

Mädchen*gesundheit stärken – Zugänge sichern, Mädchen*sozialarbeit ausbauen

Gesundheit von Mädchen* & jungen Frauen*: eine soziale & gesamtgesellschaftliche Aufgabe

Mädchen* in prekären Lebenslagen sind gesundheitlich besonderen Belastungen ausgesetzt. Armut, nicht existenzsichernde Beschäftigung, Diskriminierung, psychische Belastungen, Flucht, Gewalterfahrungen, Wohnungsunsicherheit, Ausgrenzung oder Care-Verantwortung – insbesondere in Familien mit Migrationsgeschichte – wirken sich oft unmittelbar auf ihre körperliche und mentale Gesundheit aus. Gleichzeitig bestehen für sie höhere Hürden beim Zugang zu Unterstützung und Versorgung.

Gesundheitssystem, Forschung und Präventionsangebote orientieren sich insgesamt zu wenig an den Bedarfen und Lebensrealitäten von Mädchen* und jungen Frauen*. Kommen spezifische benachteiligungsbedingte Faktoren hinzu, potenzieren sich Hürden.

Die Folgen: Beschwerden von Mädchen* werden häufiger bagatellisiert, Symptome später erkannt und gesundheitliche Bedarfe weiterhin unzureichend erforscht. Umso mehr betroffen sind junge Frauen*, die ohnehin sozial benachteiligt oder gesellschaftlich marginalisiert sind und denen Zugänge zu Wissen sowie Behandlung fehlen, auch weil nicht selten der Bildungsgrad und Gesundheitszustand ihrer Eltern gering ist.

Die psychische Gesundheit von Mädchen* hat sich in den vergangenen Jahren deutlich verschlechtert. Studien zeigen den Anstieg von Stress, Ängsten, Depressionen, Einsamkeit, Essstörungen, Selbstwertproblemen und psychosomatischen Beschwerden. Besonders hoch sind die Risiken bei Mädchen* mit den beschriebenen Benachteiligungen. Viele bleiben jedoch unter dem Radar – sowohl in Schulen als auch in regulären Hilfesystemen.



Mädchen*sozialarbeit schützt Gesundheit

Innerhalb der Jugendsozialarbeit (§ 13 SGB VIII) nimmt M*SA junge Frauen* in den Fokus, die von anderen Unterstützungsangeboten oft nicht erreicht werden. Niedrigschwellige Beratungsstellen, Mädchen*treffs und geschlechtersensible Angebote schaffen Vertrauen, bieten Schutzzräume und stärken Selbstbestimmung, Gesundheitskompetenz und Teilhabe.

Sie unterstützt so bei psychischen Belastungen, vermittelt in Versorgungssysteme, arbeitet präventiv und stärkt die Resilienz. Dauerhaft verlässliche Finanzierung ist dabei

eine zentrale Voraussetzung: Frühe Unterstützung, verlässliche Beziehungen und kontinuierliche Begleitung können nur durch langfristig gesicherte Angebote gewährleistet werden. Befristete Projektfinanzierungen gefährden gewachsene Zugänge und Kooperationen und können dazu führen, dass Unterstützungsbedarfe erst später erkannt und aufwendigere Hilfen erforderlich werden.

Zentrale Herausforderungen

- Fehlende geschlechter- und altersspezifische Forschung und Datenerhebung
- Zunahme psychischer Belastungen, hochkomplexer Problemlagen und Komorbiditäten
- Große Versorgungslücken
- Fehlende niedrigschwellige Zugänge zu Beratung und Versorgung
- Besondere Risiken für vulnerable Gruppen: geflüchtete Mädchen*, Mädchen* mit Behinderung, junge LGBTQI+ Personen und Betroffene sexualisierter Gewalt

Die BAG EJSA fordert daher:

Versorgungslücken schließen!

- Ausbau niedrigschwelliger psychosozialer Angebote für Mädchen* und junge Frauen*
- Aufbau kultursensibler Beratungs- und Therapieangebote
- Frühzeitige Unterstützung statt Hinnahme von Chronifizierung psychischer Belastungen
- geschlechtersensible Prävention und Gesundheitsförderung in Schule, Kinder- und Jugendhilfe sowie Ausbildung
- Ausbau weiterführender Hilfesysteme besonders für Betroffene komplexer Problemlagen
- Verlässliche, kostenfreie und niedrigschwellige Zugänge zu gynäkologischer, psychologischer und sexualmedizinischer Versorgung

Gesundheitskompetenz und Selbstbestimmung fördern!

- Gesundheits- und Sexualaufklärung altersgerecht und frühzeitig stärken
- Räume für Körperwissen und psychisches Wohlbefinden schaffen
- Mädchen* und junge Frauen* an Planung und Entwicklung von Angeboten beteiligen

Chancengerechtigkeit für vulnerable Zielgruppen absichern!

- Dauerhafte Finanzierung geschlechtersensibler Angebote der Jugendsozialarbeit
- Stärkung von Fachkräften in der Ausbildung und durch Fortbildungen zu mentaler Gesundheit, Trauma, Gender- und Diversity-Kompetenz
- Verbesserung der Schnittstellenarbeit und Abbau der Versäulung weiterführender Hilfesysteme.

Fazit

Die BAG EJSA fordert Bund, Länder und Kommunen auf, Mädchen*gesundheit stärker in den Mittelpunkt zu rücken, geschlechtersensible Jugendsozialarbeit als präventive Infrastruktur abzusichern und mentale Gesundheit als zentrale, Politik-, System- und Handlungsfelder-übergreifende Zukunftsaufgabe ernst zu nehmen. Zielführend könnte dafür die Errichtung eines Programms „Geschlechtersensible Jugendgesundheit“ sein, um kommunale Modellprojekte zu initiieren, die geschlechtersensible Gesundheitsangebote in der JSA etablieren.



Beschlossen am Hauptausschuss der BAG EJSA, 23.9.2026

Kontakt: Christiane Giersen christiane.giersen@evkirchen-diakonie-rlp.de
Christiane Weidner Weidner@bagejsa.de