almesri und Moaaz Bunduk  
(LNR-Peer-Mentor\*innen)  
Vortrag und Diskussion  
10:15 Pause  
10:30 **Geschlechterbezogene**  
*Thematisierung von Diskriminierung*  
*Intersektionelle Perspektiven mit*  
*männlichen Geflüchteten*  
Olaf Jantz  
(Trans It e.V., Institut für intersektionelle  
Praxisforschung und Bildung, Hannover)  
Vortrag und Diskussion  
11:30 **Vortrag von**  
Kübra Gümüşay  
(Autorin und Journalistin)  
Vortrag und Diskussion  
12:30 Mittagspause (Selbstverpflegung)  
14:00 Beginn Workshop-Phase  
16:00 Ende der Veranstaltung  
mit kulturellem Abschluss  
**Moderation:**  
Andreas Foitzik (adis e.V.)

### Die Workshops

- Love Needs Respect I**  
*Einblick in die Praxis*  
Referent\*innen:  
Lara Gebhardt-Brodbeck (TIMA e.V.) &  
Moaaz Bunduk (LNR-Peer-Mentor)
- Love Needs Respect II**  
*Einblick in die Praxis*  
Referent\*innen:  
Timo Gögel (Pfunzkerle e.V.) &  
Nadin Almesri (LNR-Peer-Mentorin)
- Zwischen Selbstreflexion und Powersharing**  
*Ansatzpunkte aus der Praxis der offenen*  
*Mädchen\*arbeit mit geflüchteten*  
*Mädchen\**  
Referent\*innen:  
Lena Hezel & Luzie Kollinger,  
(Mädchen\*Informations- und  
Beratungszentrum / Mädchen\*treff e.V.)
- Sexuelle Bildung mit Menschen mit Fluchthintergrund**  
*Kommunikation und Intersektionalität*  
Referent\*innen:  
Lukas Steiner & Patrick Herzog  
(Verein zur Förderung von Jugendlichen;  
Arbeitsbereich Antihelden\*, Stuttgart)
- Empowerment und Powersharing als Haltung in der Jugendsozialarbeit**  
Referent\*innen:  
Maria Kechaja & Marjam Kashefipour  
(adis e.V. – Antidiskriminierung ·  
Empowerment · Praxisentwicklung)

<b>Präventionsworkshops nach Schul- bzw. Gruppenart</b>	<b>8</b>
Gymnasialklassen	-
Realschulklassen	1
Gemeinschaftsschulklassen	5, davon 1 LNR
Werkrealschulklassen	-
Berufsschulklassen	1 LNR
Förderschulklassen	0
FSJ-Gruppe	1

Hier eine **Aufschlüsselung** der insgesamt acht Workshops zur Prävention von Beziehungsgewalt (Herzklopfen, Sprich mit mir, Love Needs Respect) für Jugendliche **nach Schul- bzw. Gruppenart**:

### Prävention sexualisierter Gewalt mit Kindern

#### Workshops zur Prävention sexualisierter Gewalt für Grundschulkindern als Unterrichtsangebot

An einer Grundschule war, in Ergänzung zur Fortbildung für die Lehrkräfte, ein dreitägiger Workshop mit je 4 Unterrichtsstunden in einer 4. Klasse geplant. Ziel war es, mit den Grundschulkindern Strategien zur Selbstbehauptung in Alltagssituationen einzuüben und ihre Handlungskompetenzen für schwierige Situationen, auch für Grenzüberschreitungen, zu stärken. Dabei wollten wir in Kooperation mit den Kollegen der Fachstelle für Jungen- und Männerarbeit (PfunzKerle e.V.) zusammenarbeiten, überwiegend in geschlechtsgetrennten Settings. Aufgrund der Corona-Situation musste der Workshop leider abgesagt werden.

#### Projekt „Trau dich!“

Am Umland-Gymnasium begann trotz Pandemie eine schöne Kooperation, über die wir uns sehr freuen. In allen sechsten Klassen wurde kurz vor den Sommerferien das Projekt „Trau dich!“ durchgeführt. Die Mädchen\* und Jungen\* erhielten Informationen über sexualisierte Gewalt und Hilfsmöglichkeiten und setzten sich in Workshops mit schlechten und guten Geheimnissen, Gefühlen und Selbstbehauptungsmöglichkeiten auseinander.

#### Selbstverteidigungs- und Selbstbehauptungskurse für Mädchen\*

Im Jahr 2020 fanden drei Selbstverteidigungs- und Selbstbehauptungskurse für Mädchen\* statt, einer davon richtete sich an Mädchen\* mit Behinderungen. Weitere geplante Kurse mussten aufgrund der Corona-Pandemie abgesagt werden.

Ziel der Kurse ist es, Mädchen\* Strategien an die Hand zu geben, wie sie grenzverletzende Situationen erkennen und abwenden können. Außerdem sollen die Teilnehmer\*innen Handlungskompetenzen für Übergriffe im Alltag erlangen und sich Hilfe holen können.

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 Teilnehmer\*innen aufgegriffen und diskutiert und gegebenenfalls neue Strategien eingeübt. Der Schwerpunkt liegt auf der Vermittlung personen-, beziehungs- und situationsangemessener Strategien.

## Weitere Empowerment-Angebote für Mädchen\* und junge Frauen\*



### Takaa-Niroo:

„Takaa“ und „Niroo“ sind arabische und persische Bezeichnungen für „Kraft/Stärke“ im positiven Sinn. Das Projekt der Werkstatt Parität in Kooperation mit dem Paritätischen Baden-Württemberg hat zum Ziel, Frauen\* und Mädchen\* zu stärken und sie zu ermutigen, ihre Rechte wahrzunehmen.

Wir sind als Expertinnen für die Arbeit mit Mädchen\* eingebunden und führen in Kooperation mit dem Mädchen\*treff Tübingen im Rahmen dieses Programms Mädchen\*-Gruppenstunden durch. Die Fachstelle PfunzKerle bietet parallel dazu Jungen\*angebote an.

2020 fand ein Durchlauf statt, ein Weiterer wurde begonnen, musste aber aufgrund von Corona unterbrochen werden und wird 2021 fortgeführt. Mit jeder Mädchen\*gruppe wurde insgesamt 16 Stunden gearbeitet.

Insgesamt konnten wir **14 Mädchen\*/ junge Frauen\*** erreichen. Die Gruppen wurden aufgrund der Pandemie klein gehalten, um in Abstand gut arbeiten zu können.

Inhaltlich wurde zu den Themen Mädchen\*rechte, eigene Ressourcen & Stärken, sowie Sensibilisierung für Formen (sexualisierter) Gewalt gearbeitet.

Den Zugang zu den Mädchen\* und Jungen\* konnten wir in Kooperation mit Schulen herstellen. Eine wichtige Erfahrung aus diesen Durchläufen mit den Mädchen\*/ jungen Frauen\* ist die Relevanz offener und geschützter Gesprächsräume, besonders in den Zeiten, in denen es nahezu keine Begegnungsräume gab und die Teilnehmerinnen\* fast nur zuhause waren. Besonders relevant ist für sie die Bewältigung von Herausforderungen im Zuge von Corona, den Fokus auf ihre Stärken zu richten, sowie ihre Handlungsmöglichkeiten zu erweitern und Unterstützung zu erfahren. Dabei ergibt sich auch der Raum über eigene, zum Teil traumatische, (Flucht-, Rassismus-, etc.) Erfahrungen sprechen zu können.

### Yoga für Mädchen\* & junge Frauen



Seit 2020 hat sich das Angebot der Fachstelle *mädchen\*stärkende Gewaltprävention* um Yogakurse für Mädchen\* und junge Frauen\* zwischen 16 und 27 Jahren erweitert. Die Kurse werden von unserer Honorarkraft und ehemaligen Praktikantin Anneli Haase (s. Foto) angeleitet. Sie ist ausgebildete Yoga-Lehrerin und kombiniert Elemente des Hatha mit Elementen des Vinyasa Yoga.

Ziele der Kurse sind die teilnehmenden Frauen\* zu empowern, im Alltag zu stärken, einen sicheren Ruheraum zu bieten und ein Gegengewicht zu den Herausforderungen, die das Homeoffice und das veränderte Sozialleben mit sich bringt, zu schaffen. Es werden Übungen angeleitet, mit denen Kraft im Inneren, wie im Äußeren aktiviert und aufgebaut wird. Die Teilnehmerinnen\* lernen Yoga als stärkendes Element kennen, das beim Umgang mit Gefühlen,

Körperbewusstsein und Prävention/Linderung von Schmerzen helfen kann. Es wird eine Balance zwischen Anstrengung und Entspannung gefunden. In jeder Stunde wird sich einem anderen Thema bzw. Körperregion gewidmet - von Herzöffnungen über Rückenentspannungen zu kraftvollen und auch sanften Flows, nach denen die Teilnehmerinnen\* gestärkter und entspannter ihren Alltag bewältigen können.

Jeder Kurs umfasst 10 Yogastunden à 60 Minuten. Unter den Titeln „Yogapower 4 you“ und „strong and powerful“ fanden zwei Kurse statt, an denen insgesamt **30 junge Frauen\*** teilnahmen.

Die Kurse waren ursprünglich in Präsenzform geplant, wurden aber aufgrund der Corona-Situation online durchgeführt.

	Anzahl Angebote	Teilnehmer*innen
<b>Workshops und Kurse mit Kindern und Jugendlichen</b>	<b>19</b>	<b>344</b>
<i>Herzklopfen – Beziehungen ohne Gewalt</i>	6	156
<i>Love Needs Respect</i>	2	45
<i>Sprich mit mir– Kinder und Jugendliche gegen häusliche Gewalt</i>	-	-
Selbstverteidigung und Selbstbehauptung	3	19
<i>Takaa-Niroo</i>	2	14
<i>Trau dich!</i>	3	72
Einzelveranstaltung zu Mobbing (mit Mädchen*treff)	1	8
<i>Yoga-Kurse mit jungen Frauen* digital</i>	2	30

---

Mit unseren gewaltpräventiven/stärkenden  
Veranstaltungen  
erreichten wir insgesamt **344 Mädchen\* und Jungen\***.

---

### 3.2 Präventionsarbeit mit Erwachsenen

Erwachsene 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\* und Jungen\* 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. Pädagogische Einrichtungen und Vereine begleiten wir auf dem Weg zu einem Schutzkonzept gegen sexualisierte Gewalt.

#### 2020 führten wir folgende präventive Veranstaltungen mit Erwachsenen durch:

##### Präventionsveranstaltungen zum Thema sexualisierte Gewalt

- 1) Trotz erschwerter Bedingungen ging 2020 die Arbeit an einem Schutzkonzept gegen sexualisierte Gewalt an **sechs Grundschulen** weiter und wurde, soweit möglich, in den digitalen Raum verlegt. Diese sind: Grundschule auf der Wanne, Grundschule am Hechinger Eck, Hügelschule, Grundschulen WHO/Winkelwiese, Silcherschule, Grundschule Bühl. Mit einer der Schulen, der Grundschule am Hechinger Eck, wurde der Begleitungsprozess beendet. Mit den fünf weiteren Grundschulen arbeiten wir 2021 weiter und hoffen, auch diese Begleitungsprozesse zu einem guten Ende zu bringen. Mit diesem Angebot erreichten wir insgesamt ca. 150 Lehrpersonen.
- 2) Im Rahmen der Schutzkonzeptbegleitung führten wir auch **einen thematischen Elternabend** - „Wie schützen wir unsere Kinder vor sexualisierter Gewalt? Wie stärken wir sie?“ - durch. Diese Veranstaltung wurde von insgesamt 12 Eltern besucht. Weitere Elternabende waren geplant, mussten jedoch aufgrund der Kontaktbeschränkungen ausfallen bzw. wurden verschoben.
- 3) Mit dem **Team einer Schulkindbetreuung** führten wir eine 3-teilige Fortbildung/ Praxisbegleitung zum Thema sexualisierte Gewalt durch, die das Ziel hatte, die Mitarbeitenden für Grenzverletzungen zu sensibilisieren und die Arbeit zu professionalisieren. Damit wurden 16 Mitarbeiter\*innen der Schulkindbetreuung erreicht.
- 4) Im Rahmen des Projekts **Trau dich! am Uhland-Gymnasium** (s.o.) fanden zusätzlich zur präventiven Arbeit mit den Kindern zwei digitale Fortbildungen für Lehrkräfte statt. Sie lernten Ansatzpunkte für die Prävention kennen und übten in Rollenspielen, wie sie mit betroffenen Kindern, die sich ihnen anvertrauen, über das Thema reden können und wie weitere Interventionsschritte aussehen. Damit erreichten wir ca. 25 Lehrpersonen.
- 5) Auch die Mitarbeiter\*innen der **Fachabteilung offene Jugendarbeit** der Universitätsstadt Tübingen machten sich auf den Weg, ein Schutzkonzept gegen sexualisierte Gewalt zu implementieren. Dazu wurde 2020 ein pädagogischer Tag mit ca. 35 Mitarbeiter\*innen durchgeführt. Die Arbeit musste aufgrund der Corona-Pandemie pausieren und wird 2021 fortgeführt.
- 6) Mit dem „**Lesehaus**“ **Tübingen** (Trägerin Stadtbücherei), das schon im letzten Jahr mit uns eine Selbstverpflichtungserklärung erarbeitet hatte und seine Lesementor\*innen und Lesepat\*innen geschult hatte, kooperierten wir auch 2020 wieder. Ca. 50 Lesepat\*innen und Lesementor\*innen erhielten in vier digitalen Schulungen Informationen zum Thema

sexualisierte Gewalt und setzten sich damit auseinander, wie sie in ihrer Rolle Kinder stärken und schützen können.

- 7) Die Kooperation mit **youth-life-line** wurde 2020 ausgebaut. 12 junge ehrenamtliche Mitarbeiter\*innen der Tübinger Onlineberatungsstelle erhielten von uns eine Schulung zum Thema „sexualisierte Gewalt“ und dem Umgang mit betroffenen jungen Ratsuchenden.
- 8) Mit dem SBBZ Weggentalschule Rottenburg führten wir 2020 einen pädagogischen Nachmittag zum Thema „**Stärke statt Macht – Neue Autorität in der Schule**“ durch. Das Kollegium setzt sich mit dem Ansatz der Neuen Autorität auseinander und begann mit einer Reflektion der eigenen pädagogischen Haltung und des Handelns. 2021 wird der zweite Teil dieser Fortbildung stattfinden. Daran nahmen 16 Lehrer\*innen sowie der Schulleiter teil.
- 9) Immer wieder bieten wir **eigene Fortbildungen** in unseren Räumen an, zu denen sich Fachkräfte anmelden. So begann 2019 eine Fortbildung für weibliche\* pädagogische Fachkräfte aus der Mädchen\*arbeit zum Thema „**Selbstverteidigung und Selbstbehauptung für Mädchen**“. Die Fortbildung vermittelt Fachwissen und Fachkompetenz, so dass die Teilnehmerinnen\* am Ende der Fortbildung selbst Selbstverteidigungs- und Selbstbehauptungselemente in ihre pädagogische Arbeit integrieren können. An der Fortbildung nehmen 10 Frauen\* teil. Ein Fortbildungsbaustein der insgesamt vier Bausteine konnte 2020 noch durchgeführt werden, seitdem pausiert diese Fortbildung. 2021 hoffen wir, weitermachen zu können.
- 10) Eine **Fortbildung zum Thema „Herzklopfen – Prävention von Gewalt in jugendlichen Liebesbeziehungen“** konnte gemeinsam mit den Kollegen von PfunzKerle e.V. 2020 begonnen werden. Zwei der geplanten drei Blöcke fanden statt. Die Teilnehmenden setzten sich mit den Methoden der „Herzklopfen“-Workshops auseinander und konnten bei einem Workshop in einer Realschule hospitieren und diese Erfahrungen reflektieren. Der dritte und letzte Block der Fortbildung wurde auf 2021 verschoben. 13 Fachkräfte aus Baden-Württemberg nehmen an der Fortbildung teil.
- 11) Im Rahmen der zwei **Informationsveranstaltungen** im Projekt **Takaa-Niroo** wurden 10 Fachkräfte erreicht und über das Projekt informiert.
- 12) Am „**Love Needs Respect**“-**Fachtag** (s. Kasten oben) konnten ca. 60 Teilnehmer\*innen, darunter v.a. Fachkräfte und Interessierte, erreicht werden.

---

Insgesamt erreichten wir mit unseren Fortbildungen,  
Vorträgen und Informationsveranstaltungen  
**ca. 410 erwachsene Fachkräfte, Eltern, Ehrenamtliche  
und Multiplikator\*innen.**

---

### 3.3 Beratung

Der Schwerpunkt unserer Arbeit liegt im Bereich der Prävention. Dadurch werden auch Beratungsanfragen an uns herangetragen. In diesen Fällen versuchen wir im Rahmen unserer sehr begrenzten Möglichkeiten, den Ratsuchenden eine erste Unterstützung zu geben. Dies ist jedoch meist nur im Rahmen eines einmaligen Gespräches möglich.

Dies bedauern wir sehr, denn gerade bei sexualisierten Übergriffen ist der Bedarf für Begleitung und Unterstützung für betroffene Mädchen\* und Jungen\* sowie deren Unterstützer\*innen sichtbar. Dies ist bislang noch eine Lücke in der Tübinger Hilfestruktur. Unser Ziel für die nächsten Jahre ist es, uns zur spezialisierten Fachberatungsstelle mit den Bausteinen Beratung (NEU), Prävention, Fortbildung, Öffentlichkeitsarbeit und Vernetzung zu entwickeln.

#### Beratungsfälle und -anlässe

Die Beratungsanfragen entstehen aus unterschiedlichen Problemlagen und Fragen: Eltern kommen auf uns zu, wenn ihre Töchter sexualisierte Gewalt erleben mussten, unter Attacken der Mitschüler\*innen leiden oder Probleme haben, sich abzugrenzen. Pädagog\*innen wenden sich an uns, wenn sie nach Möglichkeiten suchen, mit einer Klasse oder Gruppe ein gewaltpräventives Projekt durchzuführen oder sich Sorgen um ein Mädchen\* machen, das Gewalt oder sexuelle Übergriffe erlebt hat. Mädchen\* selbst suchen Beratung im Umgang mit verbalen, sexuellen, körperlichen Übergriffen oder Gewalterfahrungen.

Zum Thema „sexualisierte Gewalt“ entstehen die meisten Beratungsanfragen. Sexualisierte Gewalt wird in größerem Maße von Mädchen\* und Frauen\* erlebt. Zunehmend wird aber deutlich, dass auch viele Jungen\* von sexualisierter 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\* selbst, können in einem Gespräch 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 erste Hinweise bekommen. Eine langfristige Begleitung und Beratung bei einer Vermutung auf sexuelle Übergriffe bieten wir nicht an. Dies ist eine Lücke in der Angebotsstruktur, sowohl bei uns als auch allgemein im Landkreis Tübingen.

---

**Im Jahr 2020 wurden wir in 32 Fällen um Beratung  
angefragt.**

---

Ein „Fall“ ist in diesem Sinne ein Beratungsanlass, hinter dem mindestens eine von sexualisierten Übergriffen, Gewalt oder Ausgrenzung betroffene Person steht.

Die insgesamt 32 Beratungsfälle gliedern sich in folgende Beratungsanlässe auf:

Anfragen nach Beratungsanlass gesamt	32
zu sexualisierter Gewalt (Aufschlüsselung s.u.)*	24
zu Mobbing in der Schule/Kita	1
zu Gewalt in Beziehung risikoreiches sex. Verhalten	2
zu Fragen der Prävention	3
Mädchen im Strafverfahren (s. Kasten unten)	1
zu sonstigen Fragen (allg. Lebensbewältigung)	1

Die Beratungsanfragen zum Themenfeld der sexualisierten Gewalt stellen den größten Anteil dar. In der folgenden Tabelle sind die insgesamt 24 Fallanfragen in diesem Bereich nach Unterthemen aufgelistet.

Beratungsanlässe differenziert bei sexualisierter Gewalt gesamt	24
Pädagogischer Umgang mit Betroffenen nach stattgefundenem Übergriff	2
Krisenintervention bei eigener Betroffenheit	2
Sorge um ein Kind aufgrund beobachteter Verhaltensweisen	9
Sorge um ein Kind aufgrund beobachteter Täter*innenstrategien	2
Sexuelle Übergriffe unter Kindern/Jugendlichen	5
Übergriffe durch Erwachsene	2
Übergriffe im Kontext digitaler Medien	2

### Altersstruktur

Die Anzahl der betroffenen Personen (34) ist höher als die Anzahl der Fälle (32). Dies ist darauf zurückzuführen, dass bei einer Anfrage mehrere Kinder betroffen waren.

In den folgenden Tabellen sehen Sie die Altersstruktur derjenigen, um die es in der Beratung ging.

Anfragen nach Alter der betroffenen Person gesamt	34
0 - 3 Jahre (Kleinkindalter)	0
3 - 6 Jahre (Kindergartenalter)	4
7 - 10 Jahre (Grundschulalter)	12
11 - 13 Jahre	6
14 - 17 Jahre	11
Über 18 Jahre	1
Weiblich*	30
Männlich*	4

Jugendliche bzw. junge Erwachsene über 18 Jahren vermitteln wir in der Regel an die Beratungsstelle AGIT Frauen\*, die Beratungsstelle für Frauen\* bei sexualisierter Gewalt. Im Fall der Betroffenen über 18 Jahren handelte es sich um eine junge Frau\*, die uns über die Präventionsarbeit kannte und deshalb einen persönlichen Bezug zu uns hatte.

<b>Ratsuchende in 32 Fällen insgesamt</b>	<b>36</b>
<b>Betroffene</b>	8
Mütter, Väter	5
andere Verwandte	2
Freund*innen, Nachbarn, Bekannte	2
Pädagogische Fachkräfte	19

### **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 ihre Freund\*innen. Die Anzahl der Ratsuchenden (36) ist höher als die Zahl der Fälle (32), da Eltern, Freund\*innen oder Fachkräfte zu mehreren die Beratung suchen oder weil Eltern und Töchter gemeinsam beraten werden. Die Tabelle gibt darüber Auskunft, wer Beratung in Anspruch genommen hat.

## **Kooperation mit der Jugendhilfe im Strafverfahren / Jugendgerichtshilfe Tübingen**

In diesem Jahr entstand eine sehr erfreuliche und gelingende Kooperation mit der Jugendhilfe im Strafverfahren (JuHiS) des Landkreises Tübingen. Wir wurden als Fachstelle angefragt, mit Mädchen\* und jungen Frauen\*, die selbst wegen gewalttätigem Verhalten verurteilt wurden und als Auflage des Gerichts eine Beratung bei uns erhalten haben, zu arbeiten. Die Kolleg\*innen der JuHiS schätzen auf Basis einer ihnen vorliegenden Konzeption von uns ein, ob die Klientin\* von unserem Beratungsangebot profitieren kann. Wenn danach im Gerichtsprozess die Beratung bei uns angeordnet wird, findet zunächst ein Übergabegespräch mit der Klientin\* und einer Kollegin der JuHiS statt, in dem die begangenen Straftaten und die Rahmenbedingungen geklärt werden.

Das gemeinsame Projekt ist zunächst auf ein Jahr befristet.

Die Idee dahinter ist, zunächst im Sinne einer Rückfallprävention gewaltpräventiv tätig zu werden und an der Verantwortungsübernahme der Klientinnen\* für die eigenen Taten zu arbeiten. Zentrale Themen der Beratung sind die Empathieförderung gegenüber den Betroffenen des eigenen Gewalthandelns, sowie die Ermöglichung eines Perspektivwechsels. Dies soll zur Verantwortungsübernahme beitragen. Es können gemeinsam andere Bewältigungsstrategien und alternative Handlungsmöglichkeiten, außerhalb des gewalttätigen Handelns, erarbeitet werden.

Dazu gehört auch die Stärkung des eigenen Selbstwerts und das Richten des Blicks auf die Ressourcen der Klientinnen\*, damit Handlungsalternativen erarbeitet werden können.

Bei Bedarf dürfen zudem eigene Gewalterfahrungen ihren geschützten Raum in der Beratung haben. Die Grundannahme dahinter ist, dass gewaltausübende junge Frauen\* häufig eigene Gewalterfahrungen hatten oder aktuell noch erleben. Ein Faktor des eigenen gewalttätigen Verhaltens kann eine Folge der erlebten Ohnmacht sein. Zentral ist dabei, die Verantwortungsübernahme für das eigene gewaltausübende Verhalten zu fördern und die eigenen Gewalterfahrungen NICHT als Legitimation des eigenen Verhaltens anzuerkennen, sondern als einen möglichen Wirkfaktor.

Die Klientinnen\* werden dabei von uns in einem Beratungsprozess von bis zu fünf Sitzungen unterstützt. Der Verlauf und die konkreten Inhalte der Beratung hängen maßgeblich von der Klientin\* ab. Bei Bedarf kann zusätzlich Elternarbeit stattfinden.

Ende 2020 hat die Arbeit mit der ersten Klientin\* begonnen.

## 4. AUSBLICK AUF DAS JAHR 2021

---

### 4.1 Projekt „safe cyberspace“ zur Prävention sexualisierter Gewalt, die über digitale Medien angebahnt und ausgeübt wird

Die zunehmende Digitalisierung des Alltags der Kinder und Jugendlichen beeinflusst ihre Lebenswelt und bringt neue Chancen, aber auch Risiken mit sich.

Durch die Fragen der Jugendlichen in unseren Präventionsprojekten, Gespräche mit Fachkräften, Eltern und Beratungsanfragen wurde uns der Bedarf eines Projekts zur **Prävention von sexualisierter Gewalt, die über digitale Medien angebahnt und ausgeübt werden**, deutlich.

Deshalb stellten wir im Jahr 2020 einen Antrag bei der Aktion Mensch für die Erarbeitung und Erprobung einer Konzeption für ein solches Präventionsprojekt.

Wir freuen uns sehr, dass der Antrag über insgesamt 50.000€ für zwei Jahre bewilligt wurde und wir 2021 mit der Erarbeitung des Konzepts beginnen können. Unser Kooperationspartner für die Jungen\*arbeit ist auch in diesem Projekt PfunzKerle e.V.

Zu der Konzepterarbeitung gehören u.a. auch Gespräche mit Gruppen etwas älterer Jugendlicher (14-18 Jahre), um die jugendspezifischen Bedarfe zu erfassen.

Zielgruppe des Projekts sind **11 bis 13-Jährige**, um möglichst früh präventiv tätig werden zu können. Mädchen\* und Jungen\* in dieser Altersspanne sind besonders gefährdet, mit Handlungen aus dem Spektrum sexualisierter Gewalt mittels digitaler Medien konfrontiert zu werden (vgl. Speak! Studie, Maschke et. all. 2017). In besonderer Weise wollen wir auch Jugendliche mit Förderbedarf mit dem Projekt erreichen, da die Ergebnisse der SPEAK!-Erweiterungsstudie aufzeigen, dass diese Gruppe in besonderem Maße gefährdet ist, sexualisierte Gewalt zu erleben.

Deshalb ist das Hauptziel des Projekts, Mädchen\* und Jungen\* für die Risiken, spezifisch bezogen auf sexualisierte Gewalt und Übergriffe mittels digitaler Medien, zu sensibilisieren. Sie lernen, wie sie sich davor schützen können, aber auch, wo sie Hilfe finden, wenn sie oder ein\*e gute\*r Freund\*in von dieser Gewaltform betroffen sind.

Nach der Erarbeitung des Konzepts werden die Methoden in drei Gruppen Jugendlicher durchgeführt und ggf. nochmals überarbeitet, sodass Ende 2022 ein Konzept mit Methoden-Reader entsteht. Im Anschluss ist das Ziel, eine Weiterfinanzierung der Workshops zu sichern, sodass „**safe cyberspace**“ fest in das Präventionsprogramm der Fachstelle aufgenommen und angeboten werden kann.

### 4.2. Fachberatungsstelle gegen sexualisierte Gewalt

2020 gelang es uns, den Kreistag von der Notwendigkeit zu überzeugen, das Beratungsangebot für Mädchen\* und Jungen\*, die von sexualisierter Gewalt betroffen sind, sowie deren Unterstützer\*innen, auszubauen. Unser Antrag über 40.000€ an den Landkreis Tübingen wurde bewilligt. Er wurde mit einem Sperrvermerk versehen, der u.a. beinhaltet, dass das Jugendamt Tübingen, gemeinsam mit uns, PfunzKerle und profamilia eine Rahmenkonzeption zum Schutz von Kindern und Jugendlichen vor sexualisierter Gewalt erarbeitet. Dies ist ein wichtiger und notwendiger Prozess, an dem wir uns gerne beteiligen. Schon seit Jahren weisen wir darauf hin, dass v.a. die Beratung bei sexualisierter Gewalt an Kindern und Jugendlichen im

Landkreis Tübingen ungenügend ausgebaut ist. Der aktuelle Fall des Missbrauchs zweier Mädchen\* durch ihre Pflegefamilie zeigt die Notwendigkeit in aller Deutlichkeit auf. Im April 2021 wird die gemeinsame Konzeptionsperspektive und die Zusammenarbeit im Jugendhilfeausschuss vorgestellt.

Die Aufhebung des Sperrvermerks ermöglicht es uns, nun einen Antrag bei der Aktion Mensch zu stellen, da die kommunalen Mittel alleine nicht ausreichen werden, ein solches Angebot aufzubauen. Wir hoffen auf eine Bewilligung des Antrags, sodass wir die Beratungsstelle im Herbst/Winter 2021/22 eröffnen können. Damit wäre dann eine 5-jährige Anschubphase ermöglicht.

Wir bedanken uns herzlich bei den Mitgliedern des Kreistags, die unserem Antrag zugestimmt haben und damit den Weg für eine bessere Versorgung für Mädchen\* und Jungen\*, deren Eltern und andere Unterstützer\*innen freigemacht haben.

## **5. KOOPERATIONSPARTNER\*INNEN UND NETZWERKE**

---

Der interdisziplinäre und fachliche Austausch ist ein wesentlicher Schlüssel erfolgreicher Präventions- und Beratungsarbeit. Gerade in der Präventionsarbeit, in der sich oftmals Kinder oder Jugendliche 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 Kooperation mit den Frauen\*vereinen im Frauen\*ProjekteZentrum, v.a. mit dem Mädchen\*treff e.V. und Frauen helfen Frauen e.V., sind besonders wichtig. Unterstützend ist für uns die Zusammenarbeit mit Luzia Köberlein, der städtischen Gleichstellungsbeauftragten und ihren Mitarbeiter\*innen, die unsere Anliegen im Gemeinderat vertritt und mit der wir in regelmäßigem Austausch stehen.

Wir kooperieren mit den Stellen, an denen Mädchen\* und Frauen\* Hilfe und Beratung bekommen und an die wir bedarfsgerecht weitervermitteln. Dies sind insbesondere die pro familia Tübingen, das Kreisjugendamt, die Jugend- und Familienberatungszentren, die Beratungsstelle in der Brückenstraße, der AKL Tübingen, die AIDS-Hilfe Tübingen sowie niedergelassene Therapeut\*innen. Mit der pro familia Tübingen hat sich ein regelmäßiger kollegialer Austausch etabliert, bei dem wir gemeinsam über die Weiterentwicklung der Angebotsstruktur zu sexualisierter Gewalt an Mädchen\* und Jungen\* nachdenken und inhaltliche Vorhaben planen. Dies ist für uns ein wichtiger Schritt in Richtung einer besseren Vernetzung und Zusammenarbeit im Bereich der sexualisierten Gewalt an Kindern.

Im Jahr 2020 ist zudem eine gelingende Kooperation mit der Jugendhilfe im Strafverfahren des Landkreises Tübingen entstanden, über die wir als zunächst einjähriges Projekt Klientinnen\* in die Beratung vermittelt bekommen, die selbst wegen gewalttätigem Verhalten aufgefallen sind und häufig eigene Gewaltverfehrungen haben.

Wichtige Kooperationspartner\*innen im Projekt „Love Needs Respect“ sind adis e.V. und das Institut für Erziehungswissenschaft der Universität Tübingen.

Sehr hilfreich ist für uns die Zusammenarbeit mit den Schulsozialarbeiter\*innen im Landkreis Tübingen. Oftmals sind sie für uns die ersten Ansprechpartner\*innen bei der Organisation und Durchführung der Workshops an Schulen, aber auch für stärkende Angebote außerhalb der Schulzeit.

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 oder wünschen sich die Begleitung durch Mitarbeiter\*innen unserer

Fachstelle, z.B. bei der Implementierung eines Schutzkonzeptes gegen sexualisierte Gewalt oder bei der Entwicklung nachhaltiger Präventionsarbeit an der Schule. Verlässliche Ansprechpartner\*innen finden wir auch bei den Mitarbeiter\*innen der schulpsychologischen Beratungsstelle. Gerne arbeiten wir auch mit Kindertageseinrichtungen und Einrichtungen der Jugendhilfe in Tübingen zusammen.

Im Rahmen der Entwicklung von Schutzkonzepten an katholischen Schulen entstand ebenfalls eine gute Kooperation mit dem bischöflichen Stiftungsschulamts der Diözese Rottenburg-Stuttgart.

Gut etabliert hat sich auch die Zusammenarbeit mit der Fachgruppe sexualisierte Gewalt innerhalb des Polizeipräsidiums Reutlingen.

Eine neue Kooperation ist mit dem Jugendamt Tübingen entstanden. Die dort neugeschaffene Fachstelle sexualisierte Gewalt ist eine gute Brücke zwischen dem Fachbereich Erziehungshilfe und Kinderschutz, sowie unserer neu entstehenden Fachberatungsstelle (s. Kap. Ausblick). Wir machen gute Erfahrungen den fachlichen Austausch betreffend.

Auf Landesebene kooperieren wir mit anderen Fachberatungsstellen zu sexualisierter Gewalt, so z.B. Thamar Böblingen, Lilith Pforzheim, Kobra Stuttgart, Wildwasser Esslingen und Feuerogel Albstadt. Es finden regelmäßige Treffen statt, um fachliche Fragen zu diskutieren.

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

Vernetzung ist auch 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.

In folgenden Vernetzungszusammenhängen arbeiteten wir 2020 mit:

- LAG Mädchen\*politik
- Facharbeitskreis Mädchenarbeit
- AK Gewalt gegen Kinder
- Regionaler AK der Präventionsfachstellen zu sexueller Gewalt
- Arbeitskreise und Treffen zum Thema „Jugendliche mit Fluchterfahrung“
- Netzwerk Medienkompetenz: Arbeitskreis für problematische Mediennutzung und Mediengefahren der Kinder- und Jugendpsychiatrie Tübingen

---

Wir danken allen Kooperationspartner\*innen für die gute Zusammenarbeit und das Engagement!

---

# Jahresbericht 2020

## Lebenshunger - Präventions- und Beratungsstelle bei Essstörungen

---



Tübinger Initiative für Mädchen\*arbeit



### 1. AUSSTATTUNG

---

#### 1.1 Personal

<b>Regine Kottmann</b>	Leitung, Beratung 50% „Ein Koffer voller Sehnsucht“- Projekt-Prävention 10% (bis 30.6.20) Elterngruppenausbau „Schritt für Schritt“ 10% (ab 1.7.20) Dipl.-Sportpädagogin, Systemische Beraterin und Supervisorin (DGSF)	
<b>Sarah Heuberger</b>	Prävention von Essstörungen, Schulprojekte 50% MA Sozialpädagogin	
<b>Margit Meisel</b>	Bilanzbuchhalterin, Buchhaltung	
<b>Honorarkräfte</b>	Dirk Jakobi Steven Kessler Anneli Haase	Dipl. Päd., Jungen*arbeit BA Erziehungswissenschaft, Jungen*arbeit BA Studentin Erziehungswissenschaft Prävention

#### 1.1 Räumlichkeiten

Die Beratungsstelle verfügt über einen Büroraum und einen Beratungsraum, der auch als Team- und Gruppenraum genutzt werden kann. Bei Bedarf (hilfreich im Corona-Jahr) wird der größere Veranstaltungsraum des Frauen\*ProjekteZentrums angemietet.

## 2. ZIELSETZUNG UND KONZEPTION

---

***Lebenshunger* bietet ein abgestimmtes Angebot für die Prävention, Beratung und Selbsthilfe bei Essstörungen von Kindern und Jugendlichen.**

Zunehmend mehr Jugendliche machen sich Sorgen um ihre Figur und experimentieren mit Diäten. Die Suche nach Orientierung während der Pubertät - in Bezug auf den eigenen Körper, das Aussehen und das Angenommensein, kann immer häufiger zur Sorge um die eigene Figur werden. Verstärkt durch die allgegenwärtige Präsenz von digitalen Medien im Alltag, wird es den Mädchen\* und Jungen\* erschwert, sich nicht zu vergleichen und abzuwerten. Viele experimentieren mit Diäten oder versuchen, ihren Körper durch übermäßigen Sport zu verändern. Krisen in der Familie, aber auch gesellschaftlicher und gesundheitlicher Art wie 2020 unter der Pandemie, verschärfen diese Tendenzen. Magersucht, Bulimie und Binge Eating sind Erkrankungen von denen Mädchen\* und junge Frauen\* ganz besonders betroffen sind. Aber auch Jungen\* werden zunehmend als Betroffene wahrgenommen - mit teilweise anderen Ausprägungen, insbesondere der Muskeldysmorphie (Muskelsucht). Mit Präventionsprojekten in Schulen und einem differenzierten und niedrigschwelligem Beratungsangebot sorgen wir für frühe professionelle Unterstützung. Wir leiten Jugendliche zu einem reflektierten und sorgsamem Umgang mit dem eigenen Körper an und stärken ihre Ressourcen zur Gesunderhaltung und Selbstwertstärkung.

Betroffene und deren Angehörige sowie pädagogische Fachkräfte aus Stadt- und Landkreis Tübingen können sich hilfe- und ratsuchend an *Lebenshunger* wenden.

Das niedrigschwellige und spezialisierte Beratungsangebot erleichtert sowohl Jugendlichen, die sich Sorgen um ihr Essverhalten machen, als auch den schon von einer Essstörung betroffenen Jugendlichen, die ihre Erkrankung oftmals lange verbergen wollen, den Zugang und somit den Erstkontakt im psychosozialen Versorgungsnetz.

Die Fachstelle besteht seit 2006 und ist in der Region fest im Versorgungsnetz verankert. Ratsuchende können frühzeitig zu uns kommen, im besten Falle bevor eine Verfestigung des riskanten Essverhaltens oder der Essstörung eintritt. In der Weiterentwicklung unserer Angebote haben wir die sich wandelnde Lebenssituation von Jugendlichen im Blick, greifen ihre aktuellen Themen und Fragen auf und setzen sie in pädagogische und beratende Konzepte um.

## 3. LEISTUNGEN UND ANGEBOTE

---

### 3.1 Beratung

Die Beratungsstelle bietet persönliche, telefonische sowie E-Mail-Beratung für betroffene Jugendliche und deren Familien an. Mädchen\* und Jungen\*, die sich Sorgen um Freund\*innen machen, finden bei uns eine Anlaufstelle für ihre Fragen. Pädagogische Fachkräfte und Eltern, die Anzeichen einer Essstörung bei Jugendlichen wahrnehmen und geeignete Schritte zur Hilfe einleiten wollen, werden unterstützt und begleitet.

Eine wesentliche Aufgabe besteht darin, erkrankten Jugendlichen mit Verständnis zu begegnen. Das ist der erste Schritt, um sie zur weiterführenden Beratung oder einer Behandlung in ambulante bzw. stationäre Hilfe zu motivieren. Hier vermitteln wir passgenau weiter.

Die Beratungsstelle hat eine wichtige Clearing-Funktion im Netz der psychosozialen ambulanten Betreuungs- und stationären Versorgungseinrichtungen: Durch das niedrigschwellige Angebot kann gemeinsam geklärt werden, welche Art der Unterstützung für sie in ihrer aktuellen Situation am geeignetsten ist und wo sie diese finden können.

**Zu diesem Zweck bieten wir:**

- Beratung für Jugendliche, die Fragen zum Thema haben
- Beratung für Betroffene
- Beratung für Eltern und Fachkräfte, die Anzeichen von Essstörungen wahrnehmen und geeignete Schritte zur Hilfe einleiten wollen
- Beratung für Familien bei Übergewicht
- Beratung und Vermittlung in ambulante oder stationäre Therapie, in ärztliche Begleitung und Ernährungsberatung

**Verschiedene Beratungstypen:**

- Telefonische Beratung
- E-Mail-Beratung
- Persönliche Beratung „face-to-face“

**Beratung trotz(t) Corona:**

2020 hat sich die Anzahl an E-Mail-Kontakten in der Beratung verdoppelt. Der Austausch mit Betroffenen per Mail wurde zunehmend wichtiger. Nicht nur für die erste Beratung, sondern auch für weitere Schritte an Information oder Weitervermittlung. Wir haben zu diesem Zweck ein umfassendes Elterninformationsblatt verfasst, das den Familien mit der ersten E-Mail-Beratung bereits wichtige Informationen gibt, die Situation zuhause begleiten kann und Gesprächsbasis für die weiteren Beratungen ist (siehe Anhang 1).

Die Anzahl der face-to-face Beratungen ist trotz Corona praktisch gleichgeblieben. Wir haben diese möglich gemacht und unseren Beratungsraum mit den höchsten Hygiene-Standards ausgestattet: Mit reichlich Abstand, Spuckschutz und einem Luftfilter. Eltern und Betroffene schätzten die Möglichkeit, weiterhin persönliche Beratungsgespräche führen zu können, ausdrücklich.

---

In 112 Fällen berieten wir  
147 Personen  
mit 428 Beratungskontakten.

---

## 3.2 Prävention

Prävention verfolgt das Ziel, Jugendliche in ihrem Selbstgefühl zu stärken und sie zu einem achtsamen Umgang mit sich und dem eigenen Körper zu ermutigen. Dafür brauchen sie, neben Informationen über riskantes Essverhalten und Warnsignale für Essstörungen, eine realistische Sicht auf die medial vermittelten Körperideale und vor allem unterstützende Beziehungen zuhause, wie auch in ihrer Gleichaltrigen-Gruppe. Magersucht, Bulimie und die Binge-Eating-Störung sind bekannte Essstörungen. Allen gemeinsam ist, dass Essen oder Nicht-Essen zu einem Problem mit körperlichen, psychischen und sozialen Konsequenzen wird. Nach wie vor sind mehrheitlich Mädchen\* und junge Frauen\* von Essstörungen betroffen. Die Ergebnisse des Kinder- und Jugendgesundheits surveys (KiGGS) zeigen jedoch, dass neben 28,9 % der Mädchen\* immerhin 15,2 % der Jungen\* im Alter zwischen 11 und 17 Jahren erste Warnzeichen für Essstörung aufweisen.

### Die Präventionsangebote umfassen:

- Projekte mit Kindern und Jugendlichen
- Fachberatungen von pädagogischen Fachkräften im Rahmen der Projekte
- Fortbildungen, Öffentlichkeitsarbeit und Vorträge
- Gruppenangebote für Eltern von Kindern mit Essstörungen

#### 3.2.1 Projekte mit Kindern und Jugendlichen

Je nach Altersgruppe und Kooperationspartner\*in bieten wir verschiedene Zuschnitte von Präventionsmaßnahmen an. Die Corona-Bedingungen im Jahr 2020 brachten für unsere verschiedenen Angebote enorme Hürden und wir konnten aufgrund der offiziellen Schutzvorgaben den Großteil unserer regulären Präventions-Angebote dieses Jahr nicht durchführen. Dennoch fand die Planung zu den Projekten mit den Schulen statt, die unsere Angebote regelmäßig anfragen, auch wenn die Durchführung in den meisten Fällen kurzfristig abgesagt werden musste.

#### „Wer bin ich? Ich bin wer!“ (WBI)

2020 wurden 6 WBI-Projekte geplant und konnten coronabedingt nicht stattfinden. Das Projekt stärkt Mädchen\* in der kritischen Lebensphase der Pubertät und ermutigt sie zu einem achtsamen Umgang mit dem eigenen Körper. Wir initiieren den Austausch über Schönheitsideale, Geschlechterrollen und die damit verbundenen Werte und Normen innerhalb der Klasse. Da viele Mädchen\* mit Diäten experimentieren und Jungen\* sich zunehmend perfektionistische Körperbilder aneignen, beschäftigen wir uns mit Fragen zu gesunder Ernährung und riskantem Essverhalten. Vermittelt werden Basisinformationen über Warnzeichen für riskantes Essverhalten und die Hilfsangebote der Beratungsstelle.

#### „Du bist wertvoll“ (DBW)

Ein Projekt zur Kooperation von Jugendarbeit und Schule/Schulsozialarbeit. Es fanden insgesamt 3 DBW Projekte statt in Zusammenarbeit mit der Gemeinschaftsschule West. DBW wendete sich an Jugendliche ab 13 Jahren und rückte die breitere Gesundheitsförderung und Selbstwertstärkung in den Mittelpunkt. Hier erreichten wir **63** Mädchen\*. Die Mädchen\* aus Tübinger Schulen konnten bei der Gelegenheit die nahe gelegene Beratungsstelle besuchen. Diese Maßnahme wird unterstützt aus Mitteln des „Masterplan Jugend“ des Landes Baden-Württemberg.

### **„Boy’s Health“ - Gesundheitsförderung und Prävention von Essstörungen mit Jungen\***

Auch im Jahr 2020 konnten wir im Arbeitsbereich Gesundheitsförderung und Prävention von Essstörungen mit Jungen\* zwei Kollegen auf Honorarbasis weiterverpflichten. Aufgaben dieses Arbeitsbereiches sind:

- die Durchführung und Weiterentwicklung von Präventionsmaßnahmen
- Schulung von pädagogischen Fachkräften

Es wurden 3 Veranstaltungen im Rahmen von Boy’s Health durchgeführt und dabei **27** Jungen\* erreicht, in der Regel parallel zu den Präventionsmaßnahmen (DBW) für Mädchen\*.

### **„Mädchen\* – Essstörungen – Internet“**

Die Pandemiebedingungen machten im Jahr 2020 das Nachdenken über die Internetnutzung von Jugendlichen zum Thema Essstörungen noch dringender. Wir konnten für das Projekt eine Honorarkraft gewinnen, die mit 6 Mädchen\* und jungen Frauen\* im Alter von 12-24 Jahren Interviews führte und im Sinne der Partizipation differenzierte Anregungen sammelte. Besprochen wurden Fragen zur digitalen Informationsbeschaffung, Hilfreiches für die Suche nach Beratung oder Unterstützungsmaßnahmen im Netz, Attraktivität von Angeboten, Wirkungskreis und Peer-Unterstützung. Außerdem befragte sie die Jugendlichen zur Internetnutzung in Bezug auf das Thema Essstörungen, der Bedeutsamkeit und Nutzung von Instagram und YouTube. Dadurch gewannen wir u.a. hilfreiche Einsichten zur bereits erfolgreichen Neugestaltung unserer Website und wertvolle Anregungen zu weiteren Optimierungsmöglichkeiten für den Aufbau der Online-Beratung, sowie der Nutzung von Social-Media-Kanälen. Diese Maßnahme wurde aus Mitteln des „Masterplan Jugend“ unterstützt.

---

**Durch Schulprojekte und Workshops erreichten wir  
mit 8 Veranstaltungen insgesamt 69 Jugendliche  
und 6 Lehrkräfte.**

---

#### **3.2.2 Pädagogische Fachberatung im Rahmen der Schulprojekte**

Mit 3 Fachberatungen haben wir 6 Lehrkräfte über Essstörungen bei Jugendlichen informiert, die Beratungsstelle vorgestellt und Hilfsmöglichkeiten aufgezeigt.

#### **3.2.3 Öffentlichkeitsarbeit, Fortbildungen und Vorträge**

Fortbildungen und Informationsveranstaltungen betreffen sowohl die Prävention, als auch die Intervention. Es wenden sich Fachkräfte-Teams an uns, die mit der Thematik konfrontiert sind und Fachberatung für das konstruktive Gespräch mit den betroffenen Jugendlichen suchen.

**„Ein Koffer voller Sehnsucht“** - Dieses Material zur Gesundheitsförderung und Prävention von Essstörungen wurde 2018 fertiggestellt, eine mobile Ausstellung mit Porträts der Reihe „Aussehnsucht“, produziert von Rebecca Sampson. Die Bilder werden durch ein didaktisches Manual mit Methoden für die Präventionsarbeit ergänzt. Das Material stand zum Verleih zur Verfügung. Eine Qualifizierungsmaßnahme für Multiplikator\*innen wurde 2020 durchgeführt und die mobile Fotoausstellung danach an eine interessierte Schule in Leutkirch verliehen. Leider musste die Schule die Ausstellung pandemiebedingt nach der Hälfte der Zeit abbrechen.

Im letzten Jahr der Projektförderung „Ein Koffer voller Sehnsucht“ entwickelten wir das Material für die Prävention und Beratung unserer Elternarbeit weiter. Es erwies sich auch in diesem Setting als hilfreich und anregend. Das Projekt ist hiermit abgeschlossen. Wir danken der Glücksspirale für die nachhaltige Förderung.

**Die Fortbildung Boy's Health** zur Prävention und Gesundheitsförderung mit Jungen\* besuchten 7 Teilnehmer\*innen.

**Die Fortbildung Präventionsarbeit mit Mädchen\*** fand zum Teil digital statt. 7 Fachkräfte nahmen teil.

An der **Fortbildung Essstörungen** als Thema im sozialpsychiatrischen Setting WG nahmen 7 Fachkräfte teil.

Beim **Jugendkuratorium** in Dußlingen stellten wir die Arbeit der tima e.V. und die Angebote von *Lebenshunger* vor. Es nahmen 20 Mitarbeiter\*innen der kommunalen Verwaltung sowie Vertreter\*innen der Schulen und sozialen Unterstützungsnetzwerks teil.

Insgesamt nahmen 41 Multiplikator\*innen an unseren Veranstaltungen teil.

Die neu gestaltete **Website** ist ein wichtiges Instrument unserer Öffentlichkeitsarbeit.

### 3.2.4 Gruppenangebote

#### **Elterngruppe „Schritt für Schritt“ Eltern stärken – Essstörungen überwinden**

Wenn das eigene Kind an Magersucht oder einer anderen Essstörung erkrankt, sehen sich Eltern vielen neuen Aufgaben gegenüber: Von der Gestaltung des täglichen Essens bis hin zur Unterstützung bei der Therapeut\*innensuche. Das Zusammenleben kann für alle Familienmitglieder belastend sein, wenn Konflikte über Essen, persönlicher Rückzug und Hilflosigkeit oder Wut den Alltag bestimmen. Eltern haben dann häufig das Gefühl, den Teenager nicht mehr zu erreichen. Sie machen sich Sorgen, fühlen sich verantwortlich und suchen nach Wegen, der Tochter oder dem Sohn beizustehen. Wir wissen: Eltern sind für die Genesung von einer Essstörung enorm wichtig. Damit das gut gelingt, brauchen Eltern eine gute Balance zwischen Loslassen und Unterstützen. Das ist eine große Herausforderung für viele Eltern. Unsere moderierten Elterngruppen vermitteln hilfreiche Informationen und geben die Möglichkeit zum Austausch mit anderen betroffenen Eltern.

#### **Folgende Themen werden Schritt für Schritt besprochen:**

*Wie kann es dazu kommen?*

Den Kreislauf der Essstörung in den Beziehungen erkennen und verstehen.

*Wie verhindern wir, dass die Essstörung uns „auffrisst“?*

Einfühlung in das Erleben der Essstörung. Hilfreiche Haltungen im Umgang mit der Erkrankung und mit Konflikten.

*Wie eine gute Balance finden zwischen Loslassen und Unterstützen?*

Wie auf die stressige Situation reagiert werden kann und welche Kommunikationsstile die Genesung unterstützen.

*Wie können wir gut für uns sorgen?*

Familienressourcen und Paarressourcen (wieder) finden.

*Wie haben die das geschafft?*

Wege heraus aus der Essstörung. Austausch der Erfahrungen.

Aufgrund der Corona-Schutzmaßnahmen konnten 7 Abende als persönliche Treffen stattfinden und 2 Treffen per Videotools. Wir erreichten mit 9 Veranstaltungen insgesamt 20 Eltern/Angehörige.

---

**Durch Veranstaltungen für Multiplikator\*innen, sowie  
Gruppenangebote und Sonstiges erreichten wir insgesamt  
41 Personen.**

---

#### **4. NETZWERKARBEIT UND KOOPERATIONSPARTNER\*INNEN**

---

Der interdisziplinäre und fachliche Austausch und eine gute Vernetzung sind eine wesentliche Grundlage erfolgreicher Präventions- und Beratungsarbeit. Vernetzung ist uns auch da wichtig, wo Prävention gesellschaftspolitischen Charakter hat. Deshalb arbeiten wir in Arbeitskreisen und Gremien mit, die sich regional oder landesweit für Prävention oder die Verbesserung der Lebenssituation von Mädchen\* und jungen Frauen\* einsetzen. Nachdem die Netzwerktreffen 2020 anfangs ausfielen, fanden sie nach und nach im digitalen Format statt.

##### **Netzwerkpartner\*innen sind:**

- BWLV GmbH, Drogenhilfe Tübingen
- Landratsamt Tübingen, Abteilung Gesundheit
- die kommunale Suchtbeauftragte des Landratsamtes
- die kommunale Gesundheitskonferenz des Landkreises Tübingen
- die Abteilung Jugend des Landkreises, JFBZ Tübingen
- die psychosomatische Abteilung des Universitätsklinikums Tübingen (UKT)
- die Jugendpsychiatrische Abteilung des UKT
- das ETZ - Ernährungs-Therapie-Zentrum Tübingen
- niedergelassenen Ärzt\*innen und Therapeut\*innen
- KOMET - Kompetenzzentrum für Essstörungen Tübingen
- die Psychologische Beratungsstelle Brückenstraße Tübingen
- das Regierungspräsidium Tübingen
- die schulpsychologische Beratungsstelle
- der Arbeitskreis Leben Tübingen, mit „youthlifeline“
- der Mädchen\*Treff Tübingen e.V.
- das Frauen\*ProjekteZentrum e.V.

##### **Gremien sind:**

- AG Suchtprävention im Kindes- und Jugendalter des Landkreis Tübingen
- AK Suchtprävention Rottenburg
- Kommunales Netzwerk für Suchthilfe und Suchtprävention im LK Tübingen
- Beirat KOMET (Kompetenzzentrum Essstörungen des UKT)
- AK „Essstörungen“ des Universitätsklinikums Tübingen
- Facharbeitskreis Beratungsstellen
- Facharbeitskreis Mädchenarbeit
- LAG Mädchenpolitik

- Modellprojekt Sektorenübergreifende Versorgung im Landkreis Reutlingen
- Positionsgruppe Essstörungen beim Paritätischen
- Netzwerk Medienkompetenz: Arbeitskreis für problematische Mediennutzung und Mediengefahren der Kinder- und Jugendpsychiatrie Tübingen

Sehr dankbar sind wir für die Unterstützung durch die kommunale Suchtbeauftragte Claudia Rother. Die Kooperation mit den Schulen im Oberschulamtsbezirk Tübingen wird ständig gepflegt. Sehr hilfreich ist für uns die Zusammenarbeit mit den Schulsozialarbeiter\*innen im Landkreis Tübingen. Einige Schulen integrieren unsere Präventionsangebote in das Schulcurriculum und gewährleisten so Kontinuität. Der fachliche Austausch mit den Mitgliedern des AK Essstörungen der UKT ist für uns als erste Anlaufstelle und oftmals weitervermittelnde Instanz sehr wichtig.

## 5. WEITERBILDUNGEN UND QUALIFIZIERUNG FÜR DIE ARBEIT

---

- „Systemische Onlineberatung“, Praxisinstitut Süd, Emily Engelhardt
- „Hypnosystemische Methoden in der Erziehungs- und Familienberatung“, BKE
- Digitalisierung im Verein
- „Benutzung des Content-Management-Systems Grav“, Ana Kleiner, Webtechnik & Informationsdesign
- „Flyer-Gestaltung mit Online-Tools (Canva)“, Anneli Haase
- „Digitalisierungsqualifizierung für Lehrkräfte“, VHS Tübingen
- „Empowerment auf Instagram: Mehr als „goodvibesonly und #couplegoals!“ Der Paritätische Baden-Württemberg – Mädchenqualifizierung 2020

## 6. SUPERVISION

---

- Team- und Fallsupervision
- Systemische Intervision zur Beratung und Prävention

## 7. AUSWERTUNG: QUALITATIV UND QUANTITATIV

---

### Qualitative Erläuterungen

Das primäre Ziel, die Prävention weiterhin nachhaltig zu verankern und mit dem Beratungsangebot Familien früh zu erreichen, wurde auch unter den Pandemiebedingungen verfolgt. Für die Beratungsangebote und die Elterngruppe war das gut möglich. Die Beratungsanfragen bei Essstörungen sind gestiegen, ein Trend, der im neuen Jahr 2021 anhält.

### Prävention

Für die Prävention an den Schulen brachten die Corona-Bedingungen enorme Hürden und machten die Durchführung unserer Projekte zum Großteil unmöglich. Lediglich drei reguläre Präventionsmaßnahmen konnten wir zu Beginn des Jahres 2020 durchführen. Trotz zeitintensiver Planungen und immer wieder aufkeimender Hoffnungen auf Durchführbarkeit in Präsenz mussten wir alle weiteren Schulprojekte sukzessive absagen. Auch Planungen mit neuen Schulen mussten wir im Jahr 2020 auf Eis legen und auf das Jahr 2021 verschieben.

Gemeinsam mit den Koordinator\*innen der Projekte an den Schulen und in Zusammenarbeit mit unseren männlichen Honorarkräften entwarfen wir Ideen für alternative, digitale Projektangebote. Diese Angebotsmöglichkeiten wurden jedoch in den Vorgesprächen mit Lehrkräften

und Verantwortlichen der Schulen verworfen, vor allem aufgrund der eingeschränkten zeitlichen, sowie organisatorischen und digitalen Infrastruktur der Schulen. Außerdem schätzen die Schulen die präventive Wirksamkeit unseres intensiven **Präsenzangebots**, das von der offenen Kommunikation und der Herstellung eines sicheren Raumes für sensible Themen lebt. Dies online durchzuführen stellt besondere Herausforderungen an die Schulen (personell und infrastrukturell) und sie entschieden sich gegen Projekte, die unter den gegebenen Umständen eher den Charakter von Informationsveranstaltungen annehmen würden. Wir hoffen, die Präsenzveranstaltungen im Jahr 2021 wieder vermehrt durchführen zu können.

Falls sich die Situation auch im Jahr 2021 nicht deutlich verbessern sollte, kann an den entwickelten digitalen Projektideen weitergearbeitet werden.

Den reduzierten persönlichen Kontakt zu den Schüler\*innen versuchten wir damit auszugleichen, dass wir die Homepage neu gestalteten, die Werbemaßnahmen in Arztpraxen und bei unseren Partner\*innen verstärkten und den Kontakt zur Schulsozialarbeit und den zuständigen Lehrer\*innen telefonisch und per Mail aufrecht erhielten.

Die verlässlichen Kooperationen im psychosozialen Versorgungsnetz kamen uns hier sehr zugute. Die interdisziplinäre Zusammenarbeit mit der Schulsozialarbeit sowie Kinderärzt\*innen, der Klinik, Psychotherapeut\*innen und Ernährungstherapeut\*innen funktioniert nach wie vor gut. Ärzt\*innen empfehlen ihren Patient\*innen die Beratungsstelle aufzusuchen, um fach- und störungsspezifisch Rat und Hilfe zu bekommen. Eltern schätzen die pädagogische Anleitung und das Coaching in schwierigen Situationen. Die Zusammenarbeit und gegenseitige Weiterempfehlung im Netzwerk KOMET bewährt sich.

In der Prävention sehen wir die **Förderung der Peer-Unterstützung** weiterhin als sehr wichtiges Element an. Sind doch die Freund\*innen oder Mitschüler\*innen meist diejenigen, die ein riskantes Essverhalten oder starkes Abnehmen früh bemerken. Sie können wichtige Personen sein in der Anbahnung qualifizierter Hilfe.

Um die Peer-Unterstützung und den niedrigschwelligen Zugang zur Beratungsstelle auch in Corona-Zeiten zu fördern, denken wir für 2021 über weiterführende digitale Möglichkeiten nach, damit die Verbindung von Prävention und Beratung weiterhin gut gelingen kann. Dazu wären beispielsweise virtuelle Rundgänge in unseren Beratungsräumen und das Vorstellen der Mitarbeiterinnen per Video-Botschaften auf unserer Website denkbar.

## **Beratung**

Für den notwendigen personellen Ausbau in der Beratung und für die Verankerung der Elterngruppen sind wir auf den Landkreis Tübingen zugegangen und konnten eine Zuschusserhöhung ab 2021 erreichen. Die Nachfrage für die Elterngruppen war auch 2020 anhaltend groß, das Konzept hat sich bewährt und somit ist dieses Angebot fest in unser Spektrum implementiert. Im März 2021 startete eine neue Gruppe. Außerdem wird es ein fortlaufendes Angebot für alle Eltern geben, die nach der ersten Gruppenphase weiterhin einen moderierten Austausch möchten.

Sorge macht uns nach wie vor die Tatsache, dass trotz guter Vernetzung eine **zeitnahe Weitervermittlung** von Klient\*innen in die Therapie nicht immer möglich ist. Die psychischen Belastungen durch Corona führten zu längeren Wartezeiten in der KJP und den ambulanten Therapien. Durch die Aufstockung unserer Stellen können wir ab 2021 einzelne Betroffene bei Bedarf länger begleiten, so dass für mehr Klient\*innen eine intensivere Beratung gesichert werden kann - auf alle Fälle so lange, bis ein Therapieplatz gefunden wird. Außerdem erreichten uns nach wie vor Anfragen aus anderen Landkreisen. Vor allem von Eltern, die im Raum

Balingen und Reutlingen keine Anlaufstelle finden. Dieses Klientel konnte in Einzelfällen unsere Beratung durch die Unterstützung der AOK Neckaralb und/ oder als Selbstzahler\*in in Anspruch nehmen.

### **Ausbau Website und Onlineberatung**

Unser im Verwendungsnachweis 2019 formuliertes Ziel „*die digitale Weiterentwicklung unserer Angebote...beginnend mit der Gestaltung eines frischen, barrierefreien und handykompatiblen Internetauftritts, der Jugendliche anspricht und in ihrer Lebenswelt abholt*“ haben wir umgesetzt. Bei der Gestaltung der neuen Website standen alle unsere Zielgruppen im Fokus: Die Mädchen\* und Jungen\*, ihre Eltern und Vertrauenspersonen und pädagogische Fachkräfte. Für die Umsetzung orientierten wir uns im Besonderen an den neuen Herausforderungen in Corona-Zeiten und richteten einen speziellen Button zur leichten Verlinkung in die Beratung ein. In den Interviews (s. S.8) erzählten die Mädchen\* und jungen Frauen\*, dass sie sich Informationen, Orientierung und Hilfsangebote zu Essstörungen zuallererst im Internet suchen, wobei sie großen Wert auf die Anonymität und die Vielfalt der Informationen und Erfahrungen legen. Das Feedback zeigt uns, dass sie sich auf unserer neuen Website willkommen und gut informiert fühlen und dass sie die klare Strukturierung und das offene, bunte Design mit vielen lebensweltnahen Fotos von Jugendlichen ansprechen. Sie schätzen den vielfältigen Informationsgehalt, die vermittelte Professionalität und die schnelle Möglichkeit, in Kontakt zu treten. Dies nimmt ihnen die Angst, als weiteren Schritt auch persönlichen Kontakt zur Beratungsstelle aufzunehmen.

Die **Aktion Mensch** unterstützte uns bei der Gestaltung der barrierearmen Website ebenso wie in der technischen Ausstattung und Schulung. So gelang es uns in der Prävention und Beratung auch digital einen hohen Standard zu gewährleisten. Nicht nur für ein Beratungsangebot, das sich an junge Menschen richtet, ist dies mittlerweile unverzichtbar. Der Zugang zur Hilfe wird einfacher und erste Kontakte verlaufen bereits gewinnbringender. Begleitend zur face-to-face-Beratung kann die Online-/ Mail-Beratung nachhaltige Unterstützung und Anregungen im Alltag geben. Die Stiftung Deutsches Hilfswerk - ARD-Fernsehlotterie finanziert maßgeblich die Entwicklung und Einrichtung eines Online-Beratungsportals 2021 – 2023 (s. S.3), das voraussichtlich zum Sommer 2021 an den Start gehen kann.

### **Quantitative Erläuterungen:**

Prävention: Durch 24 Veranstaltungen haben wir insgesamt 136 Personen erreicht. Dies beinhaltet sowohl 69 Kinder und Jugendliche in 8 Präventionsprojekten, 6 pädagogische Fachberatungen, 41 Kontakte durch Öffentlichkeitsarbeit und Fortbildungen sowie 20 Elternkontakte in Gruppenangeboten.

Beratung: In 112 Fällen wurden insgesamt 147 Personen beraten - Betroffene, deren Angehörige, Freund\*innen sowie Fachkräfte. Die Anzahl der Beratungskontakte betrug 428.

In rund der Hälfte der Fälle wurde den Betroffenen und ihren Familien eine weiterführende Psychotherapie, eine Ernährungstherapie oder der stationäre Aufenthalt in einer Klinik sehr empfohlen. Die Weitervermittlung unterstützen und begleiten wir.

<b>Prävention 2020</b>		
	<b>Veranstaltungen</b>	<b>Teilnehmende</b>
<b>Projekte mit Kindern und Jugendlichen</b>	<b>8</b>	<b>69</b>
"Wer bin ich? Ich bin wer!" (WBI) für Mädchen* Gesundheitsförderung u. Prävention v. Essstörungen	6 geplant	Corona-bedingt ausgefallen
"Du bist wertvoll" für Mädchen* Gesundheitsförderung u. Prävention v. Essstörungen	3	36
Jungen*projekte <i>Boy's Health</i>	3	27
<i>Mädchen* - Essstörungen - Internet</i>	2	6
Beratungsstelleninfotag	1 geplant	Corona-bedingt ausgefallen
<b>Pädagogische Fachberatungen</b>	<b>3</b>	<b>6</b>
Vor-/ Nachgespräche begleitend zu den Schulprojekten	3	6
<b>Öffentlichkeitsarbeit &amp; Fortbildungen</b>	<b>4</b>	<b>41</b>
Fortbildung „Essstörungen im sozialpsychiatrischen Setting“	1	7
Jugendkuratorium Dußlingen	1	20
Fortbildung Prävention Mädchen*	1	7
Fortbildung „Boy's Health“	1	7
<b>Gruppenangebote</b>	<b>9</b>	<b>20</b>
Elterngruppen „Schritt für Schritt“ Elterngruppenabende (2-stündig)	9	20
<b>Sonstiges</b>		
Mädchen*spektakel - Offener Tag für Mädchen* im Frauen*ProjekteZentrum	1 geplant	Corona-bedingt ausgefallen
<b>Prävention gesamt</b>	<b>24</b>	<b>136</b>

<b>Beratung 2020</b>	
<b>Fälle gesamt</b>	<b>112</b>
<b>Beratene Personen</b>	<b>147</b>
<b>Beratungskontakte</b>	<b>428</b>
<b>Fälle nach Alter der Betroffenen</b> <span style="float: right;"><b>112</b></span>	
unter 14 Jahren	12
14-18 Jahre	51
19-24 Jahre	34
über 24 Jahre	9
unbekannt	6
<b>Fälle nach Geschlecht</b> <span style="float: right;"><b>112</b></span>	
Weiblich*	106
Männlich*	6
<b>Fälle nach Anlass der Beratung</b> <span style="float: right;"><b>112</b></span>	
Anorektisches Essverhalten	43
Bulimisches Essverhalten	13
Bing-Eating-Verhalten / Übergewicht	4
Nicht näher bezeichnete Essstörung	50
Selbstverletzendes Verhalten	2
<b>Fälle nach Wohnort der Betroffenen</b> <span style="float: right;"><b>112</b></span>	
Kreis Tübingen gesamt	78
Region Neckaralb / Reutlingen, Balingen, Calw	
Selbstzahler*innen	26
Unbekannt	8
<b>Beratene Personen - Wer wurde beraten?</b> <span style="float: right;"><b>147</b></span>	
Betroffene	55
Mütter, Väter	63
Freund*innen	7
Pädagogische Fachkräfte	18
Sonstige	4
<b>Beratungskontakte - Wie wurde beraten?</b> <span style="float: right;"><b>428</b></span>	
"face-to-face"	125
telefonisch	135
E-Mail	168
<b>Elterngruppen „Schritt für Schritt“ siehe Prävention</b>	

## Anhang 1: Elterninformationsblatt *Lebenshunger*



Hilfe für Eltern und Angehörige

### Liebe Eltern,

Sie machen sich Sorgen, weil Ihre Tochter oder Ihr Sohn das Essverhalten stark verändert hat und Gewicht verliert. Die persönlichen Gründe warum Jugendliche das tun, sind sehr unterschiedlich. Anfangs wird der Gewichtsverlust oft als Erfolg erlebt, nicht selten gibt es Komplimente von Gleichaltrigen oder aus der Verwandtschaft. Auch das Gefühl „ich bestimme und steuere meinen Körper selbst“ kann Kraft geben und stärkt - vorerst - das Selbstbewusstsein.

Dann kommt jedoch nicht selten der Moment, in dem ein innerer Antrieber\*in das Kommando übernimmt und die Betroffenen zunehmend das Gefühl bekommen, sie müssen weitermachen, sie dürfen nicht zunehmen. Das kann verbunden sein mit einem Gefühl von „ich habe versagt, wenn ich wieder zunehme“. Diesen inneren Zwang der entsteht, bezeichnen wir als „Essstörungsstimme“. Es kann sein, dass die/der Jugendliche sich wie zweigeteilt erlebt: Einerseits möchte sie/er wieder Kraft haben und genussvoll essen - andererseits verbietet sie/er und die Stimme in ihr/ihm - genau das.

### GEFÜHLE UND GEDANKEN VERÄNDERN SICH

Das eingeschränkte Essverhalten - ein Hungern - führt zur Veränderung im Denken und im Fühlen: Traurigkeit entsteht, das Gefühl der Überforderung oder der Wunsch nach Rückzug und danach „in Ruhe gelassen zu werden“ können stark sein. Verbunden damit möchten die Betroffenen das Essen immer stärker kontrollieren, abwägen und abzählen, vertrauen nicht mehr ihrem Hungergefühl und verlieren die Orientierung für normale Portionen.

Kommt es zu einem weiteren Gewichtsverlust, verschärft das die Situation. Daran hat niemand Schuld, sondern das liegt an dieser Erkrankung.

Diese Symptome bessern sich, wenn die Betroffenen wieder zu Kräften kommen, es braucht immer auch die körperliche Stabilisierung auf dem Weg der Genesung. Auch wenn es schwer ist – um zu genesen muss sich das Gewicht wieder in Richtung eines normalen Niveaus einpendeln. Oftmals erleben die Jugendlichen mit der Gewichtszunahme eine Besserung ihrer Stimmung und gleichzeitig müssen sie gegen die innere Stimme ankämpfen, die das Hungern anpreist. Das kann Kraft kosten.

### DAS ESSEN ZUHAUSE IST EIN BALANCEAKT – was tun?

*Nehmen Sie Kontakt mit uns auf: die im Folgenden beschriebenen Empfehlungen dienen nur zur Orientierung. Sie gemeinsam umzusetzen erfordert viele Gespräche, Kraft und Durchhaltevermögen. Deshalb empfehlen wir Ihnen die Beratung und / oder den Hausarzt aufzusuchen, wenn Sie Hinweise für eine Essstörung wahrnehmen.*

---

Die Elternmaterialien wurden im Rahmen unserer Arbeit **Ein Koffer voller Sehnsucht** entwickelt und finanziell unterstützt von der GlücksSpirale.

Copyright: Lebenshunger- Präventions- und Beratungsstelle bei Essstörungen, Tima e.V.



Einerseits ist es hilfreich, wenn Sie regelmäßige Essenszeiten zuhause einrichten und beibehalten. Andererseits sollten Sie auf Kontrolle und Druck verzichten. Geben Sie die Eigenverantwortung für das Essen so gut es geht an Ihr Kind zurück. Bieten Sie Ihrem Kind nicht ständig Essen an, obwohl es nichts essen möchte. Lassen Sie sich nicht auf Diskussionen über das Essen ein (z.B. "ich habe schon gegessen"). Erfüllen Sie keine übertriebenen Sonderwünsche beim Essen (z.B. kalorienarm) und verstecken Sie keine Lebensmittel. Kochen Sie so, wie es allen schmeckt und bekommt. Darum ist es wichtig, dass sie miteinander besprechen, wie Sie ihr Kind darin unterstützen können, dass es wieder regelmäßig und ausreichend Energie bekommt. Besprechen sie das jedoch nicht beim Essen selbst, sondern in einem entspannten Moment und gerne mit Unterstützung der Beratung.

#### ARZTBESUCH

Es ist wichtig, den Gewichtsverlauf und die Blutwerte von einem Arzt/Ärztin untersuchen zu lassen. Sie sollten sicher gehen, dass Ihr Kind genug zu sich nimmt. Wenn der Arzt/die Ärztin feststellen sollte, dass er/sie an Gewicht zunehmen konnte, wäre diese Bestätigung ja ein wichtiger Erfolg und Ansporn. Wenn das Gewicht weiter sinkt, reicht die Begleitung durch die Beratung nicht aus und wir sollten eine ambulante Therapie oder einen stationäre Hilfe in die Wege leiten.

#### IN KONTAKT BLEIBEN

Bleiben Sie über E-Mail in Kontakt mit der Beraterin. Sammeln Sie Ihre Fragen im Verlauf der Wochen bis zum nächsten Beratungsgespräch. [kottmann@tima-ev.de](mailto:kottmann@tima-ev.de)

#### BITTE DENKEN SIE ÜBER FOLGENDE ANREGUNGEN NACH:

- ❖ Sprechen Sie Ihr Kind offen auf Ihre Beobachtungen und Sorgen an.
- ❖ Machen Sie Ihrem Kind keine Vorwürfe, seien Sie geduldig, Ihr Kind leidet selbst am meisten.
- ❖ Setzen Sie Ihre eigenen Grenzen, aber respektieren Sie auch die Grenzen Ihres Kindes.
- ❖ Verheimlichen oder verleugnen Sie die Essstörung Ihres Kindes nicht, auch wenn Ihre Tochter/Ihr Sohn es verharmlosen möchte.
- ❖ Hinterfragen Sie kritisch Ihr eigenes Essverhalten und eigene Schönheitsideale. Seien Sie aufmerksam dafür, wie wertschätzend sie über das Aussehen oder die Körper anderer Menschen sprechen.
- ❖ Nehmen Sie sich Zeit für andere Gesprächsthemen als Essen oder Gewicht. Finden Sie gemeinsame unbelastete Aktivitäten. Das können Kleinigkeiten sein wie eine gemeinsame TV-Serie, Basteln, Puzzeln, spannende Zeitschriften... Unbeschwertes, das sie gerne tun.
- ❖ Suchen Sie sich selbst Unterstützung, damit Ihnen nicht die Kraft ausgeht und damit Sie den Heilungsprozess Ihres Kindes positiv unterstützen können. Pflegen Sie Ihre Hobbies und Freundschaften weiter.

---

Die Elternmaterialien wurden im Rahmen unserer Arbeit **Ein Koffer voller Sehnsucht** entwickelt und finanziell unterstützt von der GlücksSpirale.

Copyright: *Lebenshunger- Präventions- und Beratungsstelle bei Essstörungen, Tima e.V.*



Lara Gebhardt-Brodbeck, Timo Gögel

## „Love Needs Respect!“ Prävention von Gewalt in Teenagerbeziehungen mit geflüchteten jungen Menschen

„**L**ove Needs Respect!“ (LNR) besteht seit 2018 und wird getragen von den Tübinger Vereinen **tima e.V.** (Tübinger Initiative für Mädchen\*arbeit) und **PfanzKerle e.V.** (Fachstelle Jungen- und Männerarbeit in Tübingen). Es richtet sich an junge Menschen mit Fluchterfahrung im Alter von 14 bis 24 Jahren.

Die Workshops finden an zwei Tagen mit je drei Stunden statt und werden vor allem für Wohngruppen und Jugendhäuser angeboten. Inhaltlich geht es sowohl um die Prävention von Partnerschaftsgewalt als auch um die Förderung von Gleichberechtigung und Respekt in Liebesbeziehungen. Zu diesen Themen arbeiten wir seit über zehn Jahren mit unterschiedlichen Gruppen (vgl. *ajs-informationen* II/2018). Bei „Love Needs Respect!“ bewegen wir uns im Spannungsfeld zweier gesellschaftlicher Diskurse. Einerseits geht es um Gewalt in Liebesbeziehungen und damit um Bezüge zu Sexismus und zum feministischen und Genderdiskurs. Andererseits befinden wir uns im Feld von Rassismus, Diskriminierungskritik und Migration. Dieses Spannungsfeld hatte immer wieder Einfluss auf unser Projekt, vom Austausch auf institutionsübergreifender oder konzeptioneller Ebene bis hin zum konkreten Umgang mit den jungen Menschen.

*Partnerschaft und Sexualität sind für die Teilnehmenden zumeist hochinteressante Themen. Sie empfinden es oft als bereichernd, dass nach ihrer Haltung und Expertise gefragt wird, ihre Meinungen ernst genommen und geschützt werden, es einen Raum für ihre Fragen, Sorgen und Ängste und für ihr Bedürfnis nach Orientierung gibt.*

Besonders innovativ ist der Peer-Mentor\*innen (PM) Ansatz. Die PM\* sind junge Menschen, die sich z. B. aufgrund eigener Migrationserfahrungen gut in die Teilnehmer\*innen der Präventionsworkshops hineinversetzen können – quasi die Rolle als „ältere Geschwister“ einnehmen und als Modelle wirken. Damit sind sie wesentlich für die Erstellung und Verfeinerung des Konzeptes, der Haltung und der Methoden.

### Einige Erfahrungen aus zwei Jahren Praxis

Die ersten Workshops führten wir mit Dolmetscher\*innen durch. Dabei war u. a. hilfreich, dass sich muttersprachlich mehr und andere Affekte ausdrücken lassen. Allerdings waren manche verkürzten Übersetzungen und Umschreibungen hinderlich, z. B. im Kontext Sexualität. Hinzu kam der enorme Zeitaufwand. Um ohne Dolmetscher\*innen arbeitsfähig zu sein, machten wir basale Deutschkenntnisse zur Teilnahmebedingung. Zugleich reduzierten, vereinfachten und verlangsamten wir die sprachlichen Anteile und ergänzten gestische und symbolisch-pictografische Elemente. Das gemeinsame Ringen um Bedeutung, Verständnis und Kontakt im direkten persönlichen Miteinander ist als förderliches Element eine der ersten zentralen Erfahrungen aus der Praxis.

Die Teilnehmenden kommen aus allen hierher geflüchteten Ethnien. Wenn wir Kleingruppen anbieten, bilden die sich oft entlang bestehender Kategorien, also afghanisch, syrisch, kurdisch, männlich, weiblich. Partnerschaft und Sexualität sind für die Teilnehmenden zumeist hochinteressante Themen. Sie empfinden es oft als bereichernd, dass nach ihrer Haltung und Expertise gefragt wird, ihre Meinungen ernst genommen und geschützt werden, es einen Raum für ihre Fragen, Sorgen und Ängste und für ihr Bedürfnis nach Orientierung gibt. Wir versuchen, diesen Raum sicher zu machen, indem wir an Respekt und Verschwiegenheit appellieren. Zeitweise arbeiten wir im geschlechterhomogenen Setting. Dies ermöglicht einen offeneren Austausch und weitet den Blick für ein vielfältiges Spektrum des Frau- und Mann-Seins. Es zählt zu den

Höhepunkten unserer Arbeit, wenn unterschiedliche Meinungen zu emotional aufgeladenen Themen zum Ausdruck kommen und am Ende verstanden werden.

Ein Beispiel: Während einer soziometrischen Methode äußerte ein syrischer Teilnehmer die auch bei Nichtgeflüchteten verbreitete Ansicht, beidseitiges Kontrollieren der Handys in einer Liebesbeziehung sei normal. Die darauffolgende Aufregung konnten wir nur allmählich wieder beruhigen. Nacheinander erfragten wir das Meinungsspektrum der Gruppe und es gelang, auch den weniger lauten Stimmen Raum zu geben. Dabei achten wir darauf, dass die zuletzt erfragten Meinungen diejenigen sind, die Gewalt und Kontrolle ablehnen. So sprach sich in der beschriebenen Szene ein junger Mann gegen Kontrolle und für Freiheit aus, benannte Eifersucht als Thema und ermöglichte damit eine Diskussion zum Thema Vertrauen.

Nicht immer gelingt es, dass gegensätzliche Meinungen benannt werden und es fällt uns mitunter schwer, manche Aussagen nicht zu kommentieren. In solchen Fällen bringen wir unsere eigene Haltung in die Diskussion ein und verweisen auf den Werterahmen der Grundrechte. Zudem stellen wir den Bezug zu den zuvor gesammelten „Wünschen an eine Liebesbeziehung“ her, welche von den Teilnehmenden zu Beginn auf grüne Karten notiert wurden und für alle sichtbar im Raum hängen. Hier finden sich zu meist auch Vertrauen, Respekt und Gleichberechtigung.

Unser Anliegen in solchen Auseinandersetzungen ist weder das Herstellen von Einigkeit noch das gleichgültige Nebeneinander von Standpunkten. Es geht uns vielmehr um Wertschätzung und das Infragestellen mancher Haltungen mit dem Ziel, einander besser zu verstehen.

Es ist bewegend, wenn in diesen Gruppen plötzlich eine größere Differenziertheit und Heterogenität sichtbar und aushaltbar wird. Wir verstehen es auch als „Highlight“, wenn eine vertraute und offene Atmosphäre entsteht, in der die Frage aufkommen darf, welche Vorannahmen und Zuschreibungen hinter unserem Projekt stehen. So fragte ein Teilnehmer: „Warum kommen Sie gerade zu uns? Ich und die anderen sind ja gerade vor der Gewalt geflohen und jetzt werden wir hier als potenzielle Gewalttäter gesehen.“ Eine weitere wichtige Erfahrung ist der Umgang mit Traumatisierungen der Teilnehmer\*innen. Dazu konnten die Fachkräfte ihr Wissen und ihre Methodenkompetenz durch Fortbildungen und praktische Erfahrungen erweitern.

## Die Peer-Mentor\*innen (PM\*)

Für die Gewinnung von PM\* wurden u.a. Empfehlungen aus kollegialen Netzwerken genutzt. Anfangs meldeten sich Menschen aus verschiedensten Ländern, inzwischen stammt der größte Teil aus Syrien, Türkei, Tunesien, Arabische Emirate und Irak. Anfangs meldeten sich mehr Männer. Die Akquise von Frauen war aufwändiger, dafür blieben sie länger im Projekt. Seit Beginn des Projekts fanden 14 Austauschtreffen mit jeweils sechs bis zehn PM\* statt. Zum einen boten sie Raum für Selbsterfahrung, bei denen oft Betroffenheit und psychische Belastung deutlich wurden. So beendete beispielsweise ein jesidischer Mann die Zusammenarbeit, weil ihn das Thema an die Gräueltaten in seiner Heimat erinnerte. Zum anderen wurde bei diesen Treffen die Konzeption weiterentwickelt. Die PM\* konnten mit ihrer Expertise ihre Erfahrungen aus den Herkunftsländern und aus Deutschland verbinden und einbringen. Wir diskutierten zum Beispiel, welche Formulierungen in soziometrischen Methoden geeignet sind, damit junge Menschen mit Fluchterfahrung die Übungen verstehen können.

.....  
*Es geht vielmehr um Wertschätzung und das Infragestellen mancher Haltungen mit dem Ziel, einander besser zu verstehen.*

### Die Autor\_innen

#### Lara Gebhardt-Brodbeck

Bachelor of Arts (B.A.) Erziehungswissenschaft, TIMA e.V., Fachstelle mädchenstärkende Gewaltprävention, Tübingen

#### Kontakt

[www.tima-ev.de](http://www.tima-ev.de)

#### Timo Gögel

Diplom-Pädagoge, Pfunzkerle e.V., Fachstelle Jungen- und Männerarbeit, Tübingen

#### Kontakt

[www.pfunzkerle.org](http://www.pfunzkerle.org)



## Was bleibt

Die vielleicht wichtigste Erkenntnis aus zwei Jahren „Love Needs Respect!“ ist allerdings die Erkenntnis, wie wichtig eine Haltung ist, die von Interesse, Wertschätzung und Offenheit getragen ist. Es geht nicht um das unbedingte Vermeiden von Fehlern, wie Kulturalisierung,

.....  
*Es geht nicht um das unbedingte Vermeiden von Fehlern, wie Kulturalisierung, Stereotype und gruppenspezifische Zuschreibungen. Vielmehr ist es förderlich, bei Workshop-Anleitungen die eigenen Unsicherheiten anzuerkennen und sich ebenfalls als neugierig Lernende\*r zu begreifen.*

Stereotype und gruppenspezifische Zuschreibungen. Vielmehr ist es förderlich, bei Workshop-Anleitungen die eigenen Unsicherheiten anzuerkennen und sich ebenfalls als neugierig Lernende\*r zu begreifen. Die Menschenrechte (auch als Plakate im Raum), das Bekenntnis zur Geschlechtergerechtigkeit sowie die Ablehnung von Diskriminierung und Gewalt dienen als haltgebende und orientierende Folien.

## Das letzte Wort haben drei unserer PM\*:

H: „Ich mache mit, da ich gegen Gewalt und mit Frieden bin. Man muss dazu beitragen, das Bewusstsein zu verbreiten. Wir können dies tun, indem wir Liebe und Wissen verbreiten. Gewalt muss nicht immer körperlich sein, sondern auch psychisch.“

M: „Für mich ist wichtig, dass diese Peer-Mentoren-Meetings immer in einem geschützten Raum stattfinden. Jede Meinung ist respektiert, auch wenn nicht jeder derselben Meinung ist.“

M: „Ich bin dabei bei Love Needs Respect, weil ich die Übungen sehr wertvoll finde, besonders für junge Menschen, indem sie sie dazu bringen sollten, sich zu trauen, die eigene Meinung zu haben oder manchmal zu entwickeln, in Bezug auf Themen, wie emotionales Wohlbefinden, Gewalt, Streit, Sex, Liebe und Kommunikation in Freundschaften und Liebesbeziehungen, und diese freiwillig im geschützten Raum mal zu äußern.“