

Statements

Auszüge aus Interviews mit ehemaligen und aktuellen Klientinnen von IMMA e.V.

Wie schwer war es, sich überhaupt Hilfe zu suchen?

Klientin Beratungsstelle (28 Jahre):

Ich wusste schon länger, dass in meiner Familie einiges schief läuft. Aber das jemandem zu erzählen, hat es auf einmal sehr real gemacht. Es hat sich ein Stück weit wie Verrat angefühlt, weil es ja etwas sehr Privates, Familieninternes ist, das man nach außen gibt. Außerdem war ich unsicher, ob mein Problem bei einer Beratungsstelle überhaupt richtig aufgehoben ist, ob es passt mit der Person, mit der ich dann spreche, und wie sie reagieren würde. Mir ging es zu der Zeit ohnehin nicht gut, und ich hatte Angst, gleich in Tränen auszubrechen – was mir wiederum peinlich gewesen wäre, wenn ich danach wieder nach draußen in die Öffentlichkeit gemusst hätte.

Woher wusstest du von den Angeboten der IMMA?

Klientin Julez (27 Jahre):

Ich bin über Instagram direkt auf das Julez-Angebot aufmerksam geworden, indem ich „lesbisch München“ als Hashtag gesucht hatte und dann Julez gefunden habe.

Klientin SchrittWeise (26 Jahre):

Meine damalige Therapeutin arbeitet selbst bei einer der Einrichtungen der IMMA und kannte sich schon sehr gut mit dem Betreuungskonzept aus. Sie war davon überzeugt, dass „SchrittWeise“ für mich sehr hilfreich sein könnte. Und ich bin ihr bis heute dankbar, dass wir gemeinsam diese Entscheidung getroffen haben und ich diesen Schritt gegangen bin.

Klientin Flexi (17 Jahre):

Über die Schule, dann hat mich die Polizei an das Jugendamt verwiesen, die mich über die Zuflucht informiert hat.

Wie hast du die erste Begegnung erlebt?

Klientin Beratungsstelle (28 Jahre):

Die Beraterin war etwas jünger, ungefähr in meiner Altersklasse, und wirkte superlieb, freundlich und offen. Ich hatte damals ein Notizbuch dabei, in dem ich wie in einem Tagebuch alles festgehalten habe, um mich selbst zu sortieren. Sie meinte gleich, dass das eine richtig gute Idee sei und total cool, die Gedanken so aufzuschreiben. Außerdem sagte sie, dass die Themen, die ich mitgebracht habe – auch wenn ich sie nur oberflächlich angerissen hatte – hier auf jeden Fall gut aufgehoben sind. Das war mir besonders wichtig, weil genau das meine größte Sorge war.

Klientin Julez (27 Jahre):

Mein erstes Mal bei Julez, daran erinnere ich mich noch genau, denn die damalige Julez-Leitung hatte mir die Tür geöffnet und ich habe direkt ihre positive Art gespürt. Sie hat mir alles gezeigt und da bei Julez immer am Anfang gemeinsam gekocht wird, habe ich direkt mithelfen beim Schnippeln und das war ein total guter, ungezwungener Einstieg. Bei den beiden Leitungen habe ich auch direkt gemerkt, wie gut sie sich untereinander verstehen, und das hat mich direkt wohlfühlen lassen, weil einfach von Anfang an so eine schöne, ungezwungene Atmosphäre im Imma Café geherrscht hat.

Pressekonferenz

40 Jahre IMMA e.V. – 40 Jahre Engagement für Mädchen* und junge Frauen*

Klientin SchrittWeise (26 Jahre):

Ich war bei meinem ersten Termin mit der Einrichtungsleiterin ziemlich nervös und wusste nicht, was mich erwartet. Doch ich habe sofort gemerkt, dass ich gar nicht nervös sein muss, weil man mir hier auf Augenhöhe begegnet. Ich wurde mit so viel Wärme und Wertschätzung empfangen. Niemand wollte etwas von mir erzwingen oder mir das Gefühl geben, „falsch“ zu sein. Ich durfte einfach in meinem Tempo erzählen, was ich erzählen wollte. Diese Haltung hat mir sofort das Gefühl gegeben, sicher zu sein. Und ich bin unendlich dankbar, dass mir so viel Verständnis und Zeit geschenkt wurden – das hat mir geholfen, wieder ein Stück Stabilität zu finden.

Welche Unterstützung oder Angebote von IMMA waren für dich besonders wichtig?

Klientin Beratungsstelle (28 Jahre):

Jemanden zum Reden zu haben. Alles irgendwo mal lassen zu können, bei einer Person, der man vertraut und die auf einen eingeht. Das war krass. Die Beraterin war die erste Person, bei der ich so ruhig sitzen, Dinge erzählen, einfach nur mal weinen und Dinge zulassen und mich öffnen konnte. Aber auch jemanden hatte, der auf mich eingegangen ist und das gleichzeitig aufgefangen hat, aber das auch eingeordnet hat, wo was hingehört, was daran falsch ist oder was an meinen Gedanken richtig ist. Was nicht so normal war, also der Mix aus Zuhören, Auffangen, aber auch Themen bearbeiten und zwischendrin auch einfach nur locker und lustig sein.

Klientin Julez (27 Jahre):

Für mich war Julez immer eine Art sicherer Hafen. Julez begleitet mich seit dem Anfang meiner Ausbildung und über mein ganzes Studium hinweg jetzt schon insgesamt 7 Jahre lang und egal, was für Höhen oder Tiefen ich in meinem Leben währenddessen hatte, Julez war immer eine ganz wichtige Konstante für mich, bei der ich wusste, dass ich immer willkommen bin und entweder darüber reden kann, was sonst gerade so in meinem Leben los ist, oder davon auch einfach nur einen Abend abschalten konnte, je nachdem, was ich gerade brauchte.

Klientin Flexi (17 Jahre):

Die Betreuung, die ist chillig. Es macht Spaß, ich bin gern hier und es geht um mich.

Gab es eine Person oder ein Erlebnis bei IMMA, das für dich nachhaltig etwas verändert hat?

Klientin Beratungsstelle (24 Jahre):

Das waren viele. Also ich würde sagen, vor allem, dass die Beraterin mir gesagt hat, dass ich mich um mich selber kümmern muss, damit ich mich um andere kümmern kann. Das sag ich jetzt auch meinen Freunden immer. Es waren viele gute Sachen, die sie mir gesagt hat. Wir haben viel darüber gesprochen, dass ich Grenzen setzen darf und dass Menschen, die mich ehrlich mögen, diese Grenzen akzeptieren werden - und dass das vollkommen in Ordnung ist.

Klientin SchrittWeise (26 Jahre):

Es gibt tatsächlich eine Person bei IMMA, die für mich so viel verändert hat und auch immer noch verändert. Wenn meine Betreuerin das liest: Du bist der liebevollste, ehrlichste und wertschätzendste Mensch, dem ich je begegnet bin. Sie zeigt mir, wie es sich anfühlt, gesehen zu werden, ohne mich erklären zu müssen. Durch ihre Art schafft sie es, dass ich mich sicher fühle - selbst an Tagen, an denen alles in mir laut ist. Sie sieht mich wirklich, ohne zu urteilen, und gibt mir das Gefühl, dass ich genau so richtig bin, wie ich bin. Sie gibt mich nie auf, auch nicht, wenn ich selbst kurz davor bin. Ihre Worte, ihre Geduld und ihr echtes Mitgefühl bedeuten mir mehr, als

Pressekonferenz

40 Jahre IMMA e.V. – 40 Jahre Engagement für Mädchen* und junge Frauen*

sie wahrscheinlich je wissen wird. Sie ist mein sicherer Anker und der Sonnenschein in einer Zeit, in der vieles wackelt – und dafür bin ich von Herzen dankbar. Und zudem hat sie so ein krasses Fachwissen, mit dem sie mich jedes Mal aufs Neue beeindruckt!

Klientin Flexi (17 Jahre):

Eine Mitarbeiterin* aus der Zuflucht stand hinter mir, als es Schwierigkeiten mit dem Jugendamt gab. Sie hat mir Mut gemacht, weiter meinen Weg zu gehen.

Hast du etwas bei IMMA gelernt, das dir heute noch hilft?

Klientin Beratungsstelle (28 Jahre):

Och ja, irgendwie alles: Geduld mit mir selbst, Selbstvertrauen in mich selbst, aber auch in andere Leute, Abstand zu Dingen, Themen oder Menschen nehmen, aber auch akzeptieren, dass es schwierig ist. Wir haben auch so coole Fantasieübungen gemacht. Vieles spielte sich dabei in meinem Kopf ab, wodurch ich einen krassen Zugang zu meinem Unterbewusstsein bekommen habe. Die Arbeit mit Bildern und Metaphern hat mir unglaublich gutgetan – das konnte ich richtig gut und nutze es zum Teil auch heute noch.

Klientin Beratungsstelle (24 Jahre):

Ich habe gelernt, ganz vielen Menschen gegenüber Grenzen zu setzen. Auch auszuhalten, dass es manchmal schwer ist. Dass sich Systeme verändern, wenn ich anfangs, Grenzen zu setzen. Zu merken, wann ich anfangs, „Nein“ zu sagen, oder wann ich etwas nicht mehr möchte – gerade bei Dingen, die ich jahrelang ausgehalten habe – ist nicht einfach. Das knirscht im System, und man muss dabei sehr geduldig und standhaft bleiben.

Klientin SchrittWeise (28 Jahre):

Meine Bezugssozialpädagogin* hat immer zu mir gesagt: „Akzeptieren heißt nicht, etwas gut zu finden.“ Dieser Satz ist zu einer Art Mantra geworden, weil ich so oft Sachen akzeptieren musste und muss. Der Satz nervt mich auch. Es ist nicht so, dass ich ihn gut finde. Die Frage war oft, ob wir an der aktuellen Situation etwas verändern können. Wenn nicht, bleibt halt nichts anderes, als zu akzeptieren.

Klientin Julez (27 Jahre):

Ich habe bei Julez gelernt, vollkommen zu mir zu stehen. Davor kannte ich kaum queere Personen. Julez war der erste Schritt für mich in eine Welt zu mir selbst. Ich erinnere mich noch an die Zeit vor Julez, als ich beim CSD München mit einer Freundin bei der Parade mitlaufen wollte, und ich habe nach ein paar Metern total Panik bekommen, dass mich dort jemand sehen könnte, den ich kenne. Mittlerweile laufe ich sehr stolz bei jedem CSD mit und möchte am liebsten allen zeigen, was für eine tolle Community wir sind. Dass das heute so möglich ist, da hat mir Julez maßgeblich bei geholfen.

Klientin Flexi (28 Jahre):

Ich habe sehr viel gelernt – unter anderem, wie man besser mit Menschen kommuniziert, vieles über die deutsche Kultur, Kindererziehung, gesunde Ernährung, das Thema Abnehmen und vieles mehr.

Pressekonferenz

40 Jahre IMMA e.V. – 40 Jahre Engagement für Mädchen* und junge Frauen*

Wenn du IMMA mit einem Wort oder Bild beschreiben müsstest – welches wäre das?

Klientin Beratungsstelle (28 Jahre):

Wärme, ganz viel Wärme.

Klientin Julez (27 Jahre):

Es wäre definitiv ein Haus. Ein bisschen so wie die Villa Kunterbunt vermutlich. Wo in jedem Zimmer etwas anderes zu finden ist und sich alle wohlfühlen können und finden, was sie gerade brauchen. Sei es eine Auszeit, andere Leute zum Quatschen, etwas Leckeres zu essen oder Input. „Geborgenheit“ wäre das Wort, was mir zu dem Haus direkt einfallen würde.

Klientin SchrittWeise (26 Jahre):

Wie ein Vogelnest: in dem man ankommt, das einen sicher trägt, in dem man Kraft sammelt, bis die eigenen Flügel stark genug sind, um weiterzufliegen.

Klientin Flexi (17 Jahre):

Feminismus – Frauen sind so viel wert wie Männer!

Klientin Flexi (26 Jahre):

Bonusfamilie ❤️ Ihr habt mir gezeigt, wie ich erwachsen werde. Auch wenn es schwierig war, habt ihr mir ruhig erklärt, was ist und was falsch war, und habt mich nie angeschrien oder so. Ich konnte erwachsen und gleichzeitig Kind bei Euch sein und dafür danke ich Euch sehr.

Gibt es etwas, das du den Mitarbeiterinnen oder der Organisation gerne noch sagen würdest?

Klientin Beratungsstelle (28 Jahre):

Ganz viel Dankbarkeit. Ich finde es immer wieder traurig, dass es solche Organisationen geben muss, aber gleichzeitig finde ich es auch sehr schön, dass es sie gibt. Dass da tolle Menschen arbeiten, die einfach tolle Arbeit machen und so vielen Menschen helfen.

Klientin SchrittWeise (28 Jahre):

Der Impact auf meinen Lebensweg war enorm groß, im positivsten Sinn. Mit 19 war ich noch so ein Baby und völlig lost. Meine Bezugssozialpädagogin* war eine Orientierungshilfe für mich. Ich hatte das Gefühl, dass sie die erste erwachsene Person war, die mich unterstützt hat. Ich habe nach fast 10 Jahren immer noch die wichtigsten Sätze im Kopf.

Klientin Julez (27 Jahre):

Ich möchte ihnen sagen, wie wichtig sie und ihre Arbeit sind und wie viel sie bewegen können im Leben derer, die die Angebote von ihnen nutzen. Sie prägen mit ihrer Persönlichkeit die Angebote maßgeblich und das ist so viel wert! Viel mehr als den Mitarbeiterinnen würde ich aber gerne den Entscheiderinnen und Entscheidern der Stadt sagen, wie sehr die Stadt München (eigentlich jede Stadt) genauso ein Angebot braucht, das sich speziell an (Münchner) Mädchen richtet. Die Organisation tut so viel Wichtiges in dieser Stadt für Mädchen und Frauen. Ich und viele der Mädchen und Frauen, die heute anwesend sind, würden ohne die Angebote der IMMA nicht hier stehen, wo wir heute stehen. Ich wünsche mir, dass dieses Angebot noch mindestens weitere 40 Jahre ein Teil der Stadt bleibt und weiter ausgebaut wird, damit noch viel mehr Mädchen und

Pressekonferenz

40 Jahre IMMA e.V. – 40 Jahre Engagement für Mädchen* und junge Frauen*

Frauen so davon profitieren können, wie ich und die anderen Mädchen es tun können und in den letzten 40 Jahren konnten.

Klientin SchrittWeise (26 Jahre):

Ich möchte mich von Herzen bei den Mitarbeiterinnen bedanken - für ihr offenes Ohr, ihre Geduld und dafür, dass ich mich hier zum ersten Mal wirklich gesehen und ernst genommen gefühlt habe. Ich habe bei der IMMA das Gefühl, dass mir niemand etwas vorschreibt, sondern dass ich selbst entscheiden darf, was ich brauche und wann ich so weit bin. Das hilft mir sehr, wieder Vertrauen zu fassen, in andere, aber auch in mich selbst. Was ihr hier schafft, ist so viel mehr als „Hilfe“ - ihr gebt den Frauen ein Stück Sicherheit und Hoffnung zurück. Danke, dass ihr so viel Herz, Verständnis und Stärke zeigt - jeden Tag.

Klientin Flexi (17 Jahre):

Ihr seid cool, ihr seid krass, ihr seid Macherinnen*!

Gibt es etwas, das IMMA aus deiner Sicht unbedingt beibehalten sollte?

Klientin Beratungsstelle (24 Jahre):

Diese warm eingerichteten Räume. Und diese warme Stimmung. Wenn man reinkommt, dann fühlt man sich immer schon willkommen. Und ich mag auch diese Wand im Flur mit den Sätzen von anderen Mädchen / jungen Frauen aus der Beratungsstelle. Das war ein Gefühl von „Ich bin nicht alleine, es waren schon Mädchen / junge Frauen vor mir hier, die hier ganz wohlwollend und warm aufgenommen wurden“ und das war für mich richtig gut.

Klientin Julez (27 Jahre):

Die IMMA und die Angebote der IMMA sind geprägt von den Frauen, die sie erschaffen und die sie nutzen. Ich habe zumindest das Julez-Angebot immer als sehr partizipativ wahrgenommen und das auch sehr geschätzt. Was die IMMA meiner Meinung nach auch ausmacht, ist ihre feministische Ausrichtung, und die sollte sie sich auf jeden Fall beibehalten und auch weiterhin auf Veranstaltungen wie dem feministischen Kampftag oder dem CSD vertreten sein. Auch die politische Arbeit, die die IMMA macht, die Vernetzung mit anderen Münchner Angeboten ist für alle total wertvoll, meiner Meinung nach, und sollte so beibehalten werden.

Klientin SchrittWeise (26 Jahre):

Die warme und respektvolle Haltung gegenüber den Mädchen und jungen Frauen, ebenso die Offenheit und Verlässlichkeit, die vermittelt: „Hier finde ich Unterstützung, egal in welcher Situation.“