

**JA, ICH HABE
MEINE TAGE!**

SO WHAT?



**CLARA
HENRY**

BELTZ

uns alle in dieser großen staunenden Wolke vereinen können. (Und weil ich eine kleine Besserwisslerin bin!) Mein zweites Gefühl: Enttäuschung. Ich war enttäuscht von der Schule, vom Internet, vom Leben. Warum hatte uns in unserem ersten Sexualkundeunterricht niemand erklärt, was da in unserem Körper ablief? Da, als wir unserer zukünftigen Menstruation „Guten Tag“ sagen sollten?

Warum hatte uns niemand gesagt, dass die meisten von uns einmal im Monat tierische Bauchschmerzen haben werden und was wir tun können, damit es weniger wehtut? Ganz zu schweigen von der Woche vor den Tagen, in der

Das sind nur einige der Gründe, warum ich mich an meinen Rechner gesetzt habe, um das hier zu tippen, anstatt das Neuste auf YouTube und Twitter zu checken. Ich habe sogar meine ausgetrocknete Muschi ignoriert und mir eine Jeans angezogen. Das ist ein echtes Opfer, aber irgendjemand muss es machen und ich werde es für euch tun.

Die Tage sind zu meiner Leidenschaft geworden. Die Tatsache, dass wir Mädchen unter fünfzehn zu wenig darüber wissen, macht mich nämlich müde, wütend und schlecht gelaunt. Ich habe Megabock, in meinem Bett zu liegen und mir Youtube-Videos

” *Warum haben wir nur Scham und Stigma vermittelt bekommen und mussten unsere Tage auf eigene Faust entdecken und selbst eine Lösung dafür finden?*

viele von uns von Angstgefühlen, Wut und Traurigkeit überwältigt werden, ohne die Gründe dafür benennen zu können. Wer hat entschieden, dass darüber nicht geredet wird?

Warum haben wir nur Scham und Stigma vermittelt bekommen und mussten unsere Tage auf eigene Faust entdecken und selbst eine Lösung für den Umgang damit finden?

anzusehen. Aber genauso Megalust habe ich auf die Tage, darum sage ich heute NO zu den Videos. Bitte sehr: Alles, was du wissen musst, findest du zwischen diesen beiden Buchdeckeln.

Alles über deine Tage.

Alles, was du über YouTube-Videos wissen musst, steht dann in meinem nächsten Buch.





DIE TAGE KRIEGEN

*Alles über mein erstes Mal,
inklusive Tipps für Neueinsteigerinnen
und alle, die bald dabei sein werden*



Nein, ich sehne mich bestimmt nicht zurück in die Zeit, als ich etwa zwölf war und sehnsüchtig darauf wartete, endlich meine Tage zu bekommen. An manchen Tagen war ich so sehr mit dem Thema beschäftigt, dass ich Beckenbodenübungen gemacht habe, um alles rauszudrücken, falls es dort irgendwo feststecken sollte. Ich war supernervös vor dem ersten Mal. Und noch nervöser war ich davor, es meiner Mutter zu erzählen. Aber die ultimative Angst machte mir der Gedanke, vielleicht nie in meinem Leben meine Tage zu bekommen.

Zwischendurch spielte ich in Gedanken durch, wie ich in einem schwarzen

” *Ich war supernervös vor dem ersten Mal. Aber die ultimative Angst machte mir der Gedanke, vielleicht nie in meinem Leben meine Tage zu bekommen.*

Trauerkleid und mit verschmierter Mascara an meinem siebzehnten Geburtstag vor der gesamten Verwandtschaft stehe und zugeben muss, dass ich meine Tage immer noch nicht habe, woraufhin meine Mutter und meine Oma (und andere Frauen in der Familie, die auch so laut kreischen können) ihre Arme um meinen Hals werfen und in ein tierisch lautes Geschrei ausbrechen. Mir war schon klar, dass man sehr jung seine Tage bekommen kann, aber auch erst als später Teenager, und dass beides und überhaupt alles ganz normal ist. Trotzdem war es irgendwie logisch, dass natürlich ich die Ausgestoßene bin. Das schwarze Schaf, das niemals seine Tage bekommt. Hatte ich schon erwähnt, dass