

**Präsentation für die 9. Sitzung des Gleichstellungsausschusses
am 4.Dezember 2017, 15:30 Uhr, Rathaus, Hodlersaal**



**Frauenberatung für Betroffene von Gewalt
und krisenhaften Lebenssituationen e.V.**

Marienstraße 61, 30171 Hannover

Telefon: 0511 - 32 32 33

Fax: 0511 - 32 39 75

Email: info@frauenberatung-hannover.de



Gründung:

-> 1985 als eine offene Beratungsstelle für Frauen jeden Alters eingerichtet.

Schwerpunkt:

-> Spezielles Angebot nach Gewalterfahrung oder in krisenhaften Lebenssituationen

> Auf Wunsch bieten wir auch den Bezugspersonen der Klientinnen Unterstützung und Hilfe an.



Das Angebot

- Anonyme Telefonberatung
- Krisenintervention
- Psychologische Einzelberatung
- Traumaberatung und -therapie
- Paar- und Familienberatung und -therapie
- Rechtsberatung
- Themenzentrierte Gruppenangebote
- Offene Sprechstunde
- Beratung bei Gewalt am Arbeitsplatz
- Informationsveranstaltungen zum Thema: „Gewalt gegen Frauen“





Krisenintervention

Mit unserem Angebot bieten wir unseren Klientinnen die Möglichkeit der Reflexion ihrer aktuellen krisenhaften Lebenssituation.

Wir unterstützen unsere Klientinnen, sich emotional wieder zu stabilisieren und geben ihnen Gelegenheit, gemeinsam mit uns Lösungen für mehr Schutz und mehr Zeit für sich zu finden.

Wir geben einen Überblick über verschiedene Hilfsangebote, die sie sowohl bei uns als auch bei anderen Einrichtungen erhalten.

Einzelberatung

In der psychologischen Einzelberatung stehen wir unseren Klientinnen mit den Methoden der Gesprächs-, Sexual- und systemischen Familienberatung zur Verfügung. Wir bieten ihnen die Möglichkeit, vielfältige Problematiken, die sich aus ihrer Vergangenheit oder ihren aktuellen Lebenszusammenhängen ergeben, zu besprechen.

Schwerpunktmäßig konzentrieren wir uns hier auf die **Symptome von Depressionen und Ängsten** sowie auf der Beratung bei **Selbstwertproblemen, psychosomatischen Beschwerden, Beziehungsproblemen, Sinnfragen** und vielem anderen mehr.



Traumaberatung und Traumatherapie

Traumata werden durch erlebtes schlimmes Leid und existentiell bedrohliche Situationen ausgelöst.

Verschiedene Formen von Gewalt, wie unter anderem sexuelle Gewalt, Kriegserlebnisse oder Freiheitsentzug, Unfälle oder Überfälle können intensive Angst, extreme Gefühle von Hilflosigkeit und völligen Kontrollverlust auslösen. Diese Erfahrungen können zu psychischen Symptomen führen, die oft erst Wochen oder viele Monate später auftreten. Es handelt sich dann um eine posttraumatische Belastungsstörung.

Folgen können sein: überängstliches oder zwanghaftes Verhalten, stärkerer Alkoholkonsum, Schmerzen unbekannter Ursache.

Symptome wie: sich zurückziehen, Schlafstörungen, Alpträume, Panik, Depressionen oder Dissoziationen sind normale Reaktionen auf „unnormale“ dramatische Lebensereignisse, die im Gehirn nicht verarbeitet werden können.

Qualifizierte und systematische Traumaberatung und Traumatherapie stabilisieren und regen den Verarbeitungsprozess an.



Paar- und Familienberatung / -therapie



Auf Wunsch bieten wir unseren Klientinnen gerne auch Paar- und Familienberatung an.

Eine unserer Beraterinnen verfügt über eine Ausbildung in systemischer Familientherapie und langjährige Erfahrung in dieser Beratungsform.





Rechtsberatung

Wir bieten einmal wöchentlich durch eine erfahrene Rechtsanwältin, die ihren Kanzleisitz in Hannover hat, eine 30-minütige Rechtsberatung in unseren Räumen an.

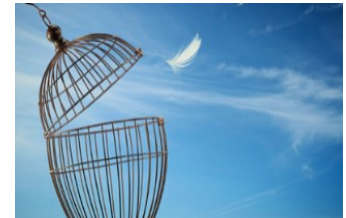
Die Rechtsanwältin steht insbesondere für Rechtsfragen aus dem Bereich Familienrecht, Sozialrecht und Opferschutz für Frauen zur Verfügung. Die Beratungsgebühr beträgt einmalig 25 Euro.

Gruppenangebote

Wir bieten themenzentrierte Gruppenangebote mit dem Ziel, neue Energie und Lösungsideen zu vermitteln. Diese Angebote richten sich speziell an Frauen.

Ich lass mir Flügel wachsen – Wege aus der Co-Abhängigkeit

Ziele: Eigene Wünsche und Ziele entwickeln, Kreativität und Lebensgestaltung entfalten; mit kleinen Schritte auf den Weg in eine selbstbestimmte und selbständige Zukunft gehen.



Ich bleibe auf meinem Weg - Kliniknachsorge für traumatisierte Frauen

Frauen nach einem erfolgreichem Klinikaufenthalt werden dabei unterstützt, neue Kräfte zu sammeln, Ressourcen wieder zu sehen und neu Gewonnenes im Alltag umzusetzen.

Kunsttherapiegruppe für Frauen

„Kunst ist die Vermittlerin des Unausprechlichen.“
Johann Wolfgang von Goethe



Zendoodle & PMR - Gruppenangebot für Frauen

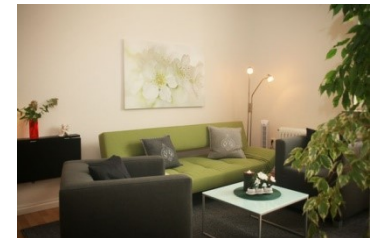
Kreative Auszeit & Entspannung



Offene Sprechstunde

Wir bieten unseren Klientinnen jeden Dienstag von 9:00 – 10:00 Uhr eine offene Sprechstunde an.

Hier haben sie ohne Voranmeldung die Möglichkeit zu einem kostenlosen und persönlichen Erstgespräch.



Beratung bei Gewalt am Arbeitsplatz

Unfälle, Überfälle oder sexualisierte Gewalt, die unseren Klientinnen direkt am Arbeitsplatz oder auf dem Weg zwischen Wohnung und Arbeit zugestoßen sind, können wir mit ihnen besprechen und gemeinsam nach einem für sie geeigneten Weg suchen, die Erlebnisse zu verarbeiten.

Wir arbeiten mit den Berufsgenossenschaften zusammen.
Diese übernehmen in der Regel die Kosten.



Ausbildung der 4 Beraterinnen / Therapeutinnen

Grundqualifikationen:

Diplom-Pädagogin
Diplom-Psychologin
Heilpraktikerin für Psychotherapie
Master of Arts
Bachelor of Arts

Zusatzqualifikationen:

Gesprächstherapie
Sexualtherapie
Traumatherapie
Kunsttherapie
Psychodrama
NLP
Tiefenentspannung
Systemische Familientherapie
Paartherapie
Bioenergetik

Statistikzahlen aus dem Jahr 2016

Gesamtwochenstundenzahl aller Beraterinnen: 86,5 Std./Wo.

Anzahl der Telefonberatungen: 1028

Anzahl der persönlich beratenen Frauen und Mädchen: 154 mit 987 Std.

Aufteilung nach Alter:	18-21 Jahre	3
	22-30 Jahre	27
	31-40 Jahre	33
	41-50 Jahre	54
	ab 51 Jahre	37

Anzahl der Frauen mit Migrationshintergrund: 26



WIR BEDANKEN UNS FÜR DIE FÖRDERUNG UND UNTERSTÜTZUNG BEI:

