

# Die Zeitung ProMädchen



## Und es geht weiter...!!

**ProMädchen hat in 2008 viel bewegt. Da die Finanzierung der Arbeit zum Thema Ess-Störungen bis 2009 und die Finanzierung unseres Mädchentreffs Leyla bis 2011 durch die Stadt Düsseldorf gesichert wurde, konnten wir viel Kraft, Engagement und Kompetenz in diese Arbeitsbereiche geben und reife Früchte ernten.**

Viele Mädchen, Angehörige und Multiplikatorinnen nehmen das Beratungsangebot zum Thema Ess-Störungen gut an. Verschiedene Schulen fragen Informationsveranstaltungen an und die Präventionsarbeit läuft mit viel Schwung in Form von längerfristigen Projekten und Projekttagen. Die regelmäßig stattfindende Gruppe zum Thema Ess-Störungen ist erfolgreich gestartet.

Damit diese notwendige Präventions- und Beratungsarbeit von ProMädchen im vollen Umfang auch in den nächsten Haushaltsjahren beständig bleibt, benötigen wir die

Weiterfinanzierung auch über das Jahr 2009 hinaus.

Der Mädchentreff Leyla ist gut besucht – das Konzept einer Freizeiteinrichtung ausschließlich für Mädchen geht auf. Sehr besonders ist, dass die älteren Mädchen (16 – 21 Jahre) weiterhin regelmäßig den Kontakt halten. Sie nehmen den Mädchentreff als Treffpunkt und Anlaufstelle in Krisenzeiten wahr, da sie dort eine Anbindung an die Einrichtung und die Pädagoginnen gefunden haben. Mit der Zeit sind gute Vertrauensverhältnisse gewachsen und die älteren Mädchen bringen ihre jüngeren Geschwister mit. Die neue Generation wächst nach.

In den Gewaltpräventionsprojekten von ProMädchen geht es darum, Mädchen zu stärken und positive Lebensentwürfe zu entwickeln. Wir bieten Mädchen vielfältige Angebote, sich mit sich selbst und ihrer Umwelt auseinander zu setzen, stehen

ihnen in Krisen bei und unterstützen sie dabei, das eigene Leben selbstbewusst und eigenverantwortlich zu gestalten. Dies ist auch in Zeiten in denen die „Alpha-Mädchen“ in aller Munde sind und Fortschritte in Sachen Gleichberechtigung sichtbar werden, unerlässlich. Es ist deutlich, dass sich die Lebensrealitäten und Chancen von Mädchen je nach sozialem Status, kulturellem und religiösem Hintergrund stark unterscheiden. Viele Mädchen gehören nicht zu den Bildungsgewinnerinnen, sind von Armut gefährdet und kämpfen mit Benachteiligungen und (sexualisierten) Gewalterfahrungen.

Dies verdeutlicht noch einmal die Notwendigkeit und den Stellenwert von parteilicher Mädchenarbeit in Düsseldorf. Sie braucht weiterhin entsprechende finanzielle Mittel, um politische Prozesse im Sinne von Geschlechtergerechtigkeit mitzugestalten und die Kompetenzen von Mädchen zu fördern.



## „www.SchuelerVZ.de“ & Co – Wer kennt wen? Ich zeige Dir wer ich bin.

Mädchenspezifische medienpädagogische  
Präventionsarbeit

**Viele Erwachsene kennen sich nicht mehr aus. Was machen Jugendliche im Internet? Haben Erwachsene überhaupt das Recht sich „dort“ hinein zu begeben? Es bleibt eine diffuse Unwissenheit, was „dort“ mit den Jugendlichen passiert.**

Das Internet ist ein wichtiger Teil der Lebenswelt von Jugendlichen und hat sich in den letzten Jahren rasant weiterentwickelt. Nun geht es viel mehr darum, selbst Inhalte einzustellen, sich zu zeigen und sich zu vernetzen – „aktiv statt passiv“. Für viele Mädchen und Jungen ist das Internet der verlängerte Schulhof – ein wichtiges BeziehungsmEDIUM. Gleichzeitig findet eine gesellschaftliche Normverschiebung statt. Intimes und Privates wird auf Internetcommunitys wie z.B. SchuelerVZ veröffentlicht. Bilder werden massenweise hochgeladen.

In der Präventionsarbeit erleben wir immer wieder, dass Mädchen sich keine Gedanken machen über die Wirkung eines Bildes, z.B. welche Signale sie aussenden, wenn sie sich mit lasziv herausgestreckter Zunge fotografieren. Auch ist ihnen oft nicht bewusst, dass es sich bei Bildern, die auf SchuelerVZ hochgeladen werden, um eine weltweite Veröffentlichung handelt und wirklich alle diese Bilder sehen, vervielfältigen und ausdrucken können. In der Präventionsarbeit konfrontieren wir die Mädchen mit den Bildern und Informationen, die sie ins Internet gestellt haben. Die Mädchen sind oft schockiert und erst dann wird ihnen bewusst, was es heißt, dass alle diese Bilder sehen können. Bei der Frage, was sie tun würden, wenn sie zum Beispiel im Schwimmbad jemand unangenehm anstarrt, ist die Antwort eindeutig. Sie würden sich der Situation entziehen, weg gehen oder sich etwas anziehen. Im Internet hingegen merken sie aber nicht, wenn sie angestarrt werden. Mit Hilfe von konfrontativen Methoden setzt ProMädchen bei den Mädchen einen Denkprozess in Gang. Das Internet soll nicht verteufelt werden, aber die Mädchen sollen sich bewusst Gedanken machen, ob sie wirklich jedes Foto hochladen möchten. Wichtige Voraussetzung für die konfrontative Präventionsarbeit ist, dass sie in einem geschützten Rahmen nur mit Mädchen durchgeführt wird.

Es besteht die Notwendigkeit, dass mehr Erwachsene eine Schiedsrichterfunktion einnehmen und damit Mädchen und Jungen eine Orientierung ermöglichen. Sie werden im Internet konfrontiert mit Pornografie, mit sexistischen und Gewalt verherrlichenden Bildern. Grenzüberschreitungen, sexuelle Anmachen und verbale Beschimpfungen werden zunehmend als normal empfunden. Gerade deswegen sind geschlechtsspezifische medienpädagogische Konzepte notwendig. Der pädagogische Auftrag lautet, sich gegen diese Normverschiebung zu positionieren und Grenzüberschreitungen bewusst zu machen. Dies geht nur, wenn Erwachsene Stellung beziehen und mit Mädchen und Jungen die Auseinandersetzung suchen.

Seit Mai 2008 gibt es bei ProMädchen ein neues Gruppenangebot für Mädchen und junge Frauen mit Ess-Störungen.

Essen. Nicht Essen. Zu viel Essen.

Gruppe für Mädchen und junge Frauen  
mit Ess-Störungen zwischen 16 - 21 Jahren

Donnerstags, 16.30 - 18.30 Uhr

alles dreht sich um Essen - Junger NICK  
auf die Waage - Abstrich Kalorien zählen -  
auf nichts mehr Lust haben - Rückzug

Eine wöchentlich stattfindende Gruppe bietet Hilfe durch Informationen, Beratung, verschiedene therapeutische Angebote und den Austausch mit anderen Betroffenen.

Die zweistündigen Gruppenabende bieten Raum für neue Erfahrungen mit anderen und mit sich selbst. Hier haben die Mädchen und jungen Frauen u.a. die Möglichkeit, sich mit ihren eigenen Bedürfnissen auseinanderzusetzen und herauszufinden, wofür ihre Ess-Störung steht.

Es handelt sich um eine fortlaufende Gruppe. Nach jeweils 10 Gruppentreffen wird sie für „Neue“ geöffnet, die sich für eine verbindliche Teilnahme an 10 Gruppenabenden entscheiden. Der nächste Einstieg ist Mitte Februar möglich.

Die Gruppenleiterinnen sind HeideMarie Eich und Martina Sandkuhl. Für die Teilnahme ist ein Vorgespräch mit einer der Leiterinnen Voraussetzung, die auch für Fragen und weitere Informationen zur Verfügung stehen.



## Der Körper – Schlüssel zur Welt

**Auf Körpersignale achten – wann befinde ich mich in Gefahr, welche Impulse verspüre ich, wo spüre ich im Körper, dass ich achtsam sein muss? Der Bauch als „Signalstation“. Alle kennen das „Ja-Gefühl“, wenn wir angenehm aufgeregt, verliebt, positiv überrascht sind, Vorfreude verspüren und in Situationen kommen, die von Annahme, Wärme und Liebe geprägt sind.**

Alle kennen auch das „Nein-Gefühl“, wenn wir in Gefahr geraten, bedroht, verfolgt werden oder in Situationen kommen, die von Ablehnung, Unberechenbarkeit und Negativität geprägt sind. Die Arbeit zum Thema Abgrenzung, Körpersprache, Selbst- und Fremdwahrnehmung ist daher ein zentrales Anliegen der Mädchenarbeit.

Um die „Warnsignale“ des Körpers wahrzunehmen, ist es von entscheidender Bedeutung, sich selbst und seinen Körper zu kennen, zu spüren und genussvoll zu erleben. Dies lernten 26 Mädchen des 6. Jahrgangs der Hauptschule St. Benedikt in einem Projekt mit dem Titel „Körper und Körpergrenzen“. Entspannung bei Musik, Tanz, sich in die Rollen wilder Tiere begeben, Gefühle ausdrücken, lange Massagen genießen..., all das führte auf sinnliche Art und Weise zur Wahrnehmung von Körper, Gefühlen und deren Verbindung. Die „Nein- und Ja-Gefühle“ im Bauch bekamen leuchtende oder düstere Farben innerhalb lebensgroßer Körpergemälde.

Den Fragen „Wo ist meine Körpergrenze? Wo und wie nehme ich Warnsignale wahr?“ wurde nachgespürt und durch klare Übungen zum „Nein-Sagen“ wurden konkrete Handlungsmuster entwickelt. Genau so wichtig waren die Übungen zum „Ja-Sagen“, d.h. „Ich drücke klar aus, was ich mag und nicht mag, wo ich berührt und nicht berührt werden möchte und ich kann diese Meinung auch verändern, je nachdem wie die jeweilige Situation sich entwickelt.“

Die Tatsache, dass in Rollenspielen reale Lebenssituationen wie tägliche sexuelle Belästigung am Hauptbahnhof, an der Bushaltestelle, in der Bahn und auf der Straße aus einem fahrenden Auto reproduziert und verarbeitet werden mussten, ist alarmierend. Trainings, die dem Selbstschutz von Mädchen dienen, sind daher unerlässlich. In Zeiten, in denen von „Sexueller Verwahrlosung“ die Rede ist, leben Mädchen im Spannungsfeld zwischen sexualisierter Medienflut, scheinbarem Selbstbewusstsein und Schönheitsidealen. Dem gegenüber ist es wichtig, Mädchen den Raum zu geben auf positiver und genussvoller Ebene den eigenen Körper zu erleben und ihm vertrauen zu dürfen. Das „Nein-Sagen“ und das „Ja-Sagen“ will gelernt sein! Beides ist lebenswichtig, weil Selbstschutz und Genussfähigkeit entscheidend zu einer selbstbestimmten Lebensgestaltung beitragen.



Von oben links nach unten:

Das Körperbild

In Kontakt kommen

Szene: Alltag in der U-Bahn

Nein-Gefühle

Ja-Gefühl im Bauch



## Spenden & Co:

**Herzlich danken wir allen, die ProMädchen - Mädchenhaus Düsseldorf e.V. mit einmaligen oder regelmäßigen Geld- und Sachspenden unterstützen:**

- Pauline Denecke – Grafik Design
- der Vater-Kind-Gruppe und Jürgen Magh
- Bernhard und Claudia Banowski
- Gebhard Mann
- Dr. Jutta Fleckenstein
- Ilona Armknecht
- Myriam Thyes
- Prof. Dr. Gerlind Rurik
- Helga Köhler aus Willich
- Dr. Bernhard Piltz
- ANTEON Immobilien GmbH & Co.KG
- dem Finanzamt Düsseldorf Süd
- Markus Gerichhausen

**Außerdem bedanken wir uns herzlich bei:**

- unserer ehrenamtlichen Mitarbeiterin Gerti Aring, die uns regelmäßig tatkräftig zur Seite steht
- Maria Nigro, die uns regelmäßig finanziell unterstützt
- der Trimedia Communications Deutschland GmbH und dem E-Plus Team für das Sponsoring von zwei Handys

- JMC Technologieberatung Duisburg, die uns unsere Domain zur Verfügung stellt
- der Druckerei Sieben aus Korschenbroich für den Druck unseres Jahresberichts und der ProMädchen Zeitung
- der Düsseldorfer Tafel e.V. und Frau Vongehr, die für die Mädchen im Mädchentreff Leyla einmal wöchentlich Lebensmittel zum Kochen bereitstellen
- dem Kabarettisten Volker Pispers, der uns seit vielen Jahren regelmäßig unterstützt
- der Deutschen Bundesbank und dem Präsidenten Hans Peter Weser für die großzügige Geldspende
- GEKKO Brandservice GmbH, Headoffice Düsseldorf für die Geldspende zur Unterstützung unserer Arbeit
- der Freimaurerischen Frauenloge TUSKULUM für die Geldspende und den interessanten Austausch
- der Baumpflegerin Anette Michel, bei Frau Marx von 'Stahl und Aluminium' und bei der Buchbinderin Frau Mergemeier, die uns beim GirlsDay 2008 für Interviews zur Verfügung standen und über ihre Arbeit berichteten



- der Stadtparkasse Düsseldorf, die uns bei der Ausschüttung des Zweckertrages der Lotterie „PS-Sparen und Gewinnen“ mit einer großzügigen Spende bedacht hat
- der Euroforum Deutschland GmbH für die großzügige Geldspende
- der MGE Warenhandels-gesellschaft mbH und dem Betriebsrat der Metro Verwaltung Düsseldorf für die Initiative zu einer großzügigen Geldspende
- Udo Figge und der Bezirksvertretung des Stadtbezirks 3 für Ihre Unterstützung
- Herrn Piene von dem Düsseldorfer Pressevertrieb und Leister GmbH & Co.KG für Collagenmaterial
- dem Sterntaler Verein zur Unterstützung hilfsbedürftiger Kinder und dessen Stiftung, die uns wieder mit einer finanziellen Spende unterstützt haben

**ProMädchen**   
Mädchenhaus Düsseldorf e.V.



### Mädchenberatungsstelle

Corneliusstraße 68 – 70  
40215 Düsseldorf  
Telefon: 0211.48 76 75  
Fax: 0211.48 66 45

### Mädchentreff Leyla

Hüttenstraße 32  
40215 Düsseldorf  
Telefon: 0211.157 95 90

[www.promaedchen.de](http://www.promaedchen.de)

[info@promaedchen.de](mailto:info@promaedchen.de)

### Busse & Bahnen

#### Mädchenberatungsstelle

Straßenbahn: 701, 707, 708, 711, 715  
Bus: 725  
zu Fuß: 15 Min. vom Hbf, 7 Min. von „Berliner Allee“

Haltestellen: Corneliusstraße, Morsestraße, Fürstenplatz, Helmholtzstraße

#### Mädchentreff Leyla

Straßenbahn: 715, 701 bis „Luisenstr.“ und alle Bahnen bis „Berliner Allee“  
zu Fuß: 10 Min. vom Hbf, 3 Min. von „Berliner Allee“

### Impressum

#### Herausgeber:

Förderverein ProMädchen - Mädchenhaus Düsseldorf, Verein zur Unterstützung feministischer Mädchenarbeit e.V.  
c/o ProMädchen  
Corneliusstraße 68 – 70, 40215 Düsseldorf

**Redaktion:** Mädchenhaus Team

**Grafik-Design und DTP:** Pauline Denecke

**Druck:** Druckerei Sieben GmbH, Korschenbroich

**Auflage:** 1500

**Spendenkonto:** Bank für Sozialwirtschaft Köln  
BLZ 370 205 00, Konto 81 87 500

Düsseldorf, Dezember 2008