

Anlauf- und Beratungsstelle

Fortbildungen 2026



Fortbildungsprogramm 2026 Mädchenhaus Bremen gGmbH

Vor über dreißig Jahren wurde der Verein Mädchenhaus Bremen e. V. gegründet und bietet seit 1992 Hilfe für Mädchen* und junge Frauen* an, die von psychischer, physischer und /oder sexualisierter Gewalt betroffen sind. 2023 ist die Organisationsform in eine gGmbH übergegangen.

In unseren Arbeitsbereichen setzen wir uns täglich mit den vielfältigen Themen von Mädchen* und jungen Frauen* auseinander. Daraus haben sich im Laufe der Jahre theoretische und praktische Kompetenzen in verschiedenen jugendspezifischen Schwerpunkten entwickelt. Die Beratungsstelle ist eine Fachberatungsstelle gegen sexualisierte Gewalt an Mädchen* und eine Fachberatungsstelle zu Essstörungen.

Zu unseren Fortbildungen laden wir alle Frauen* ein, die pädagogisch, therapeutisch oder erzieherisch mit Mädchen* oder jungen Frauen* arbeiten.

Alle aufgeführten Veranstaltungen finden in den Räumen der Anlauf- und Beratungsstelle, Rembertistraße 32, 28203 Bremen, statt. Diese sind nur bedingt barrierefrei.

Alle Fortbildungen können grundsätzlich auch für gemischtgeschlechtliche Teams angefragt werden. In diesem Fall finden diese zu einem zusätzlich verabredeten Termin statt, gegebenenfalls auch vor Ort in Ihrer Einrichtung.

Anmeldung

Bitte nutzen Sie das Online-Anmeldeformular auf unserer Internetseite
www.maedchenhaus-bremen.de/fortbildungen

Anmeldeschluss ist drei Wochen vor der jeweiligen Veranstaltung.

Rückfragen richten Sie bitte an:

fortbildung@maedchenhaus-bremen.de
oder telefonisch: (0421) 33 65 444

Rücktrittsmodalitäten

Eine Absage der Teilnahme ist bis vier Wochen vor der jeweiligen Veranstaltung möglich. Bei späterer Absage kann der Teilnahmebeitrag nicht erstattet werden.



Mädchenhaus Bremen gGmbH

Anlauf- und Beratungsstelle

Rembertistraße 32, 28203 Bremen

Telefon (0421) 33 65 444

info@maedchenhaus-bremen.de

www.maedchenhaus-bremen.de

Zur Schreibweise: Der * hinter Mädchen und Frauen steht für die Vielfalt der Identitäten, die sich hinter diesen Bezeichnungen verbergen – sei es in Bezug auf Geschlechterkategorien (z.B. trans*, inter*) oder auch kulturelle Hintergründe, Klassen-zugehörigkeit, körperliche Ausgangslage uvm.

Gefördert durch:



Die Senatorin für Arbeit, Soziales,
Jugend und Integration

1 Nicht-suizidales selbstverletzendes Verhalten (NSSV)

NSSV kann für junge Menschen eine Bewältigungsstrategie sein, mit der sie eine (kurzfristige) Erleichterung von negativen oder überfordernden Gefühlen herbeiführen. In dieser Fortbildung geben wir eine Einführung in das Thema NSSV. Wer ist betroffen von NSSV? Wo ist die Abgrenzung zu suizidalem Verhalten? Welche möglichen Begleiterkrankungen können vorkommen? Was hat NSSV für eine Funktion für die Betroffenen? Des Weiteren wollen wir mit Ihnen darüber in den Austausch gehen, wie Sie Betroffene akut und langfristig unterstützen können.

Georgia Karageorgaki, Laura Serhat

Freitag, 13.02.2026, 10.00–17.00 Uhr, für Frauen*

Kosten: 80 €

2 Durch Bindung Stärken stärken

In Beratung und Begleitung ist die Stabilisierung der Klient*innen ein wichtiger Faktor. Wenn sich Stress und Angst beruhigen und innere Sicherheit wieder zunimmt, tritt Entspannung ein, der Kopf wird klarer und eigene Perspektiven können sich öffnen. Die bindungsorientierte Arbeit vermittelt, wie wir gezielt stabilisieren können, indem wir auf gesunde Anteile fokussieren und eigene Stärken stärken. Die Fortbildung vermittelt Hintergründe, Methoden und Techniken und es wird Zeit geben miteinander zu üben.

Bärbel Westerhof

Freitag, 06.03.2026, 9.00–16.00 Uhr, für Frauen*

Kosten: 80 €

3 Wertschätzende Gesprächsführung in der pädagogischen Arbeit mit Mädchen*

Die Kommunikation kann im pädagogischen Alltag schwierig werden, Fachkräfte stoßen an ihre Grenzen. Wie kann es gelingen, dass die Jugendlichen etwas tun, das sie nicht wollen, was aber aus Erwachsenen Sicht notwendig scheint? Und wer „besitzt“ dann eigentlich das Problem? Die Fortbildung soll Anregungen für eine gelassene Gesprächsführung geben, die die Beziehung zwischen Mädchen* und Pädagogin* achtet und im besten Fall die Bereitschaft des Mädchens* zur konstruktiven Mitarbeit fördert.

(Angelehnt an die niederlagelose Kommunikation nach Thomas Gordon)

Bianca Gerdes

Freitag, 13.03.2026, 9.00–16.00 Uhr, für Frauen*

Kosten: 80 €

4 Klassismuskritische Mädchen*arbeit

Diese Fortbildung ist eine Einstiegsveranstaltung für Fachkräfte, die sich mit klassismuskritischer Mädchen*arbeit auseinandersetzen möchten. Hier sprechen wir u.a. darüber, was Klassismus ist, welche Auswirkungen er auf uns persönlich und auch als Fachkräfte hat und wie Klassismus mit Rassismus und Sexismus verstrickt ist.

Es wird eine Mischung aus kurzen Inputs, praktischen Übungen und außerdem Raum für Reflexion und Austausch geben. Hier orientieren wir uns an den Fragen: Welche Rolle spielt Klassismus in der Mädchen*arbeit und wie kann klassismusbewusstere Mädchen*arbeit aussehen?

Georgia Karageorgaki, Loubna Khaddaj

Freitag, 17.04.2026, 10.00–16.00 Uhr, für Frauen*

Kosten: 80 €

5 Sexualpädagogische Mädchen*arbeit

Was bedeutet Sexualität für mich? Wen und wie liebe und begehre ich (nicht)? Wie führe ich eine (gesunde) Beziehung? Solche und ähnliche Fragen rund um die Themen Sexualität, Liebe und Beziehungen sind wesentliche Teile der sexuellen Entwicklung von jungen Personen. Dadurch sind pädagogische Fachkräfte in der Mädchen*arbeit auch immer wieder gefordert, Mädchen* in diesen Themen und Fragen zu begleiten. Wie können wir sie darin unterstützen, ein selbstbestimmtes positives Verhältnis zu ihrer Sexualität und ihren Körpern zu entwickeln? Wie können wir sie dazu bestärken, ihre sexuelle Identität angesichts gesellschaftlicher und familiärer Normerwartungen sowie struktureller Macht- und Gewaltverhältnisse selbstbestimmt zu finden und zu gestalten?

In dieser Fortbildung wird es um die Vermittlung von Basiswissen zum Themenfeld Sexualpädagogik gehen. Es wird Raum für Austausch und Fragen aus den Praxiserfahrungen der Teilnehmenden geben sowie die Möglichkeit, die eigene Haltung und Rolle zu reflektieren.

Judith Dargel, Laura Serhat

Freitag, 26.06.2026, 9.00–16.00 Uhr, für Frauen*

Kosten: 80 €

6 Bindungsorientierte Gesprächsführung

Die Gesprächsarbeit in Beratung und Therapie stellt uns häufig vor Herausforderungen. Wie kann ich gut mit meinem Gegenüber in Beziehung kommen, mich wohl mit dem Gespräch fühlen und für Entlastung sorgen? Wie nutze ich Sprache und Worte in einer Form, die mich erfassen lässt, worum es geht und erste Perspektiven für die Klient*in eröffnet? Bindung ist ein wichtiger Schlüssel!

Die Fortbildung vermittelt erste Grundlagen und Techniken bindungsorientierten Arbeitens. Neben der Vermittlung des Grundverständnisses werden Methoden gezeigt und praktisch miteinander geübt.

Bärbel Westerhof

Freitag, 11.09.2026, 9.00–16.00 Uhr, für Frauen*

Kosten: 80 €

7 Essstörungen

Magersucht, Bulimie und Esssucht sind Erkrankungen, die im Wechselspiel individueller biographischer Entwicklungen und gesellschaftlichem Kontext entstehen. In der Schule und in allen Bereichen der Kinder- und Jugendarbeit begegnen uns immer wieder Mädchen* mit auffälligem Essverhalten. Im Rahmen der Fortbildung wird ein Basiswissen zu Symptomatik und Diagnostik vermittelt. Gezielt werden wir uns mit Interventionsmöglichkeiten, Vermittlung in bestehende Hilfsangebote und Fallarbeit beschäftigen.

Bianca Gerdes

Freitag, 25.09.2026, 9.00 – 16.00 Uhr, für Frauen*

Kosten: 80 €

8 Antifeminismus und seine Bedeutung für Mädchen*welten

Angesichts des aktuellen und rasanten Erstarkens rechter Ideologien in den letzten Jahren werden auch antifeministische Narrative wieder lauter – Antifeministische Bewegungen versuchen gezielt Errungenschaften der Gleichstellung zu zerschlagen und traditionelle hierarchische Geschlechterverhältnisse wieder einzuführen. Das hat Auswirkungen auf die Lebenswelten von Mädchen*. Was bedeutet es, wenn sich die strukturellen Bedingungen für Mädchen* wieder verschlechtern und ein gesellschaftliches Klima gefördert wird, in dem (sexualisierte) Gewalt immer mehr bagatellisiert und legitimiert wird?

In dieser Fortbildung wird es um Grundlagenwissen zu Antifeminismus, seinen Erscheinungsformen und Akteur*innen gehen. Dabei werden auch die Verknüpfungen von Antifeminismus mit Sexismus und Rassismus beleuchtet. Zusammen mit den Teilnehmenden werden wir erarbeiten, was für eine Rolle Antifeminismus in der Mädchen*arbeit spielt und wie wir ihm entgegenwirken können.

Ariane Litmeyer, Laura Serhat

Freitag, 06.11.2026, 10.00 – 14.00 Uhr, für Frauen*

Kosten: 40 €

9 Young (Adult) Carers

Kinder, Jugendliche und junge Erwachsene, die sich um kranke oder beeinträchtigte Angehörige kümmern, übernehmen häufig eine große Verantwortung in ihren Familien, was sie vor besondere Herausforderungen stellt und zu großen Belastungen führen kann.

In dieser Fortbildung möchten wir Fachkräfte für das Thema sensibilisieren und einen Austauschraum schaffen, um über diese meist unsichtbare Zielgruppe ins Gespräch zu kommen, bereits vorhandenes Wissen und Erfahrungen auszutauschen und darüber die eigene Handlungs- und Reflexionskompetenz zu erweitern. Wir werden uns dabei an folgenden Fragen orientieren: Wer sind Young Carer und welche Aufgaben übernehmen sie? Welche psychosozialen Auswirkungen kann diese Pflegeverantwortung auf das Leben und die Entwicklung haben? Welche Erkennungsmerkmale und Ansätze zur Unterstützung kann es geben? Fallbeispiele aus der eigenen Praxis sind hier willkommen.

Georgia Karageorgaki, Loubna Khaddaj

Freitag, 20.11.2026, 10.00 – 14.00 Uhr, für Frauen*

Kosten: 40 €

INFORMATIONENABEND FÜR ANGEHÖRIGE VON BETROFFENEN VON ESSSTÖRUNGEN

Im geschützten Rahmen wird es Informationen zu den verschiedenen Essstörungen und den möglicherweise damit einhergehenden Verhaltensweisen betroffener Personen geben sowie Raum für Fragen, Sorgen und Austausch. Auch auf bestehende Hilfs- und Unterstützungsangebote wird hingewiesen. **Eine vorherige Anmeldung unter (0421) 33 65 444 ist erforderlich.**

Bianca Gerdes

Dienstag, 03.03.2026, 18.00 – 20.00 Uhr sowie

Dienstag, 06.10.2026, 18.00 – 20.00 Uhr

Die Veranstaltung ist kostenfrei

Die Veranstaltung richtet sich an Angehörige von Betroffenen von Essstörungen.

FACHBERATUNG

Ziel der Fachberatung ist ein besseres Verstehen von Mädchen* und jungen Frauen* sowie die Erweiterung der eigenen Sicht- und Verhaltensmöglichkeiten, so dass neue Ideen und Lösungswege entstehen können. Themen können neben konkreten Fragestellungen in Bezug auf einzelne Mädchen* (z. B. Essstörungen, Rückzug, Gewalt, selbstverletzendes Verhalten) auch Probleme innerhalb der Klasse oder Gruppe sein (z. B. Ausgrenzung, Gewalt, Diskriminierung, Fluchterfahrung, geschlechtsbezogene Themen). In der Fachberatung unterscheiden wir in der Beratung für einzelne Multiplikator_innen und Fachberatung für Teams. Einzelne Multiplikator_innen beraten wir kostenfrei.

Fachberatung für Teams kann von Ihnen individuell angefragt werden und die Inhalte richten sich dabei nach Ihren Anliegen und Bedürfnissen. Termine hierfür finden nach Absprache statt und die Kosten liegen bei

REFERENTINNEN*

Judith Dargel,

*Sozialarbeiterin M.A., Sexualpädagogin (PFS),
Fachkraft für Prävention und Intervention bei sexualisierter
Gewalt i.A. (pro familia Bremen)*

Bianca Gerdes,

*Diplom-Psychologin/ Psychologische Psychotherapeutin
(Mädchenhaus Bremen)*

Georgia Karageorgaki,

*Dipl.-Sozialpädagogin, Traumapädagogin/Traumafachberaterin
(Mädchenhaus Bremen)*

Loubna Khaddaj,

*Kulturwissenschaftlerin (B.A.), Erziehungswissenschaftlerin (M.A.)
(Mädchenhaus Bremen)*

Ariane Litmeyer,

Pädagogin B.A., WenDo-Trainerin i.A. (Mädchenhaus Bremen)

Laura Serhat,

*Erziehungswissenschaftlerin M.A., diversitätssensible
Mädchen*arbeiterin, WenDo-Trainerin i.A. (Mädchenhaus Bremen)*

Bärbel Westerhoff,

Diplom-Psychologin (Zentrum für Bindungsenergetik Bremen)