

Jahresbericht 2020



Frauen*
beraten
Frauen*

Jahresbericht 2020

der Beratungsstellen des
Vereins Frauen* beraten Frauen*

Impressum: Frauen* beraten Frauen*
Redaktion: Katja Russo, Bettina Zehetner, Julia Schaffner

Inhaltsverzeichnis

<i>Gesellschaftliche Verortung von Frauen* beraten Frauen*</i>	5
a) Gewalt gegen Frauen	5
b) Migration und Flucht	7
c) Frauengesundheit	7
d) Eigenständige Existenzsicherung	8
e) LSBTTIQ*	9
<i>Verein Frauen* beraten Frauen*</i>	11
<i>Zweck, Aufgaben des Vereins</i>	12
a) Zielgruppe	12
b) Erreichbarkeit	13
c) Themen der Beratung	13
<i>Unsere Prinzipien frauenspezifischer Beratung</i>	15
a) Unsere frauenspezifische Grundhaltung	16
<i>Zugang zur Frauenberatung</i>	17
<i>Beratungsangebote</i>	20
a) Die telefonische Beratung	20
b) E-mail Beratung	23
c) Webbasierte Beratung	24
Frauenspezifische webbasierte Beratung	24
„frauenberatenfrauen-ONLINE“ im Kontext der Beratungsstelle	25
d) Persönliche Beratungen / Erstgespräche / Kontakte	28
Juristische Beratung	30
Problemverteilung der Erstberatungen	30
Statistik der Erstberatungen 2020	32
Gruppen und Workshops	35
e) Frauenspezifische Psychotherapie	39
Einzelpsychotherapie	40
Gruppenpsychotherapie und Selbsterfahrung	41
<i>Unsere Mitarbeiterinnen</i>	43
a) Angestellte	43
b) Praktikantinnen	44
c) Honorarkräfte und freie Mitarbeiterinnen	44
d) Psychotherapeutinnen in Ausbildung unter Supervision	44
<i>Referentinentätigkeit der Mitarbeiterinnen</i>	44
<i>Öffentlichkeitsarbeit</i>	45

a) Eigene Veranstaltungen.....	45
BUCHPRÄSENTATION 40 JAHRE FRAUEN* BERATEN FRAUEN*	45
b) Publikationen.....	46
c) Artikel.....	46
d) Neue Rezensionen	48
e) Medienkontakte und Expertinneninterviews.....	48
c) Frauen* beraten Frauen* als Ausbildungseinrichtung	51
Rückschau 2020	52
Ausblick	54
Anhang: FEEDBACK für frauenberatenfrauenONLINE 2020.....	55

Abbildungsverzeichnis

Abb. 1: Zugang zu Frauen* beraten Frauen*	17
Abb. 2: Webstatistik 2020	18
Abb. 3: Webstatistik 2020 grafisch	19
Abb. 4: Übersicht Telefonberatung im Journdienst	22
Abb. 5: E-Mail-Beratungskontakte 2020 (ohne Onlineberatung)	23
Abb. 6: Onlineberatungen in Beranet 2020	27
Abb. 7: Themenverteilung bei persönlichen Beratungen.....	31
Abb. 8: Alter	32
Abb. 9: Familienstand.....	33
Abb. 10: Anzahl der Kinder.....	33
Abb. 11: Ausbildung.....	34
Abb. 12: Erwerbsstatus	34

Gesellschaftliche Verortung von Frauen* beraten Frauen*

a) Gewalt gegen Frauen

In Österreich hat bereits jede fünfte Frau (das heißt 20 Prozent der Frauen) seit ihrem 15. Lebensjahr körperliche und/oder sexuelle Gewalt erfahren. Jede dritte Frau erlebte seit ihrem 15. Lebensjahr sexuelle Belästigung¹. Auch die österreichische Kriminalstatistik zeigt ein verheerendes Bild. So wurden im Jahr 2019 948 Fälle von Vergewaltigung zur Anzeige gebracht. Das ist eine Steigerung zum Vorjahr um 1,3 Prozent. In 91 Prozent der Fälle gab es ein Bekanntschaftsverhältnis zum Tatverdächtigen.²

Im Jahr 2018 wurden 41 Morde an Frauen verübt, 2019 gab es 39 Mordopfer³ Im Jahr 2015 verglich Eurostat die Mord-Zahlen EU weit. Österreich hält bei den Frauenmorden einen traurigen Rekord. Im europäischen Vergleich wurden in den einzelnen Mitgliedsstaaten aufgerechnet mehr Männer als Frauen getötet, in Österreich verhielt es sich genau umgekehrt.⁴

Die Studie zu Gewalt im Netz gegen Frauen und Mädchen in Österreich belegt die Zunahme und Verbreitung von verschiedenen Formen von Gewalt im Netz. Die Gewalt reicht auf sozialen Medien von Beschimpfungen über Verbreitung schlimmer Gerüchte bis hin zu gefährlicher Drohung, Erpressung oder Identitätsraub. Frauen sind im Netz überproportional von sexueller Belästigung betroffen.⁵

Seit Bestehen des Vereins Frauen* beraten Frauen* (1980) ist das Thema Gewalt gegen Frauen einer der Schwerpunkte in der Beratungsarbeit. Die feministische Gesellschaftsanalyse identifiziert Gewalt gegen Frauen als Symptom einer männerorientierten Gesellschaft, die Diskriminierungen, Entwertungen und Einschränkungen von Frauen akzeptiert und toleriert. Wir beobachten seit vielen Jahren eine zunehmende Thematisierung von Gewalt, verstärkt benennen Frauen

¹ FRA-Studie (2014): Gewalt gegen Frauen. Eine EU-weite Erhebung.

² Polizeiliche Kriminalstatistik (2019): S. 33

³ ebd

⁴ *Vereinigung Kriminaldienst Österreich (5/2018): S. 15*

⁵ Forschungszentrum Menschenrechte der Universität Wien; WEISSER RING (2018)

auch ihre Gewalterfahrungen in sozialen Medien. Diese psychische Gewalt reicht von Kontrollen durch den Ex-Partner über Einschüchterungen bis hin zu Stalking oder Cybermobbing.

„Solange ein Machtungleichgewicht das Verhältnis von Männern und Frauen kennzeichnet, ist (sexuelle) Gewalt eine Folge davon und gleichzeitig ein Faktor, der dieses Ungleichgewicht aufrechterhält“ (Godenzi, 1989)⁶.

Die gesellschaftlichen Entwicklungen der letzten Jahre haben in vielen Bereichen Verbesserungen gebracht:

Die engagierte Thematisierung von Gewalt gegen Frauen in der Öffentlichkeit hat zu einer zunehmenden Enttabuisierung des Themas geführt. Das Schweigen zu brechen, die Scham zu überwinden sind die Voraussetzungen für die individuelle Bewältigung von Gewaltsituationen und Gewalterfahrungen.

Die rechtlichen Grundlagen sind so verändert worden, dass betroffene Frauen die Chance haben sich gegen Gewalt zur Wehr zu setzen.

Im psychosozialen Bereich haben sich Kompetenzzentren, wie auch Frauen* beraten Frauen*, gebildet, die Frauen Schutz, Information, Beratung, Psychotherapie und Unterstützung bieten. Dennoch sind viele Gewaltunterstützenden Faktoren in unserer Gesellschaft nach wie vor aktuell.

In den Alltagsmeinungen vieler Menschen sind immer noch Schuldzuweisungen an Gewaltopfer zu finden, z.B.: Männer werden gewalttätig, wenn Frauen provozieren. Sie schlagen zu, wenn sie sich hilflos fühlen. Vergewaltigung und Missbrauch werden immer wieder mit sexuell aufreizender Bekleidung oder verführerischem Verhalten von Frauen und Mädchen in Verbindung gebracht. Männliche Gewalt wird mit angeblich biologischen Argumenten verharmlost oder gerechtfertigt.

Die tradierte Rollenverteilung in Familien, die Verteilung von bezahlter und unbezahlter Arbeit, kann Gewaltbeziehungen unterstützen. Frauen, die in materieller Abhängigkeit vom (miss)handelnden (Ehe)Partner stehen, Frauen ohne eigenes Einkommen, ohne eigene Pension, ohne finanzielle Ressourcen für Rechtsmittel,

⁶ Godenzi, Alberto (1989): Bieder, brutal. Frauen und Männer sprechen über sexuelle Gewalt.

sehen wenig Möglichkeiten, sich Recht zu verschaffen oder nach einer ev. Trennung/Scheidung ökonomisch weiter existieren zu können.

b) Migration und Flucht

Besonders Migrantinnen sind verstärkt sozialökonomischen Belastungsfaktoren ausgesetzt. Bei eingeschränkter sprachlicher Ausdrucksmöglichkeit, einem geringen und sehr eingegengten sozialen Netz, bei oftmals geringen finanziellen Mitteln, sehen viele Betroffene kaum Handlungsoptionen ihre Lebenssituation zu verändern. Unsicherheiten und Ängste im Umgang mit Polizei, mit Gerichten und anderen Institutionen führen dazu, dass Migrantinnen lange in Gewaltsituationen ausharren. Aufgrund von aufenthaltsrechtlichen Abhängigkeiten vom Partner sehen sich viele Frauen in einer Zwangslage. Die Angst vor Verlust des Aufenthaltsrechtes und den daraus folgenden Sorge- und Existenzproblemen für sich und ihre Kinder, lässt viele Migrantinnen in menschenunwürdigen Situationen ausharren. Ein großer Teil der Frauen, die sich an unsere Beratungsstellen wenden, haben Migrationshintergrund. Die Probleme, die sie beschreiben stehen häufig in direktem Zusammenhang mit dieser Tatsache. Zu uns kommen junge Frauen, die sich aus einerseits sicherheitgebenden aber auch sehr einengenden und unterdrückenden Familienverbänden emanzipieren wollen und Angst vor Gewalt oder Ausschluss durch ihre Community haben; Frauen die auf der Flucht, davor oder danach Gewalt erfahren haben und an posttraumatischen Symptomen leiden; Frauen die nicht ihrer Qualifikation entsprechend arbeiten können – diskriminierend entlohnt werden und gegen Armut und soziale Ausgrenzung kämpfen; uvm.

c) Frauengesundheit

Egal ob psychische oder physische Gewalt, die negativen Auswirkungen auf die Gesundheit und das Wohlbefinden von Frauen sind hinreichend belegt.⁷ Generell sind genderspezifische Aspekte der Gesundheitsförderung, Prävention und Versorgung wichtige Themen für Frauen. Viele Krankheiten äußern sich bei Frauen und Männern auf physischer und psychischer Ebene in unterschiedlicher Art und Weise.⁸ Die

⁷ Gloor, D.; Meier, H. (2004): Frauen, Gesundheit und Gewalt im sozialen Nahraum. Repräsentativbefragung bei Patientinnen der Maternité Inselhof Triemli, Klinik für Geburtshilfe und Gynäkologie. Hg. von Büro für die Gleichstellung von Frau und Mann der Stadt Zürich. Zürich.

⁸ BMGF (2017): Aktionsplan Frauengesundheit. 40 Maßnahmen für die Gesundheit von Frauen in Österreich.

weibliche Sozialisation und die weibliche Lebenswelt begünstigt unter anderem das Entstehen spezifischer Symptomcluster. Das feministische Gesundheits- und Krankheitsverständnis zeigt den Zusammenhang zwischen diskriminierenden Gesellschaftsbedingungen und daraus entstehenden Anpassungs- und Konfliktlösungsproblemen von Frauen auf.

Der individuelle Versuch von Frauen mit Minderbewertung, Diskriminierung und Exklusion zurechtzukommen bedingt Verhaltensweisen und Befindlichkeiten, die häufig mit angeblich objektiven Krankheits- und Persönlichkeitsdiagnosen entwertet werden. Daher ist es wichtig durch frauenspezifische Analysen, den Zusammenhang von Symptomen wie depressivem Verhalten, psychosomatischen Reaktionen oder auch "erlernter Hilflosigkeit", die gesellschaftlichen Ursachen aufzuzeigen.

d) Eigenständige Existenzsicherung

Ein sehr großes Problem stellt die wirtschaftliche Ungleichheit zwischen Frauen und Männern dar. Speziell betroffen davon sind älteren Frauen, Alleinerzieherinnen und Migrantinnen. Die Initiative der Business and Professional Women (BPW) berechnet jährlich den Equal Pay Day und damit die Einkommensunterschiede zwischen Männern und Frauen. Demnach verdienen Frauen derzeit um 14,3 Prozent weniger als Männer⁹. Frauen arbeiten generell in schlechter bezahlten Branchen. Sie verrichten nach wie vor den größten Teil innerhalb der Familienarbeit, Kinderbetreuung und Pflegearbeit. Sie haben längere Unterbrechungen ihrer Berufstätigkeit bzw. arbeiten vielfach in Teilzeitanstellungen, um die unentgeltliche Betreuungsarbeit leisten zu können. Die Folge ist unter anderem eine starke Betroffenheit in Bezug auf Altersarmut.

Besonders deutlich wird die ökonomische Ungleichheit zwischen Frauen und Männern bei einer Trennung oder Scheidung.

Im Jahr 2019 lag die Gesamtscheidungsrate in Österreich bei 40,7 Prozent¹⁰. Die finanzielle Absicherung von Frauen und ihren Kindern mit Betreuungspflichten gelingt sehr oft nicht. Alleinerziehende sind in hohem Maße armutsgefährdet oder in Armut lebend. Besonders in Trennungssituationen, die durch Partnergewalt gekennzeichnet

⁹ BPW (2020): <https://equal-pay-day.at/epd-2021-in-oesterreich/>

¹⁰ Statistik Austria: file:///C:/Users/Julia_S/AppData/Local/Temp/ergebnisse_im_ueberblick_ehescheidungen.pdf

sind, flüchten viele Frauen in eine „einvernehmliche Scheidung“, verzichten auf Unterhalt und nicht selten auch auf die Vermögensaufteilung, um der Bedrohung zu entgehen. Für viele Frauen ist es auch gar nicht möglich einen Rechtsbeistand zu finanzieren. Ohne fachliche Unterstützung sehen sie keine Möglichkeit ihre Rechte vor Gericht geltend zu machen.

e) LSBTTIQ*

Im Zuge einer 2014 durchgeführten Studie der FRA wurden 93.079 Lesben, Schwule, Bisexuelle und Transgender-Personen über ihre Erlebnisse in Bezug auf Diskriminierung befragt. In Österreich gaben 48 Prozent der TeilnehmerInnen an, dass sie sich in dem Jahr vor der Erhebung aufgrund ihrer sexuellen Ausrichtung diskriminiert fühlten. Innerhalb der Europäischen Union wurden mittlerweile ein Viertel der Befragten Opfer von Gewaltandrohungen oder Angriffen¹¹. Auch die bisherige Gesetzeslage innerhalb der EU Staaten bezüglich Grundrechten von LSBTTIQ*s, weist diskriminierende Tendenzen auf. Damit sind LSBTTIQ*s vielfältigen Belastungen ausgesetzt. Viele haben Angst vor Ausgrenzung und Ungleichbehandlung, stehen unter dem Druck ihre Identität verheimlichen zu müssen, sind mit homosexuellenfeindlichen Erlebnissen konfrontiert und leiden auch sehr oft unter der Belastung Freunde oder Familie zu verlieren.

Komplementarität und Bezug zu unserer Beratungsstelle

Die oben angeführten Problemlagen bilden einen großen Teil der Problemsituationen ab, mit denen sich Frauen* an unsere Beratungsstellen wenden. Das Besondere an Frauen* beraten Frauen* ist nicht nur ein umfassender und ganzheitlicher Ansatz bezüglich unserer Themenvielfalt, auch die Offenheit für alle Themenbereiche des weiblichen Lebenszusammenhangs sowie eine thematisch uneingeschränkte Zugänglichkeit zu Beratungsangeboten ist uns ein essentielles Anliegen. Schon als Gründungsgedanke von Frauen* beraten Frauen* wurde die Notwendigkeit von frauenspezifischer Beratung und Therapie definiert, da in den allermeisten Problemsituationen eine angeblich „objektive“ Sichtweise der Lebensrealität von Frauen nicht gerecht wird.

¹¹ FRA-Studie (2014): LGBT – Erhebung in der EU.

Die langjährige Beschäftigung mit weiblichen Lebenswelten, hat uns zu inhaltlichen und beraterischen Expertinnen für weibliche Problemzusammenhänge gemacht. Darüber hinaus sind die ganzheitlichen beratungsübergreifenden Angebote (psychosoziale, rechtliche, gesundheitliche Beratung) von wesentlicher Wichtigkeit und auch die österreichweite frauenspezifische Onlineberatung ist einzigartig. Aus den vielen Anfragen unserer Klientinnen zeigt sich ein hoher Bedarf nach Beratung, aus dem wir untenstehende Angebote ableiten.

Verein Frauen* beraten Frauen*

Der Verein „Frauen* beraten Frauen*“ wurde 1980 als erste Wiener Frauenberatungsstelle gegründet und betreibt zwei frauenspezifische, psychosoziale Beratungsstellen. Wir verstehen uns als Informations- und Beratungszentren für Frauen mit Problemen aus allen Themenbereichen des weiblichen Lebenszusammenhanges. Das bedeutet, Frauen können sich mit allen Anfragen und Problemen an uns wenden. Die offene Haltung in Bezug auf alle Themenbereiche des weiblichen Lebens ermöglicht das Erkennen von Zusammenhängen und Wechselwirkungen zwischen materiellen Bedingungen, beruflichen Möglichkeiten, sozialen Ressourcen und Kompetenzen sowie der körperlichen und psychischen Befindlichkeit von Frauen.

Wir bieten Beratung, Psychotherapie und bei Bedarf gezielte Weitervermittlung an spezialisierte Einrichtungen an. Unser Team besteht aus Beraterinnen verschiedener Grundberufe: Sozialarbeiterinnen, Psychologinnen, Pädagoginnen, Sozialwissenschaftlerinnen, Ärztin, Juristin mit unterschiedlichen therapeutischen und beraterischen Zusatzausbildungen: Personenzentrierte Gesprächstherapie, Psychodrama, Psychoanalyse bzw. psychoanalytisch orientierte Therapie, Online-Beratung, frauenzentrierte Laufbahnberatung, integrative Supervision, Coaching und Mediation.

Der Vorstand des Vereins besteht aus:

Katja Russo, DSA, MAS, Sozialarbeiterin, Supervisorin, Mediatorin, Psychotherapeutin i.A.u.S., Projektmanagerin

DSPⁱⁿ Barbara Schrammel MSc, Sozialpädagogin, Psychotherapeutin

Mag.^a Dr.ⁱⁿ Bettina Zehetner, Philosophin und psychosoziale Beraterin

Die Aufgabenschwerpunkte des Vorstandes liegen in der inhaltlichen Weiterentwicklung des Informations- und Beratungsangebotes, der Qualitätssicherung sowie in dem Bemühen um Finanzierung der Beratungsangebote für Frauen. Die Vorstandsfrauen sind angestellte Mitarbeiterinnen des Vereins und beratend tätig.

Zweck, Aufgaben des Vereins

Aufgabe des Vereins sind Beratung, Bildung und Öffentlichkeitsarbeit im Sinne des frauenfördernden Ansatzes

Das Ziel frauenorientierter Beratung besteht darin, die individuelle Gestaltungskompetenz der Frau in ihren eigenen Lebenszusammenhängen zu erweitern, um selbstbestimmt und selbstverantwortlich zu handeln.

Wir beachten in unserer Arbeit die Zusammenhänge und Wechselwirkungen von materiellen, sozialen, körperlichen und psychischen Bedingungen. Wir bestärken Frauen in ihren eigenen Ressourcen und begleiten sie in ihrem Prozess, neue Perspektiven und Veränderungsmöglichkeiten zu entwickeln.

Gemeinsam ist uns eine frauenspezifische Grundhaltung: Wir sehen die Probleme der Frauen, die zu uns kommen, vor dem gesellschaftlichen Hintergrund einer strukturellen Benachteiligung und einer fragwürdigen „Normalität“ von Frauen. Das feministische Gesundheits- und Krankheitsverständnis untersucht die angeblich „typisch weiblichen“ Anpassungs- bzw. Konfliktlösungsmuster von Frauen wie depressive oder psychosomatische Reaktionen auf ihre verursachenden und der Gesellschaft dienlichen Bedingungen. Daraus ergibt sich die politische Relevanz von frauenspezifischer Beratung und Psychotherapie: Das Erkennen gesellschaftlicher Bedingungen trägt zum Entkommen aus Vereinzelung und persönlicher Schuldzuschreibung bei und bildet die Basis für die Veränderung von Denk- und Handlungsweisen.

a) Zielgruppe

Frauen* aller Altersgruppen und jeder Herkunft können sich an uns wenden. Die Beratungen werden auf Deutsch, Englisch und Französisch angeboten.

Entsprechend unserer Prinzipien Ganzheitlichkeit und Multiperspektivität bieten wir auch Beratung für Frauen mit Migrationshintergrund und LBTTIQ*-Personen an. Fragestellungen und Anliegen zum Thema Migration kommen beispielsweise in der Beratung bei Beziehungskonflikten, Trennung und Scheidung häufig vor, sowohl in

rechtlicher als auch in psychosozialer Hinsicht; ebenso stehen wir für Fragen und Probleme die geschlechtliche Identität und die sexuelle Orientierung betreffend, für Klärung und Unterstützung zur Verfügung.

b) Erreichbarkeit

Telefonisch

Mo. 9.30 - 12.30 Uhr
Di. 13.00 - 16.00 Uhr
Mi. 9.30 - 12.30 Uhr
Do. 13.00 - 16.00 Uhr

Online

Die Onlineberatung ist rund um die Uhr unter www.frauenberatenfrauen.at erreichbar. Über das webbasierte System Beranet ist es Frauen möglich mit uns in Kontakt zu treten. Erstanfragen werden werktags, Montag bis Freitag binnen 48 Stunden beantwortet.

Persönliche Beratungsgespräche

Persönliche Beratungsgespräche finden nach Vereinbarung während der Rahmenzeiten Montag bis Freitag 8 bis 20 Uhr in den beiden Beratungsstellen 1060, Lehargasse 9/2/17 sowie 1010, Seitenstettengasse 5/7 statt.

c) Themen der Beratung

Soziales

Einsamkeit, Kontaktprobleme, Isolation, Probleme von Alleinerzieherinnen, Armut und Existenzsicherung, Behinderung,

Beziehung

Partnerschaft, Konflikte, Trennung, Scheidung, Ehe- und Familienrecht, gleichgeschlechtliche queere & trans*idente Lebensweisen, Co-Abhängigkeit, Beziehungen zu Eltern / Verwandten / anderen Personen

Kinder

Elternberatung bei Trennung & Scheidung, Erziehungsberatung, Konflikte mit Kindern, Ablösung, Gewalt gegen oder von Kindern, Kinderwunsch, Schwangerschaftskonflikt, Sorge- und Kontaktregelung

Gesundheit

Psychosomatische Beschwerden, Angst, Panik, Erschöpfung, Depression, Sexualität, Gesundheitsförderung, Stressbewältigung

Gewalt

Körperliche, seelische & sexualisierte Gewalt, Übergriffe, Stalking, Mobbing, traumatische Erfahrungen, sexuelle Belästigung am Arbeitsplatz

Arbeit

Berufliche Orientierung, Wiedereinstieg, Konflikte am Arbeitsplatz, Belastungen durch Arbeit oder Arbeitslosigkeit, Vereinbarkeit von Erwerbsarbeit und Familie, Laufbahnberatung,

Persönliche Entwicklung

Eigenständige Existenzgründung, Lebensplanung, Rollenkonflikte, Wechseljahre, Älter-Werden, Selbstwertprobleme, Psychotherapiewunsch, Veränderungskrisen, Entscheidungssituationen

Flucht und Migration

Soziale, gesundheitliche und materielle Existenzsicherung, weibliche Identität und Lebensplanung im Spannungsfeld von kulturellen Definitionen, Trauma- und Fluchterfahrungen

Unsere Prinzipien frauenspezifischer Beratung

FRAUEN* BERATEN FRAUEN*

Der Frauenraum bietet einen geschützten Rahmen zur Aufarbeitung von entmutigenden, verletzenden oder kränkenden Erfahrungen wie z.B. erlebter Gewalt, und schafft unterstützende Frauen-Netzwerke durch Bezogenheit aufeinander. Unserer antihierarchischen Beratungshaltung entsprechend ist die Klientin selbst die Spezialistin für ihre Situation, es geht um die Förderung ihrer Autonomie.

GANZHEITLICHKEIT

Wir nehmen die einzelne Frau in ihrer psychischen, physischen und sozialen Dimension wahr und berücksichtigen neben der individuellen Lebensgeschichte auch die gesellschaftliche Situation und geschlechtsspezifische Sozialisation. Wir definieren Frauen nicht über ihre Funktionen als Mutter, Ehefrau, Arbeitnehmerin etc., sondern sehen sie in ihrem gesamten weiblichen Lebenszusammenhang.

MULTIPERSPEKTIVITÄT

Unsere interdisziplinäre Zusammenarbeit im psychosozialen, rechtlichen und gesundheitlichen Bereich bietet ein breites Spektrum an Informations- und Unterstützungsmöglichkeiten für Frauen.

FRAUENZENTRIERTHEIT, DIFFERENZIERTE PARTEILICHKEIT

Die Beraterin steht auf der Seite der Klientin, unterstützt sie beim Erkennen und Durchsetzen ihrer Bedürfnisse und bezieht die gesellschaftlich bedingte Diskriminierung von Frauen aufgrund ihres Geschlechts mit ein.

ANONYMITÄT, VERTRAULICHKEIT, FREIWILLIGKEIT

Für die Beratung ist keine Angabe von persönlichen Daten erforderlich. Wir geben keine Informationen weiter außer auf Wunsch der Klientin. Die Frauen kommen freiwillig zur Beratung. Unser Ziel ist es: Frauen, in dem was sie wollen zu unterstützen.

EMPOWERMENT - AUTONOMIE - SELBSTBESTIMMUNG

Wir bieten Hilfe zur Selbsthilfe und wollen Frauen in ihrer eigenständigen Erkenntnis- und Handlungsfähigkeit bestärken.

Die Beratung soll Unterstützung bieten bei

- der Wahrnehmung eigener Stärken und Fähigkeiten
- der Entwicklung größerer Entscheidungs- und Gestaltungsfreiheit
- der Erweiterung eigener Ressourcen
- der Verwirklichung des eigenen Potentials

a) Unsere frauenspezifische Grundhaltung

Die frauenspezifische Perspektive reflektiert die Verbindung von Handlungsweisen, Motivationen, Problemen und Konflikten von Frauen mit den gesellschaftlich etablierten und erwarteten Geschlechtsrollen und den nach wie vor bestehenden Einschränkungen und Benachteiligungen. Das feministische Gesundheits- und Krankheitsverständnis zeigt den Zusammenhang zwischen diskriminierenden Bedingungen sowie den dadurch entstehenden Konflikten und Anpassungsproblemen von Frauen auf. Der Versuch von Frauen, mit Unterdrückung und Exklusion zurechtzukommen bewirkt individuelle Problematiken, die häufig nicht auf ihre gesellschaftlichen Ursachen zurückgeführt, sondern mit angeblich objektiven Krankheits- und Persönlichkeitsdiagnosen etikettiert werden und damit stigmatisierend wirken können.

Die frauenspezifische Haltung in der Beratung ermöglicht die Analyse von Symptomen als Problemlösungsversuche im Spannungsfeld von geschlechtsspezifisch erwarteten und individuell erlerntem Verhalten. Frauenspezifische Beratung ist persönlich wirksam und schließt das Soziale und Politische des Frauseins mit ein. Reflexion, Erkenntnis und Selbst-Bewusstsein bilden die Basis für die Veränderung von Denk- und Handlungsweisen.

Zugang zur Frauenberatung

Nicht nur die Corona Krise ließ unsere Erstberatungszahlen ansteigen, in den letzten Jahren konnten wir immer wieder eine Zunahme der Erstgespräche verzeichnen. Auch im Jahr 2020 führt sich dieser Trend weiter. So stieg heuer die Anzahl der Erstgespräche auf 1.211 (vgl. dazu 2017: 1.011, 2018: 1.068, 2019: 1.126), was eine Steigerung, im Vergleich zum Vorjahr, von 7,5 Prozent ergibt.

Anders als in den letzten Jahren fanden heuer viele den Weg in unsere Beratungsstelle durch unsere Öffentlichkeitsarbeit (Programme, Folder, Aussendungen, Homepage). Am zweithäufigsten wurden neue Ratsuchende durch Empfehlungen von Freundinnen, Bekannten oder (ehemaligen) Klientinnen auf uns aufmerksam. Darüber hinaus wendet sich eine Vielzahl von Frauen, die schon mal bei uns waren, erneut an uns. Weitere Frauen erreichen uns über psychosoziale Einrichtungen wie Hotlines, Jugendämter, andere (Frauen-) Beratungsstellen, Kriseninterventionszentren, Kliniken und Ambulanzen, ÄrztInnen etc. Wir sehen diese Zusammenarbeit als einen wesentlichen Teil der psychosozialen Versorgung für Frauen in Wien.

Abb. 1: Zugang zu Frauen* beraten Frauen*

Information durch soziales Umfeld	238
Information durch Öffentlichkeitsarbeit/ HP	321
War bereits zu einem früheren Zeitpunkt in der FB	102
Information durch andere Institutionen	135
Onlineberatung	69
FB war bekannt/ selbständige Recherche	95
Zuweisung durch AMS	5
keine Angabe	246
	<hr/>
	1.211
	<hr/>

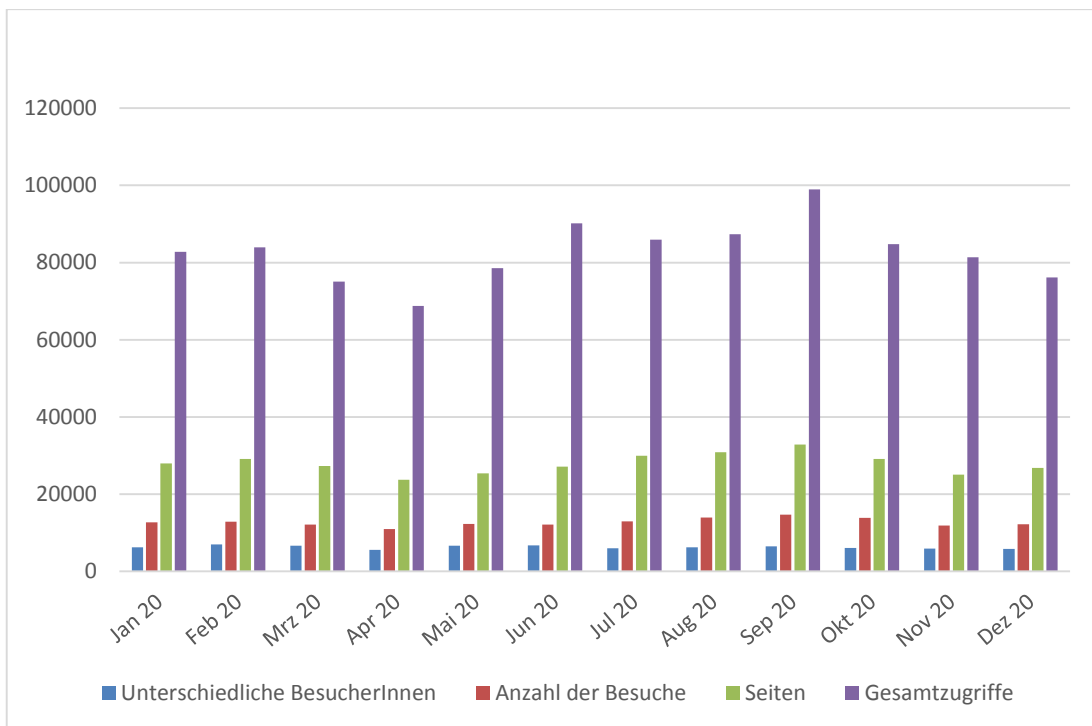
a) Zugang zur Frauenberatung über die Homepage

Viele Frauen sind sehr engagiert bei der Suche nach Vorinformation über passende Hilfsangebote. Wir bemühen uns unsere Website und die (Online-) Beratungsangebote klar, userinnenfreundlich und informativ zu gestalten und bekommen oft die Rückmeldung, dass wir schnell aufgefunden werden konnten und wichtige Inhalte über unsere Medien erhalten wurden.

Abb. 2: Webstatistik 2020

Monat	Unterschiedliche BesucherInnen	Anzahl der Besuche	Seiten	Gesamtzugriffe
Jän.2020	6.288	12.738	27.942	82.821
Feb. 2020	6.985	12.913	29.125	83.975
Mär.2020	6.622	12.148	27.283	75.078
Apr.2020	5.551	10.988	23.723	68.805
Mai.2020	6.632	12.313	25.406	78.594
Jun.2020	6.716	12.126	27.112	90.152
Jul.2020	6.027	12.968	29.967	85.903
Aug.2020	6.271	13.967	30.866	87.305
Sep.2020	6.481	14.707	32.859	98.934
Okt.2020	6.097	13.888	29.138	84.781
Nov.2020	5.948	11.906	25.036	81.358
Dez.2020	5.837	12.189	26.847	76.149
Total	75.455	152.851	335.304	993.855

Abb. 3: Webstatistik 2020 grafisch



Beratungsangebote

- **Telefonberatung**
- **Onlineberatung, webbasierte Beratung**
- **Persönliche Einzelberatung / Erstgespräche**
- **Gruppen, Workshops und Veranstaltungen**
- **Frauenspezifische Psychotherapie**

a) Die telefonische Beratung

Wir bieten von Montag bis Donnerstag jeweils 3 Stunden telefonische Beratung an. Diese täglichen 3 Stunden *Journaldienst* sind sehr dicht frequentiert und werden von den AnruferInnen als wichtige Informationsquelle und Erstberatungsmöglichkeit beansprucht.

Telefonischer Journaldienst

2019 zählten wir im telefonischen Journaldienst insgesamt **2.454 Telefonkontakte mit Klientinnen**, von diesen erhielten **474** schon am Telefon eingehende **Beratung** bzw. **Krisenintervention** (davon 225 psychosoziale, 237 juristische Beratungen, 12 Kriseninterventionen).

564 Kontakte versorgten wir mit **Informationen** oder auch – bei Bedarf – mit gezielter **Weitervermittlung**, 1.415 Anrufe betrafen klientinnenbezogene Terminvereinbarungen und organisatorische Fragen.

Neben ausführlichen psychosozialen und rechtlichen Beratungsgesprächen sowie akuten Kriseninterventionen bieten wir in der telefonischen Beratung Information und gegebenenfalls Weitervermittlung an geeignete Einrichtungen und auch Terminvereinbarungen für persönliche Erstgespräche, an.

Montag bis Mittwoch liegt der Beratungsschwerpunkt auf psychosozialer Beratung. Donnerstags wird rechtliche Telefonberatung durch eine Juristin angeboten. Unsere

Dokumentation weist eine extrem hohe Auslastung auf, die den großen Bedarf sowie die intensive Nutzung der telefonischen Beratung zeigt.

Der hohe Anteil der Beratungen und der Informationsbedarf zu Partnerschafts- und familiären Problemen ist – wie auch in den Jahren davor - auffallend. Besonders nach Wochenenden, Urlauben oder Feiertagen (Weihnachten!) steigt die Zahl der Ratsuchenden zu den Themen Trennung, Scheidung und Gewalt deutlich an. Bedrohung durch Psychoterror und physische Gewalt durch den Partner besteht für Frauen besonders in Konflikt- und Trennungsphasen. Viele sind auch nach einer Trennung noch von Lebenseinschränkungen durch den Ex-Partner betroffen (Kontroll- und Einmischungsversuche, Drohungen, Stalking, Druck über Manipulation der Kinder etc.). Hier ist die Abklärung der Gefahrensituation und ev. sofortige Krisenintervention nötig. Wir informieren betroffene Frauen über Gewaltschutzmaßnahmen und -gesetze sowie über die Möglichkeit einer Aufnahme in einem Frauenhaus. Die Beraterin hilft bei der Erstellung eines Krisenplans und berät in dringenden Fragen des Ehe- und Familienrechts.

In der telefonischen Beratung erweist sich fundierte fachliche Kompetenz in psychosozialen und rechtlichen Belangen als besonders nützlich, z.B. Wegweiserecht, Anti-Stalking-Gesetz. Auch das Wissen über frauenspezifische psychosoziale Lebenszusammenhänge und Detailwissen über mögliche Hilfsinstitutionen in Wien und Umgebung sind erforderlich.

Viele Anruferinnen thematisierten, vor allem in diesem Corona Jahr, Ängste, Einsamkeit, Depressionen, Burn-Out, psychosomatische Beschwerden, Sorgerechts- und Besuchskontaktkonflikte, Erziehungsprobleme, Probleme von Alleinerzieherinnen. Aber auch Schwangerschaftskonflikte, finanzielle Notsituationen und ökonomische Abhängigkeit, Arbeits- oder Wohnungslosigkeit, Fragen zu Weiterbildung, Wiedereinstieg oder berufliches Mobbing sind immer wieder Thema.

Abb. 4: Übersicht Telefonberatung im Journaldienst

Psychosoziale Beratung	225
Juristische Beratung	237
Krisenintervention	12
Summe	474

Es erreichen uns viele Anfragen bezüglich themenspezifischer-, psychotherapeutischer- oder Selbsthilfegruppen (vor allem zu den Themen: Trennung, sexueller Missbrauch, Essstörungen, Isolation). Wir informieren zu frauenspezifischen Fortbildungsveranstaltungen und vermitteln Supervisorinnen, Mediatorinnen, Rechtsanwältinnen und Ärztinnen, die mit frauenspezifischen Anliegen vertraut sind.

Einen weiteren Schwerpunkt stellt ein geäußerter Psychotherapiewunsch von Anruferinnen dar. Da wir trotz jahrelanger intensiver Bemühungen immer noch keinen Vertrag mit der Krankenkasse haben, versuchen wir, die vielen Frauen, die Bedarf nach Psychotherapie haben und gleichzeitig über keine finanziellen Ressourcen verfügen, an kooperierende Einrichtungen und Therapeutinnen in freier Praxis mit Kassenvertrag weiterzuvermitteln.

Die Notwendigkeit, diese Klientinnen wieder weiter zu verweisen ruft verständlicherweise große Enttäuschung hervor und stellt uns vor die fast unlösbare Aufgabe, kostenlose / leistbare Therapieplätze für diese Frauen zu finden. Unser Anliegen ist weiterhin einen Vertrag mit der ÖGK zu erreichen.

Telefonberatungen außerhalb des Journaldienstes

Zusätzlich zur Telefonstatistik des Journaldienstes werden auch Anrufe, die von Beraterinnen außerhalb des Journaldienstes geführt werden, dokumentiert.

Diese beinhalten einerseits Beratungs- und Organisationstelefonate mit Frauen in Beratungsprozessen als auch Rückrufe auf Mailanfragen oder telefonischen Anfragen aus dem Journaldienst (Auskünfte, Recherche, Einholen von Informationen, etc). Die weiteren Telefonkontakte beinhalten den Austausch, die Vernetzung und die

Informationseinholung mit anderen Institutionen (Frauenhäuser, Interventionsstellen, Gerichte, Jugendämter, pädagogische Beratungsstellen, Schuldnerberatung, AMS, Spitäler, Mädchen- und MigrantInnenberatungen, Kriseninterventionszentren etc., TherapeutInnen) sowie die Öffentlichkeitsarbeit und organisatorisches.

<u>Beratungsgespräche außerhalb des Journaldienstes</u>	
2020	zählten wir außerhalb des Journaldienstes 2.046 telefonische Beratungsgespräche mit Klientinnen.

2.448 Telefonate beinhalteten beraterbezogene Informationseinholung, Vernetzung mit anderen Einrichtungen.

b) E-mail Beratung

Abb. 5: E-Mail-Beratungskontakte 2020 (ohne Onlineberatung)

Familiäre- und Partnerschaftsprobleme (inkl. Scheidung)	1.094
Gewaltbereich	535
Berufs- und Ausbildungsbereich	1.365
Soziale und wirtschaftliche Probleme	414
Probleme mit psych. Gesundheit	487
Psychotherapieanfrage	385
Sonstiges (Klientinnen betreffend)	720
Summe der E-Mail-Kontakte	5.000

Im Jahr 2020 ist die Zahl an Beratungskorrespondenz mit Klientinnen überdurchschnittlich hoch (5.000). In diesem Jahr hatten wir mehr als doppelt so viele E-Mail Anfragen zu „Gewalt“ oder zum Thema „Soziale/Wirtschaftliche Probleme“. Auch zum Thema „Familiäre- und Partnerschaftsprobleme (inkl. Scheidung) gab es um 55% mehr Anfragen als voriges Jahr. Darüber hinaus ist die Mailkorrespondenz zu fallbezogener Informationseinholung und Vernetzung mit anderen Professionen und Organisationen um fast das Doppelte, auf **7.851** angewachsen.

Tendenziell zeigt sich in den vergangenen Jahren, dass ein zunehmend wachsender Teil der Erstkontakt-Klientinnen unsere Einrichtung über Internetrecherche – also unsere Homepage - findet. Viele Frauen wenden sich auch zunächst per E-mail an

uns. Manchmal handelt es sich um kurze Informationsanfragen oder Organisatorisches. In vielen Fällen werden aber auch lange Texte mit differenzierten Fragen zur Lebenssituation der Frau an uns geschickt. Aufgrund der Datenunsicherheit von E-mails raten wir Frauen die detaillierte, umfassende oder längerfristige Beratung suchen, das sichere Beratungsportal „Beranet“ (Zugang über unsere website) zu nutzen.

c) Webbasierte Beratung

FRAUEN BERATEN FRAUEN

Schreiben wirkt...
ONLINEBERATUNG
 www.frauenberatenfrauen.at

Schreiben wirkt...
 ...BEI FOLGENDEN THEMEN:

Beziehungen, Familie, Beruf, Trennung,
 Gewalt, Gesundheit, Sexualität,
 Einsamkeit,...

www.frauenberatenfrauen.at
 PSYCHOSOZIALE UND RECHTLICHE BERATUNG **ONLINEBERATUNG**

Unsere Beratung ist *anonym und kostenlos*.
 Auf *Erstanfragen* antworten wir wochentags
 innerhalb von **48 Stunden**.
 Wir arbeiten mit einem *datensicheren System*.

BUNDESKANZLERAMT ÖSTERREICH
 BUNDEMINISTERIUM FÜR FRAUEN UND GLEICHHEITLICHEN DIENST
 bmwif
 Bundesministerium für
 Wirtschaft, Familie und Jugend
 Frauen
 Netzwerk
 Stadt Wien

Frauenspezifische webbasierte Beratung

Seit Februar 2006 bieten wir frauenspezifische webbasierte Mail- und Chat-Beratung an. Die MA 57 ermöglichte uns 2006 gemeinsam mit dem Frauenministerium den Start unserer webbasierten Beratungstätigkeit, seit 2007 fördert das Frauenministerium die österreichweite Onlineberatung. Seit 2010 schließlich wird eine zusätzliche Mitarbeiterin für die Onlineberatung finanziert, ab 2012 im Rahmen eines Dreijahresvertrags. frauenberatenfrauen-ONLINE hat sich von einem Projekt zu einer österreichweit genutzten Beratungsinstitution entwickelt.

Beratung im Medium Schrift: Schreiben wirkt

Schreiben stärkt die eigene Erkenntnis- und Handlungsfähigkeit. Schreiben kann Klarheit, Struktur, Orientierung, Distanz zum Problem und somit Entlastung bewirken. Entgegen dem verbreiteten Vorurteil, dass Online-Kontakte unpersönlich wären und wenig emotionale Tiefe hätten, stellen wir in unserer Beratungsarbeit täglich fest, wie hoch emotional der Prozess des Schreibens auf beiden Seiten ist. Die anfragenden Klientinnen bringen uns Vertrauen entgegen, indem sie Ihre Situation mit beeindruckender Offenheit, häufig außerordentlich emotional schildern. Ebenso ist das Schreiben einer Antwort für die Beraterin ein gefühlsmäßig sehr involvierender und anspruchsvoller Prozess, der viel Zeit und Ruhe erfordert. Das sorgfältige Formulieren der Beratungsinhalte in einer, der individuellen Klientin nahen Sprache, die auch mehrmaligem Lesen, Ausdrucken, Weitergeben standhält, benötigt Konzentration, Empathie, differenzierte Sprachkompetenz und gute Rahmenbedingungen: möglichst störungsfreie Zeit zum Lesen, Verstehen und Schreiben. Im Beratungsverlauf ist es notwendig, immer wieder nach den Erwartungen und Wünschen der Klientin an den Online-Beratungskontakt zu fragen und Möglichkeiten und Grenzen des Angebots klarzustellen.

„frauenberatenfrauen-ONLINE“ im Kontext der Beratungsstelle

Die Onlineberatung ist eine wichtige Ergänzung zu unseren persönlichen und telefonischen Beratungsangeboten.

Das Angebot ist besonders für:

- Frauen die sich eine telefonische Kontaktaufnahme (noch) nicht zutrauen. Die Möglichkeit, online eine Beratungsanfrage zu stellen wird als deutliche Erleichterung, sich Hilfe und Unterstützung zu holen, erlebt.
- Ein Teil dieser Frauen mit komplexer Problemlage konnte durch diese Einstiegsmöglichkeit ihre Hemmschwelle überwinden und zu einer Face-to-face – Beratung kommen. Somit hat die Online-Beratung eine stark präventive Wirkung und trägt in vielen Fällen dazu bei, die Eskalation von schwierigen Situationen zu verhindern.
- Erreichen neuer Zielgruppen:
Vielen Frauen fällt es leichter, stark Belastendes oder Schambesetztes in einer anonymen schriftlichen Anfrage zu thematisieren als im Face-to-face – Kontakt.

Für besonders scham- oder schuldbesetzte Themen wie Gewalt und sexuellen Missbrauch erweist sich die Online-Beratung für viele Frauen als (anfangs) einzig akzeptierte Möglichkeit, ihren Erfahrungen Ausdruck zu verleihen. Ebenso Frauen mit Angst- und Panikstörungen oder sozialen Ängsten, die es kaum schaffen, die eigene Wohnung zu verlassen sowie Frauen, die unter Isolation leiden, manche wegen Behinderung bzw. Erkrankung.

- Effiziente Beratungstätigkeit und schnelle Entlastung:
Die Online-Arbeit hat sich als sehr effizientes Mittel für erste Entlastung, Information und Beratung erwiesen. Viele Anfragen sind in einem einzigen Antwort-Mail zu klären (z.B. Informations- und Vermittlungsfragen).
- Das Formulieren eines Problems und das Abschicken einer Anfrage sind im Medium Internet mit keiner Wartezeit verbunden. Das eigene Anliegen zum Ausdruck zu bringen verhilft oft schon zu mehr Klarheit in der Einschätzung der eigenen Situation, das Absenden der Anfrage an eine Beratungsstelle bietet Entlastung und der gesamte Prozess des Schreibens aktiviert die eigenen Ressourcen und kann schon einiges in Bewegung bringen.

Sicherheit und Anonymität

Wir arbeiten mit dem webbasierten System „Beranet“, d.h. die Anfragen der Frauen wie auch unsere Antworten werden durch Log-In mit Passwort, Verschlüsselung und Lagerung der Texte am Server statt am PC, datensicher und datengeschützt übertragen und gespeichert.

frauenberaterinnen **ONLINE** österreich hat sich zu einer bekannten und gut eingeführten Institution entwickelt.

2020 führten wir 2.784 webbasierte Onlineberatungen durch.
--

Die webbasierten Onlineanfragen können täglich 24 h an uns geschickt werden und werden von unseren Beraterinnen an Werktagen spätestens binnen 48 h beantwortet. Angesichts der aktuellen Coronakrise erweist sich das Medium Onlineberatung als ideale Entsprechung für die Bedürfnisse von Frauen. Wir sind flexibel zu erreichen, d.h. die Frauen können zu dem für sie passenden Zeitpunkt schreiben (meist in der Nacht, wenn Kinderbetreuung und home-office-Aufgaben erledigt sind) und erfahren dadurch Entlastung, Klärung und Orientierung. Ganz besonders in Zeiten von Ausgangssperren und Kontaktreduzierungen stellen Isolation und Gewalt eine

enorme Herausforderung dar. Dieser aktuell sehr hohen Gefahr von häuslicher Gewalt stellen wir schon lange unsere Onlineberatung entgegen. Unsere jahrelange Erfahrung bietet Hilfe und Unterstützung innerhalb unserer datengeschützten Onlineberatung von Frauen* beraten Frauen* auf bestmögliche Weise. Folgend eine thematische Aufgliederung der Onlineberatungsanfragen:

Abb. 6: Onlineberatungen in Beranet 2020

Beratungsanlass	Anzahl
Trennung und Scheidung	429
Gewalt	892
Beziehungs- und Partnerschaftsprobleme	322
rechtliche Fragen	222
Persönliche Probleme	106
Familiäre Probleme	141
Informationen zu Beratung und Therapie	33
Überforderung / Burn out / Stress / Depressionen	83
Sexueller Missbrauch	42
berufliche Veränderungsprozesse	57
Schwangerschaft	24
Sexualität	13
Ängste / Depressionen	113
Bewältigungsprobleme bei Sterben/Trauer/Tod	6
Probleme mit Freunden/Nachbarn/Kollegen	3
Probleme mit Therapeuten/Therapie	2
Geld/wirtschaftliche Lage/Schulden	10
Bewältigung von Übergängen	127
Einsamkeit / Vereinsamung	6
Suche nach Sinn / Orientierung	24
Psychosomatische Störungen	28
Probleme mit Kindern, Erziehungsfragen	40
Trennungswunsch/Angst vor Trennung	61
Gesamt: 2.784 webbasierte Onlineberatungen	

Die Anfragenden haben beim Login die Möglichkeit den Beratungsanlass / das Problem zu benennen. Diese Möglichkeit wird teilweise genutzt. In diesem Jahr sind die Anfragen zu Gewalt um 32% gestiegen. Darüber hinaus stellen die Beraterinnen bei einem sehr großen Teil der „rechtlichen Fragen“, „Beziehungs- und Partnerschaftsprobleme“ sowie vor allem bei „Trennung und Scheidung“ eine Gewaltproblematik fest (etwa ein Drittel). Viele Frauen scheuen sich immer noch davor, Gewalt als solche zu benennen und erleben es oft als Erleichterung, wenn psychische, physische, sexualisierte und ökonomische Gewalt in der Beratung gemeinsam als das benannt werden darf, was sie ist. Das Benennen schafft Problembewusstsein und Handlungsfähigkeit.

d) Persönliche Beratungen / Erstgespräche / Kontakte

Unserem Ansatz einer ganzheitlichen Beratung entsprechend können sich Frauen mit allen Themen des weiblichen Lebenszusammenhanges oder Fragen zu jeder denkbaren Lebenssituation an uns wenden. Bedingt durch die Corona Krise, welche die Arbeitssituation der Beraterinnen teilweise in das Teleworking verlagert hat, haben wir einige Beratungskontakte sowohl auf Telefon wie auch auf Videotelefonie verlegt. Dies war eine Herausforderung nicht nur für die Beraterinnen, auch für die Klientinnen. In Zeiten des Lockdowns und der Kontaktreduktion war die Erweiterung auf diese Medien jedoch essenziell.

Im Jahr 2020 erkannten wir vermehrte Anfragen zu Konflikten und Eskalationsspiralen in der Beziehung oder Familie, Drohungen und Gewalt, existentiellen Zukunftsängsten, Isolation und Einsamkeit, Depression und Aggression.

Im Jahr **2020** wurden persönlich, über Telemedien oder Telefon insgesamt **3.749** mindestens 50 minütige Beratungen (Beratungskontakte) durchgeführt. Diese Zahl umfasst Erst- und Folgeberatungen. Mit **1.211** Frauen führten wir im Jahr 2020 ein Erstgespräch sowohl in der Frauenberatungsstelle, als auch telefonisch oder per Videotelefonie. Davon erhielten 343 Frauen eine juristische Beratung, 216 eine kombinierte rechtliche und psychosoziale Beratung und 652 Frauen eine psychosoziale Beratung.

Die juristischen Beratungen dauern durchschnittlich zwischen 30 und 40 Minuten, die psychosozialen Beratungen zwischen 50 und 60 Minuten.

2020 kamen 28 Frauen ohne vorherige Terminvereinbarung in unsere Beratungsstellen. Eine Mitarbeiterin versucht dann das Anliegen der Frau abzuklären. Da unsere Beraterinnen jedoch zeitlich ausgelastet sind, wird meist ein Termin für ein Erstgespräch vereinbart.

Die psychosoziale Beratung

Psychosoziale Erstberatungen dauern zwischen einem und fünf Terminen und beinhalten einen Klärungs- und Aufarbeitungsprozess, der oft schon genügt um die Frau wieder in ihrem Handeln zu ermächtigen. Häufig bekommen wir schon nach einem oder zwei Gesprächen die Rückmeldung, dass sich die Situation gebessert hat und eigenständig weitere Schritte zur Verbesserung initiiert wurden. In manchen Fällen wird nach der Erstberatungsphase an interne oder externe SpezialistInnen und andere Personen weitervermittelt (PsychotherapeutInnen, MediatorInnen, Rechtsanwältinnen, PaarberaterInnen, ÄrztInnen u.v.m.).

Befindet sich die Frau längerfristig in einer schwierigen Lebenssituation, kann sie eine weiterführende psychosoziale Beratung zur Unterstützung und Klärung in Anspruch nehmen. Die Frauen suchen dann in der weiterführenden Beratung Hilfe zur Selbsthilfe. Sie leiden oft unter starken Ambivalenzkonflikten in ihren realen Lebenskontexten und versuchen durch die Beratung Klarheit und Handlungskompetenz wiederzuerlangen.

Viele Frauen sind mit Themen wie Gewalt, Beziehungsproblemen, gesundheitlichen Problemen, beruflichen Veränderungen oder auch Arbeits- und Wohnungssuche konfrontiert.

Oft besteht ein hoher Problem- oder Entscheidungsdruck. In der Beratung können Frauen konkrete Fragen stellen. Bei diffusen Problematiken und Leidenszuständen kann mit der Beraterin gemeinsam eine Sprache und Zuordnung gefunden werden. Das bringt meist Erleichterung und einen Schritt in Richtung Klärung. Diese Begleitung durch eine schwierige Lebensphase ist ein Prozess, der dem Bedarf entsprechend zwischen 5 und 20 Stunden, in Einzelfällen auch länger dauern kann.

Juristische Beratung

Wir bieten kostenlose juristische Beratung, vor allem zu dem von unseren Klientinnen am häufigsten nachgefragten Themenkomplex Ehe- und Scheidungsrecht (Scheidungsformen, Unterhalt, Vermögens- und Schuldenaufteilung), zur rechtlichen Situation innerhalb einer Lebensgemeinschaft sowie zu Fragen der Obsorge, Alimenten, Besuchsrecht und sozialrechtlichen Problemen (Sozialversicherung, Karenzurlaubsregelung, Anspruch auf Karenzgeld etc.) sowie zu den Gewaltschutzgesetzen.

Die Nachfrage nach frauenspezifischer und kostenloser Rechtsberatung steigt ständig, die Wartezeiten auf Erstgesprächstermine betragen daher im Durchschnitt 3 Wochen.

2020 führen unsere Beraterinnen insgesamt **559** rechtliche oder kombinierte rechtliche und psychosoziale Beratungsgespräche durch (2019 waren es 495)

Insgesamt gab es **1.882** Nennungen, also um 7% mehr als im Vorjahr, zu rechtlichen Themen, da rechtliche Fragen auch in psychosozialen Beratungsgesprächen thematisiert und bearbeitet werden.

Die Trennungs- und Scheidungsthematik steht im Zentrum der Anfragen. In Trennungsphasen stellen wir den höchsten Bedarf an Rechtsberatung fest. Besonders häufig erkundigen sich Frauen auch über ihre Rechte bezüglich Unterhaltszahlungen, gefolgt von Fragen bezüglich Obsorge und Besuchsrecht, sowie Alimenten und Auskünften über die Vermögens- bzw. Schuldenaufteilung.

Problemverteilung der Erstberatungen

Weibliche Lebenskonzepte sind komplex und oft widersprüchlich. Daher werden in den Beratungsgesprächen meist mehrere Problembereiche angesprochen. Die interdisziplinäre Zusammensetzung unseres Teams mit den Grundberufen Sozialarbeiterin, Psychologin, Pädagogin, Sozialwissenschaftlerin, Ärztin, Juristin, mit unterschiedlichen therapeutischen und beraterischen Zusatzausbildungen, ermöglicht uns, das breite Spektrum von Themen ganzheitlich zu erfassen und mit entsprechender fachlicher Kompetenz darauf einzugehen.

In den meisten Beratungen sind rechtliche Informationen relevant. Gut ein Viertel der Nennungen betrafen die Bereiche Ehe- und Familienrecht, Unterhalt, Obsorge, Gewaltschutz, Schuldenregulierung und andere Rechtsbereiche.

Ein sehr häufiges Motiv für Frauen in unsere Beratungsstelle zu kommen sind Konflikte in Beziehungen, Partner(innen)schaft und Familie sowie Trennung und Scheidung. 17,3% der Nennungen stehen in Zusammenhang mit diesem Themenbereich. Damit einher geht oft auch eine Verunsicherung mit der weiblichen Identität (710 Nennungen).

Auch im Bereich Psychische und physische Symptome (u.a. Depression, Ängste, Psychosomatik, posttraumatisches Stresssyndrom, Erschöpfungssyndrom, Essstörung, Schmerzen) lässt sich die Corona Krise erkennen. Von allen 7.266 Nennungen im Jahr 2020 waren 15,6% in dieser Kategorie, sehr oft in Zusammenhang mit Partnerschaftsproblemen und/oder Gewalterfahrungen.

Eine verstärkte Öffentlichkeitsarbeit sensibilisiert das Bewusstsein von Frauen über Gewalt im sozialen Nahraum. In den Erstgesprächen thematisierten die Frauen 957 Mal ihre Erfahrungen mit Gewalt. Viele Frauen benennen die erlebte Gewalt aus Scham erst im Rahmen einer laufenden Beratung.

Ebenso wurden soziale Probleme 537 Mal erwähnt, wobei gravierende finanzielle Probleme und/oder die Belastung durch Schulden den Hauptanteil stellten.

Abb. 7: Themenverteilung bei persönlichen Beratungen

Rechtliche Themen Ehe- und Familienrecht, Scheidung/ Auflösung EP, Lebensgemeinschaft, Unterhalt, Obsorge- /Besuchsrecht, Alimente, Vermögens-/ Schuldenaufteilung, Gewaltschutzgesetz, sonstige Rechtsfragen	1.877	25,8%
Psychische und physische Gesundheit Depression, Angst/Panikzustände/Phobien, Essstörungen, Psychosomatische Beschwerden, Suchtproblematik, Erschöpfungssyndrom, Schlafstörungen, Trauer/Verlust, autoaggressive Handlungen, Zwänge/Zwangsstruktur, Suizidalität, Abgrenzung/ Nähe-Distanz-Probleme, Traumatisierung, psychiatrische Probleme, Psychotherapieanfrage, akute Erkrankungen, chronische Krankheit, Schmerzen	1.134	15,6%
Weibliche Identität Identitätssuche/ Lebensplanung, Selbstwertproblematik, Autonomiekonflikt/Ablösungsprobleme, sexuelle Orientierung Umgang mit Aggression, Mutter-Tochter-Beziehung, Mutter-Sohn-Beziehung, Vater-	710	9,8%

Tochter-Beziehung, Geschwisterproblematik, frühe Verluste(Mutter/Vater/Geschwister), Älterwerden		
Soziale Probleme Isolation und Einsamkeit, Probleme mit der Pflege von Angehörigen, Probleme mit Institutionen, wirtschaftliche und finanzielle Probleme, Schulden, Wohnungsprobleme, Nachbarschaftskonflikte, Wohnungssuche, Wohnungslosigkeit	712	9,8%
Beziehungen, Partnerschaft ,Sexualität Partnerschaft, Konflikte/ Beziehungsprobleme, Trennung/ Scheidung, Abhängigkeit/ Co-Abhängigkeit, Paarberatung, sexuelle Fragen und Probleme in der Partnerschaft	1.249	17,3%
Ausbildung/ Beruf Bildungs-/ Laufbahnberatung, Ausbildungsprobleme, Berufsorientierung, Einstieg/ Wiedereinstieg/ Aufstieg, arbeitsrechtliche Fragen, Arbeitslosigkeit, Mobbing/ sex. Belästigung am Arbeitsplatz, Burn Out	313	4,3%
Gewaltbereich psychische Gewalt, physische Gewalt, sexuelle Gewalt / Vergewaltigung, Belästigung, Drohung, Stalking, sexueller Missbrauch, Verdacht auf sexuellen Missbrauch, eigene Gewalttätigkeit in der PartnerInnenschaft, eigene Gewalttätigkeit gegenüber Kindern, Frauenhandel	957	13,1%
Frauen und Kinder Schwangerschaftskonflikt, Mutterschaft/ Geburt, Fragen zur Erziehung, Kinderbetreuung, Ablösung, Probleme von Alleinerzieherinnen	263	3,6%
Migration Migrationsproblematik, Fluchtproblematik, Traumatisierung, Aufenthaltsrechtliche Fragen	51	0,7%

Erläuterung: Für jede Erstberatung sind max. sechs Problemnennungen durch die Beraterin zu erfassen. Insgesamt waren es im Jahr 2020 7.266 Nennungen. Diese Aufstellung zeigt eine thematische Zusammenfassung.

Statistik der Erstberatungen 2020

Abb. 8: Alter

	Gesamt	in %	
bis 19 Jahre	14	1,2	Ähnlich wie das Jahr davor waren fast die Hälfte der Frauen, die 2020 eine Beratung erhalten haben, zwischen 36 und 50 Jahre alt, gefolgt von den 20-35 jährigen (29,3 Prozent) und den 51-59 jährigen (15 Prozent).
20 bis 35 Jahre	355	29,3	
36 bis 50 Jahre	540	44,6	
51 bis 59 Jahre	182	15,0	
über 60 Jahre	75	6,2	
keine Angabe	45	3,7	
	<u>1.211</u>	<u>100,0</u>	

Abb. 9: Familienstand

	Gesamt	in %
ledig	229	18,9
Lebensgemeinschaft verheiratet/ in eing. Partnerinnenschaft geschieden/ aufgelöste	141	11,6
Partnerinnenschaft getrennt	557	46,0
verwitwet/ hinterbliebene eingetragene Partnerin	113	9,3
Nicht bekannt	94	7,8
	6	0,5
	71	5,9
	<hr/>	<hr/>
	1.211	100,0
	<hr/>	<hr/>

Mehr als die Hälfte der Frauen, die 2019 zu uns kamen, waren verheiratet oder lebten in einer eingetragenen PartnerInnenschaft. Viele dieser Frauen wurden zum Thema Trennung und Scheidung beraten.

Abb. 10: Anzahl der Kinder

	Gesamt	in %
kein Kind	180	14,9
1 Kind	356	29,4
2 Kinder	374	30,9
3 Kinder	104	8,6
mehr als 3	39	3,2
keine Angabe	158	13,0
	<hr/>	<hr/>
	1.211	100,0
	<hr/>	<hr/>

72,1 Prozent aller Frauen, die unsere Beratungsstellen im vergangenen Jahr aufsuchten, sind auch Mütter.

Abb. 11: Ausbildung

	Gesamt	in %
keine Ausbildung	27	2,2
Pflichtschule	64	5,3
Lehre/ BMS	125	10,3
AHS/ BHS mit Matura	283	23,4
Uni/ Fachhochschule/ Akademien	374	30,9
anderer Abschluss	103	8,5
Nicht bekannt	235	19,4
	<u>1.211</u>	<u>100,0</u>

54,3 Prozent der Frauen, die sich an uns wendeten, hatten einen Bildungsabschluss im sekundären bzw. tertiären Bildungsbereich. Zirka 2,2 Prozent der Anfragenden haben keine weiterführende Schule oder Berufsausbildung absolviert.

Abb. 12: Erwerbsstatus

	Gesamt	in %
Vollzeitanstellung	219	18,1
Teilzeitanstellung	318	26,3
selbständig	90	7,4
geringfügig	31	2,6
arbeitsuchend	88	7,3
arbeitslos	108	8,9
Mindestsicherung	10	0,8
Karenz	61	5,0
ausschließlich haushaltsführend	36	3,0
Pension	78	6,4
arbeitsunfähig	17	1,4
in Ausbildung	70	5,8
keine Angabe	85	7,0
	<u>1.211</u>	<u>100,0</u>

2020 waren mehr als die Hälfte der 1.211 Frauen erwerbstätig, wovon 219 Vollzeit und 318 Teilzeit arbeiteten. 7,4 Prozent der Frauen waren selbständig erwerbstätig und 2,6 Prozent gingen einer geringfügigen Beschäftigung nach.

Gruppen und Workshops

Wir veranstalten regelmäßige themenzentrierte Gesprächsgruppen für Frauen, die Beratung und Austausch mit anderen Frauen suchen. Themen sind unter anderem Trennung / Scheidung, Erschöpfung / Burnout oder auch Kontaktprobleme / Einsamkeit.

Gruppenberatungen sind ein wichtiger Bestandteil unserer Arbeit. Durch die unterschiedlichen Lebenswege der Teilnehmerinnen bieten sie nicht nur große Ressourcen an Wissen und Erfahrung, sondern auch einen guten Weg gegen Vereinzelung und Einsamkeit. Viele Frauen haben in ihrem alltäglichen Umfeld oft nicht die Möglichkeit sich mit anderen Personen über ihre Probleme oder ihre Lebenssituation auszutauschen. Gruppen bieten eine wirksame und effektive Möglichkeit mit anderen in Kontakt zu treten und auch Rückmeldung zu erhalten. Durch diesen Austausch werden innerhalb der Gruppe oft ähnliche Problematiken bzw. Gemeinsamkeiten sichtbar. Dies führt bei den teilnehmenden Frauen häufig zu Erleichterung und in weiterer Folge zu einem besseren Umgang mit der eigenen Problematik.

Durch die Corona Krise im Jahr 2020 waren wir gezwungen unsere Workshops und Gruppen anzupassen. Einige Kolleginnen konnten, ihre Gruppenveranstaltungen online abhalten, andere Veranstaltungen mussten, trotz zahlreicher Anmeldungen, abgesagt werden.

Wir bieten folgende Gruppen und Workshops:

Juristische Workshops

Unsere juristischen Workshops beschäftigen sich vor allem mit den Rechtsfolgen einer Scheidung. Hier handelt es sich um eine kombinierte psychosoziale und juristische Scheidungs- bzw. Trennungsberatung. Es wird über Themen wie Unterhalt, Alimente, Vermögensaufteilung oder Obsorge und Kontaktrecht Auskunft

gegeben. Darüber hinaus werden ebenso psychosoziale Aspekte von Trennung und Scheidung angesprochen. Besonders wertvoll ist die Diskussionsmöglichkeit nach dem Vortrag, die einen Austausch zwischen den Teilnehmerinnen fördert.

Folgende Workshops haben stattgefunden:

„ALLES WAS RECHT IST“ - Vortrag mit Diskussionsmöglichkeit - ONLINE

- Rechtsfolgen einer Scheidung: Behandlung von relevanten Fragen zu Unterhalt, Alimenten und vermögensrechtlicher Aufteilung
- Einvernehmliche und strittige Scheidung
- Scheidung wegen mehrjähriger Trennung
- Rechtliche Situation in einer Lebensgemeinschaft und bei Auflösung derselben
- Fragen zur gemeinsamen Obsorge
- Psychosoziale Aspekte von Trennung und Scheidung: Phasen, Ambivalenz, Konfliktbewältigung, neue Perspektiven; ist Mediation für mich sinnvoll?

Leitung: Juristin und psychosoziale Beraterin

Diese Veranstaltung wurde am 16.6.2020 und am 13.10.2020 jeweils von 18.00 bis 20.00 Uhr online angeboten (18 Teilnehmerinnen).

Gesprächsgruppe für Frauen in Trennung / Scheidung

Seit vielen Jahren sehen wir für Frauen in Trennungssituationen einen hohen Bedarf an einer Kombination aus psychosozialer Beratung, Rechtsberatung und persönlichem Austausch mit Gleichgesinnten. Unser Angebot dazu ist die psychosozial und rechtlich begleitende Gruppe für Frauen in Trennungssituationen die immer sehr gefragt ist.

Diese Gesprächsgruppe musste leider abgesagt werden.

Gesundheitsberatung

Der Gesundheitstreffpunkt ist eine offene Frauengesprächsrunde zu medizinischen bzw. gesundheitlichen Fragen wie Gesundheitsvorsorge, Ernährung, Gewichtsprobleme, Bewegung, Gesundheit am Arbeitsplatz, Stressbewältigung, Hormone, Selbstbeobachtung und -untersuchung, Hausmittel, Frauenheilkunde, Prävention.

Durch die Auseinandersetzung mit diesen Themen kann bei den Teilnehmerinnen die damit verbundene Scheu abgebaut werden, und die Erhaltung der Gesundheit mehr in die eigenen Hände genommen werden. Die Workshops werden immer im Beisein einer psychosozialen Beraterin geleitet und enthalten fachliche und psychosoziale Beratung, Kurzvortrag und Austausch mit den Teilnehmerinnen.

Folgende Workshops haben stattgefunden:

GEBURT – AUS SICHT DER HEBAMME

Heidi Achter ist seit 1977 als Hebamme tätig, Frauen* beraten Frauen* wurde 1980 gegründet mit den Schwerpunkten Gewalt gegen Frauen und Frauengesundheit. Gemeinsam wurde auf eine (frauen)bewegte Vergangenheit zurück geblickt und Diskussionsfäden zu zentralen Themen wie Geburtshilfe neu aufgegriffen und weiter gesponnen. Heidi Achter erzählte wissenswertes rund um das Thema Geburt, wobei sie eine ganzheitliche Sichtweise vertrat, neben den medizinischen auch die psychosozialen Aspekte mit einbezog. Sie erläuterte alle Möglichkeiten der Geburt (Geburt im Krankenhaus, ambulante Geburt, Geburt im Geburtshaus, Hausgeburt) und beantwortete Fragen der Teilnehmerinnen rund um Themen wie Schwangerschaft, Geburt und Wochenbett.

Leitung: Heidi Achter, Hebamme und psychosoziale Beraterin/Psychotherapeutin

Der Workshop fand am 7.10.2020 von 17.30 bis 19.00 Uhr in der Seitenstettengasse 5/7, 1010 Wien mit 7 Teilnehmerinnen statt.

.Veranstaltungsreihe für ältere Frauen

„AUFSTAND STATT RUHESTAND!“ Diese Veranstaltungsreihe gibt es mittlerweile seit 2015. Sie ist gedacht für Frauen 50+ und beschäftigt sich mit dem Thema Älter werden. Im Jahr 2019 konnten die Frauen erneut unterschiedliche Workshops und Vorträge zu Themen wie der kreativen Gestaltung der Pensionszeit oder auch Osteoporoseprävention besuchen. Ergänzt wird die Reihe durch Filmcafés. Die Veranstaltungen sind sehr erfolgreich. Angesichts der vielen Interessentinnen kommt es immer wieder zu Wartelisten. Zukünftig sind weitere Themenerweiterungen möglich.

Trotz sehr vieler Anmeldungen zu den verschiedenen Workshops mussten diese Veranstaltungen leider abgesagt werden.

Weitere Workshops

SCHREIBEN WIRKT

Kreativer Schreibworkshop

Schreiben ist ein altbewährtes Heilmittel und hilft vielen Menschen in Krisenzeiten. Poesietherapie wendet dieses therapeutische Potenzial gezielt an und arbeitet mit einer breiten Palette an kreativen Methoden. Alltagserlebnisse, Träume usw. dienen als Ausgangsmaterial, wandeln sich auf lustvolle Weise in Texte um. Die Gruppe ist gleichzeitig Publikum, die Teilnehmerinnen geben einander Feedback. Der Workshop ist sowohl für Anfängerinnen wie auch für erfahrene Schreiberinnen geeignet.

Leitung: Personzentrierte Psychotherapeutin, Autorin

Der Workshop fand am 3.12.2020 von 17.30 bis 20.30 Uhr mit 10 Teilnehmerinnen online statt.

AUF DEN SPUREN WICHTIGER FRAUEN

Kreatives Schreiben im Flanieren

Wir spazierten durch den ersten Bezirk und begaben uns auf Spuren wichtiger Frauen*. Auf verschiedenen Stationen konnten sich die Teilnehmerinnen zu

Schreibimpulsen inspirieren lassen. Dieser Workshop ist gleichermaßen für Schreibanfängerinnen wie für Fortgeschrittene geeignet.

Leitung: Personzentrierte Psychotherapeutin, Autorin

Der Workshop fand am 24.9.2020 von 15.00 bis 18.00 Uhr mit 5 Teilnehmerinnen statt.

WIR SCHREIBEN FRAUENGESCHICHTE KREATIVER SCHREIBWORKSHOP

Frauen* beraten Frauen* ist 40 Jahre alt geworden und hat Frauengeschichte geschrieben und unzählige Frauenschicksale miterlebt. Die Teilnehmerinnen waren dazu eingeladen, ihre Lebensgeschichten oder einzelne Episoden aus ihrem Leben aufzuschreiben. Ihre eigene Biografie, Ihre Familiengeschichte zu erzählen und zu reflektieren. Alltagserlebnisse, Erinnerungen usw. dienten als Ausgangsmaterial, wandelten sich auf lustvolle Weise in Texte um. Die Gruppe ist gleichzeitig das Publikum. Der Workshop ist sowohl für Anfängerinnen als auch für erfahrene Schreiberinnen geeignet.

Leitung: Personzentrierte Psychotherapeutin, Autorin

Der Workshop fand am 7.5.2020 von 16.00 bis 19.00 mit 9 Teilnehmerinnen und am 8.10.2020 von 16.30 bis 19.30 Uhr mit 10 Teilnehmerinnen statt.

e) Frauenspezifische Psychotherapie

Ist keine eigene Methode, sondern wird geprägt vom Bewusstsein der Psychotherapeutin über ihre eigene weibliche Identität und das gesellschaftliche Werden von Frauen. Frau zu sein ist die Basis, aber nicht der Inhalt der Spezialisierung. Die Therapeutin erlangt durch ihr Frausein in Verbindung mit der Reflexion der gesellschaftlichen Verhältnisse und den typischen Umgangsformen von Frauen mit den Gegebenheiten, die Position einer differenzierten Parteilichkeit.

Die Psychotherapeutinnen von Frauen* beraten Frauen* arbeiten vor dem Hintergrund ihrer fachlichen Qualifikation in unterschiedlichen psychotherapeutischen Methoden: Personen- und klientinnenzentrierte Gesprächs-

psychotherapie, Psychoanalyse und Psychodrama mit Zusatzqualifikationen zu Persönlichkeitsstörungen, Krisenintervention, Essstörungen, Traumatherapie, körperorientierte Methoden, Psychosomatik, frauenspezifische Sozialtherapie.

Da bei der frauenspezifischen Therapie das spezielle Bewusstsein den Blick auf die Themen bestimmt, ist es in jedem Moment der therapeutischen Beziehung wirksam. Es ist Aufgabe der frauenspezifischen Psychotherapeutin, die gesellschaftliche Dimension immer mitzudenken und Zusammenhänge zwischen inneren Konflikten und gesellschaftlichen Ansprüchen herzustellen und klar zu benennen.

Das Wissen und die langjährigen Erfahrungen über Saluto- und Pathogenese von Frauen und die resilienzstärkende Wirkung von frauenspezifischer Therapie werden im **Institut für frauenspezifische Psychotherapie** gesammelt, reflektiert und weitergegeben.

Einzelpsychotherapie

Die Einzelpsychotherapie richtet sich an Frauen, die individuelle Unterstützung benötigen. In den Beratungsstellen versuchen wir Frauen zur Teilnahme an Gruppen zu motivieren, da wir der Vereinzelung entgegensteuern möchten. Für viele Frauen ist aber vorweg für einige Zeit ein Einzelsetting wichtig. Das gilt besonders wenn es um schambesetzte Themen oder um Gewalterfahrungen geht. Im Einzelsetting kann ein geschützter Rahmen etabliert werden. Das wachsende Vertrauen zwischen Klientin und Therapeutin ermöglicht es auch sehr schmerzhaft Erfahrungen zu bearbeiten. Besonders in den letzten Jahren hat sich verstärkt die Notwendigkeit von traumatherapeutischer Arbeit gezeigt. Nicht zuletzt wegen der zunehmenden Thematisierung von Kriegs- und Fluchttraumatisierungen.

Leider lässt unsere finanzielle Situation (kein Kassenvertrag) trotz der sehr großen Nachfrage (v.a. Frauen nach Gewalterfahrungen wünschen sich frauenspezifische Psychotherapie) und vieler Anfragen von Hilfesuchenden und Institutionen, nur ein sehr geringes Ausmaß an psychotherapeutischen Angeboten für Frauen zu.

2020 konnten 739 psychotherapeutische Einzelsitzungen durchgeführt werden.
--

Gruppenpsychotherapie und Selbsterfahrung

Eine gute Möglichkeit einer größeren Anzahl von Frauen psychotherapeutische Hilfe zukommen zu lassen sind unsere Gruppen. Dieses Unterstützungs- und Aufarbeitungsformat ist uns ein besonderes Anliegen, da es auch einer häufig bestehenden individualisierenden Problemrezeption und sozialen Isolierung von Frauen entgegenwirkt. Viele Frauen entscheiden sich nach einer Phase der Einzelberatung an einer Gruppe teilzunehmen. Die unterschiedlichen Erfahrungen und Sichtweisen der Teilnehmerinnen bieten eine gute Möglichkeit Problembewältigungsstrategien weiter zu verbessern und auszuprobieren. Sich vor anderen mit Stärken und Schwächen zu zeigen, angenommen und verstanden zu werden und ehrliches Feedback zu bekommen sind die großen Potentiale von Gruppen. Die Gruppen bieten Raum für Unterstützung und Aufarbeitung von individuellen Problemen und können je nach Bedarf ein oder mehrjährig besucht werden.

Folgende Gruppenpsychotherapien fanden statt:

WIEDER FREUDE AM LEBEN FINDEN

Psychotherapeutische Jahresgruppe

Manchmal verläuft das Leben nicht nach Plan. Schicksalsschläge, veränderte Lebenslagen oder Trennungen können zur Neugestaltung der Lebensführung zwingen. In dieser psychotherapeutischen Gruppe wurde Raum geboten, um mögliche Enttäuschungen zu verarbeiten, neue Perspektiven zu entwickeln und die, unter Umständen, verschüttete Lebensfreude wieder neu zu entdecken.

Methode: Psychodrama

Leitung: Psychotherapeutin / Psychologin

Diese Gruppe wurde vierzehntägig Jänner bis Juni 2020 jeweils von 17-20 Uhr entweder online oder in einem Psychodramazentrum angeboten (8 Teilnehmerinnen).

TROTZ WIDRIGER UMSTÄNDE DIE FREUDE AM LEBEN BEWAHREN!

Psychotherapeutische Jahresgruppe

Die letzten Monate haben uns gezeichnet, dass das Leben mitunter in unvorhersehbaren Bahnen verlaufen kann. Veränderte Lebenssituationen aufgrund von Trennungen, der Covid-19-Pandemie oder anderen Schicksalsschlägen zwingen uns zur Neugestaltung der Lebensplanung. In dieser psychotherapeutischen Gruppe wird Raum geboten, um sich bezüglich Ängsten und Enttäuschungen auszutauschen, neue Perspektiven zu entwickeln und verschüttete Lebensfreude wieder aufblühen zu lassen.

Methode: Psychodrama

Leitung: Psychotherapeutin / Psychologin

Diese Gruppe wurde vierzehntägig von Oktober bis Dezember 2020 jeweils von 17-20 Uhr entweder online oder in einem Psychodramazentrum angeboten (8 Teilnehmerinnen).

Unsere Mitarbeiterinnen

a) Angestellte

Dipl. Sozialarbeiterin, integrative Supervisorin, Mediatorin, Psychotherapeutin i.A.u.S., MAS für Supervision, Coaching und Organisationsentwicklung

Juristin, Lebens- und Sozialberaterin

Philosophin und Sozialwissenschaftlerin mit Schwerpunkt feministische Theorie und Geschlechterforschung psychosoziale Einzel- und Gruppenberatung, Onlineberatung

Psychotherapeutin, Autorin, Performancekünstlerin, Germanistin

Sozialpädagogin, Psychotherapeutin

Soziologin Psychotherapeutin i.A.u.S.

Sozialwissenschaftlerin

Klinische- und Gesundheitspsychologin, Psychotherapeutin

Dipl. Sozialarbeiterin

Pädagogin, Psychotherapeutin

Sozialarbeiterin

Juristin, Psychotherapeutin i.A.u.S.

Soziologin, Psychotherapeutin

Studentin der Sozialarbeit

Reinigungskraft

b) Praktikantinnen

Bei uns haben Praktikantinnen die Möglichkeit fünf Monate lang ein psychosoziales Praktikum zu absolvieren. Sie sind beim Verein angestellt und versichert.

c) Honorarkräfte und freie Mitarbeiterinnen

Ärztin

Buchhalterin

EDV

Bürohilfe

Vertretungsdienste

d) Psychotherapeutinnen in Ausbildung unter Supervision

Wir stellen unsere Räumlichkeiten für Psychotherapeutinnen in Ausbildung unter Supervision für Psychotherapiesitzungen zur Verfügung.

Referentinentätigkeit der Mitarbeiterinnen

Oktober 2019 bis Jänner 2020: Seminar „Körper als Zeichen, Körper als Fleisch. Feministische Philosophie als Praxis der Freiheit“ am Institut für Philosophie der Universität Wien

15. - 17.1.2020: Leitung des Moduls „Kompetenzen und Karriere“ im Rahmen des Lehrgangs BELA – frauenzentrierte Laufbahnberatung in Linz

12.5.2020: Vortrag für die FH St. Pölten, Studiengang Soziale Arbeit über die Onlineberatung von Frauen* beraten Frauen* (Webinar)

24.9.2020: Vortrag und Workshop „Feministische Arbeit in Frauen*- und Mädchenberatungsstellen heute – Herausforderungen, Auftrag und Qualitätskriterien“ für die burgenländischen Frauen*- und Mädchenberatungsstellen (Webinar)

23.10.2020: Seminar „schreiben wirkt. Onlineberatung – Grundlagen und Qualitätskriterien“, Verein Selbstlaut Wien

6.11.2020: Seminar „schreiben wirkt. Onlineberatung – Grundlagen und Qualitätskriterien“ im Rahmen des Lehrgangs Psychotherapeutische Onlineberatung des VÖPPP Wien (Webinar)

1.12.2020 Vortrag im Rahmen der Buchpräsentation von Frauen* beraten Frauen*, online

2.12.2020: Seminar „Frauen*zentrierte Beratung bei Gewalt“, VÖPP (Webinar)

Öffentlichkeitsarbeit

a) Eigene Veranstaltungen

BUCHPRÄSENTATION 40 JAHRE FRAUEN* BERATEN FRAUEN*

„FREIHEIT UND FEMINISMEN. Feministische Beratung und Psychotherapie“



Die Buchpräsentation fand am Dienstag, den 1. Dezember 2020 mit 120 Teilnehmer*innen online statt.

Die Beiträge von Katja Russo, Bettina Zehetner, Gertraud Klemm, Brigitta Höpler, der "grauenfruppe" und Karin Macke, moderiert von Barbara Schrammel, sind als Audio- und Videomitschnitt auf unserer HP nachzulesen und nachzuhören: <https://www.frauenberatenfrauen.at/veranstaltungen.html>

b) Publikationen

periodisch

Februar und September: Verfassen, Redaktion und Aussendung des halbjährlich erscheinenden Programms des Vereins sowie zu einzelnen Veranstaltungen

Verfassen, Redaktion und Aktualisierung von Beiträgen für unsere Homepage (z.B. Informationsbausteine zum Thema rechtliche Situation in Lebensgemeinschaften und Ehe, Trennung und Scheidung, Eingetragene LebenspartnerInnenschaft, Psychotherapie: Methoden und Kosten etc.)

Folder: allgemeine Informationen über Angebote und Zielgruppe sowie Prinzipien feministischer Beratung (Aktualisierung der Beratungsprinzipien, Themen und Angebote) – Aktualisierung und Verbreitung

Informationskarten frauenberatenfrauenONLINE über unser Onlineberatungsangebot

c) Artikel

Konzeptarbeit und Texte für die Festschrift 40 Jahre Frauen* beraten Frauen* zu einem Sammelband „Feminismus und Freiheit. Feministische Beratung und Psychotherapie“

Konzeptarbeit zu Broschüre Rechte in Ehe und Lebensgemeinschaft – Existenzsicherung für Frauen

„Ich bin so frei“, Artikel für unsere halbjährliche Publikation „40 Jahre Frauen* beraten Frauen*“, Jänner 2020

Artikel Freiheit in der feministischen politischen Philosophie. In: Zehetner, Bettina/Macke, Karin (Hg.in): Freiheit und Feminismen. Feministische Beratung und Psychotherapie. Gießen: Psychosozial Verlag 2020

Artikel „There is a Pussy Riot inside you!“ Freiheit und feministische Beratung. In: Frauen* beraten Frauen* (Hg.in): Freiheit und Feminismen. Feministische Beratung und Psychotherapie. Gießen: Psychosozial Verlag 2020

Artikel „Die Unterwerfung. Durch den Ausdruck von Gefühlen werden Geschlechterrollen mit konstruiert: Über Scham und Zorn bei Frau und Mann“. In: Tageszeitung Die Furche, 23. 1. 2020

1.9.2020: Positionspapier – gemeinsame Obsorge + Doppelresidenz

14.-16.9.2020: Ruhestörung, M. Breiter und K. Witt-Löw, Reichenau

Herausgabe des Sammelbands „Freiheit und Feminismen. Feministische Beratung und Psychotherapie. 40 Jahre Frauen* beraten Frauen*“ mit Artikeln von Teamfrauen, externen Kolleginnen und Gastautorinnen. Gießen: Psychosozial Verlag 2020

Monographie "Reparaturprojekt Mann - Erholungsgebiet Frau - Feministische psychosoziale Beratung bei Beziehungskonflikten, Gewalterfahrung, Trennung und im Umgang mit Arbeit, Geld und Körper". Würzburg: diametric 2020

Artikel „Das Auf-Begehren zur Sprache bringen. Der Chiasmus von Psyche und Soma in der feministischen psychosozialen Beratung“. In: Brigitte Buchhammer (Hg.in): Erinnerung und Gedächtnis. Kunst – Philosophie – Feminismus. Festschrift für Ingild Birkhan zum 80. Geburtstag. Münster: LIT-Verlag 2020

Artikel „Feministische Beratung in Zeiten der Ökonomisierung: Zwischen Selbstoptimierung und Widerstand.“ In: Brigitte Buchhammer (Hg.in): Philosophie in einer Welt der Ökonomisierung. Theorie und Praxis. Women* Philosophers at Work. A Series of SWIP Austria. Münster: LIT-Verlag 2020

Artikel „It's Time for a Pussy Riot!“ Freiheit und Fremdheit in der feministischen psychosozialen Beratung. In: Brigitte Buchhammer (Hg.in): Philosophie in Theorie

und Praxis. Bd. 4. Women* Philosophers at Work. A Series of SWIP Austria. Münster: LIT-Verlag 2020

Artikel „Frauen* beraten Frauen* als psychosoziale und rechtliche Unterstützung für Alleinerziehende“. In: groß*und*klein. Das Handbuch für Alleinerziehende und ihre Kinder. Grüne Bildungswerkstatt Wien

Artikel „Gebote einer selbstoptimierten Beraterin“. In: Focus. Zeitschrift des Berufsverbandes Diplomierte Ehe-, Familien- und LebensberaterInnen Österreichs. Nr. 33 im November 2020

Aktualisierung des Leitfadens „Schreiben wirkt. Onlineberatung – Grundlagen, Qualitätskriterien und Methoden“ auf unserer HP: <https://www.frauenberatenfrauen.at/leitfaden.html>

d) Neue Rezensionen

Alle Rezensionen unter <http://frauenberatenfrauen.at/rezensionen.html>

e) Medienkontakte und Expertinneninterviews

16.1.2020: „Schreib einfach zurück!“ Die Onlineberatung des Vereins Frauen* beraten Frauen* In: Wiener Zeitung

2 Leserinnenbriefe zu Elfriede Hammerls Kommentar sowie zu Christina Pausackl/Christa Zöchlings Reportagen zum Thema Gewalt in der Familie im profil (online veröffentlicht und abgedruckt in der Printversion im Jänner 2020)

13.2.2020: Interview für die Standard zum Thema Selbstoptimierung im Rahmen von Esoterik- und Lifestyle-Coaching, Kommerzialisierung des Psycho-Marktes versus seriöse psychosoziale feministische Beratung mit emanzipatorischem Anspruch (erschieden am 23. 2. Auf diestandard.at: „Auf dem Weg zum besten Ich“)

26.2.2020: Expertinneninterview für Masterarbeit zum Pensions - Gender Pay Gap: frauen*spezifische Beratung als Armutsprävention

26.2.2020: Expertinneninterview zum Thema frauenspezifische Beratung für Elfriede Hammerl vom profil

3.3.2020: Expertinneninterview für Masterarbeit Wirkung von feministischer Beratung und Psychotherapie für die Emanzipation von Frauen, die von Partnergewalt betroffen sind

4.3.2020: Interview für die Presse zum Thema Gewalt gegen Frauen anlässlich des Internationalen Frauentags, erschienen am 8. 3. 2020

4.3.2020: Interview mit der Tiroler Tageszeitung zum Thema „Das Private ist politisch“, erschienen am 8. 3. 2020

16.3.2020: Interview für die Homepage der österreichischen Familienberatungsstellen zum Thema „Glücklich als Single?“

31.3.2020: Interview für NHK - Nippon Hoso Kyokai Japan Broadcasting Corporation zum Thema Häusliche Gewalt gegen Frauen in Zeiten von Corona – die Onlineberatung von frauenberaternfrauenÖsterreich als best practice-Beispiel (ausgestrahlt am 7. 4. 2020)

9.4.2020: Interview für Servus-TV zum Thema Frauenberatung in Zeiten der Corona-Quarantäne für die Reportage „Großstadt in der Krise. Die Auswirkungen von Corona auf die Wiener Bevölkerung“ (gesendet am 16. 4. 2020)

17.6.2020: Interview für detektor.fm – Onlineradio und Podcast-Plattform zum Thema Pathologisierung von Frauen als Disziplinierungs- und Entwertungsstrategie („Mundtotmachen“)

20.6.2020: Leserinnenbrief zu Kommentar von Elfriede Hammerl „Die neuen alten Patriarchen“ im profil abgedruckt

24.6.2020: Interview für Ö1-Mittagsjournal am 27. 6. zum Thema Corona und Gewalt gegen Frauen sowie Steigerung der Scheidungsanträge

2.7.2020: Interview für den Kurier zum Thema „60 Jahre Pille – Fluch oder Segen?!“ (Artikel erschienen am 19. 7. 2020)

8.7.2020: Interview für familienberatung.gv.at zum Thema „Selbstoptimierung – muss ich das Beste aus mir herausholen?“, <https://www.familienberatung.gv.at/start/bin-ich-perfekt-genug/>

26.8.2020: Interview für den Standard zu Frauen*beratung in Zeiten von Corona, Onlineberatung und Gewalt in Beziehungen: „Frauenberatung in der Krise: „Viele Männer haben einfach die Tür hinter sich zugemacht.“, erschienen am 11. 9. 2020

1.9.2020: Artikel über Frauen* beraten Frauen*: „Respektieren statt missionieren“ – Über feministische Beratung. In: Berliner Tagesspiegel

8.9.2020: Interview OKTO: „noch viel zu tun! Gender Challenges“ auf Okto TV Ausstrahlung am 28.10.2020

8.10.2020: Interview für die Wochenzeitung Die Furche zu Frauen*beratung in Krisenzeiten: „Die anonyme Nähe“ erschienen am 22. 10. 2020

3.11.2020: Interview für die Wienerin zum Thema „Gemeinsame Obsorge und Kindeswohl bei häuslicher Gewalt“, erschienen in der Dezember – Ausgabe sowie online

3.11.2020: Interview für Öffentliche Sicherheit. Das Magazin des Innenministeriums zum Thema Stalking

24.11.2020: Interview für Radio Orange zum Thema „Gewalt gegen Frauen und unterstützende Strategien in der feministischen Beratung“, ausgestrahlt am 27.11. und am 8.12.2020 (eine Stunde Sendung zum Thema Häusliche Gewalt)

1.12.2020: Interview für Uni-Projekt zum Thema Gewalt gegen Frauen* und die Onlineberatung des Vereins Frauen* beraten Frauen* als best-practice-Beispiel während Corona-Krise und Lockdown

13.12.2020: Interview für den Haymon-Verlag zum Thema Beratung von Frauen zum Thema von Schwangerschaftskonflikt und Schwangerschaftsabbruch für geplante Publikation

14.12.2020: Interview für Masterarbeit zum Thema „Veränderungen der Arbeitsbedingungen zur Unterstützung von Gewalt betroffenen Frauen durch den Lockdown in Österreich“

22.12.2020: Interview für diestandard.at zu Müttern und ihrer Verantwortung für die Familiengesundheit (anlässlich Impfgegner_innenpropaganda „besorgter Mütter“)

c) Frauen* beraten Frauen* als Ausbildungseinrichtung

Die Frauenberatungsstelle - ein Arbeitsfeld für Psychotherapeutinnen in Ausbildung unter Supervision

„Frauen* beraten Frauen*“ bietet Psychotherapeutinnen in Ausbildung die Möglichkeit, in den Räumen der Frauenberatung psychotherapeutisch zu arbeiten. Wir achten bei der Auswahl dieser psychotherapeutischen Mitarbeiterinnen auf ihr frauenspezifisches Interesse und Vorwissen. Es ist uns wichtig eine möglichst breite methodische Vielfalt und kostengünstige Therapieplätze für Psychotherapie suchenden Frauen anbieten zu können.

Das Team der Psychotherapeutinnen i.A.u.S. wird 14tägig durch eine Teamkollegin supervidiert und hat die Möglichkeit, an internen Fortbildungen und fachspezifischen Gesprächsrunden teilzunehmen.

Im Zentrum steht die Reflexion einer feministisch orientierten Grundhaltung der Psychotherapeutin in Zusammenhang mit der jeweiligen psychotherapeutischen Methode.

Wie die komplexen Zusammenhänge und Wechselwirkungen von psychischen, körperlichen, sozialen und materiellen Problemen im psychotherapeutischen Geschehen zwischen Psychotherapeutin und Klientin jeweils in Erscheinung treten, kann im Vertrauensklima der Gruppe verstehbar werden. Gerade beim Berufseinstieg

wirkt die Reflexion mit anderen gemeinsam in der Gruppe entlastend und bietet eine hilfreiche Stütze beim Erarbeiten einer authentischen und klaren Professionalität.

Im Rahmen des Wiener Institutes für frauenspezifische Psychotherapie von Frauen* beraten Frauen* haben im vergangenen Jahr 4 Psychotherapeutinnen in Ausbildung unter Supervision kostengünstige Therapie in den Räumen der Frauenberatungsstelle angeboten. Die Kolleginnen sind in folgenden Methoden in Ausbildung: Psychodrama, personenzentrierte Psychotherapie, sowie psychoanalytisch orientierte Gesprächspsychotherapie, systemische Psychotherapie. Im Jahr 2020 hielten die 4 Psychotherapeutinnen in Ausbildung unter Supervision insgesamt 454 Therapiestunden ab.

Die Frauenberatungsstelle - ein Arbeitsfeld für klinische und Gesundheitspsychologinnen, Sozialarbeiterinnen, Psychologinnen, Pädagoginnen, Philosophinnen und Soziologinnen

Wir bieten laufend Langzeitpraktika für Studentinnen und Absolventinnen der Psychologie, Pädagogik und Sozialarbeit an. Jeweils 5 Monate lang nehmen die Praktikantinnen teil an Telefonberatung und Erstgesprächen, lernen die frauenspezifische Beratungstätigkeit und die Organisationsstruktur kennen, sind bei Team- und Interventionsbesprechungen dabei und können im letzten Abschnitt ihres Praktikums selbständig Beratungen durchführen. In wöchentlichen Einzelsupervisionen wird das Erfahrene reflektiert und die frauenspezifische Arbeitsweise diskutiert.

Rückschau 2020

Die Corona Krise stellte uns vor sehr große Herausforderungen. Die Anpassungen an die neuen Situationen war mit enormen Anstrengungen und Zusatzarbeiten verbunden. Doch nicht nur die Pandemie war sehr einschneidend, auch das Attentat vor unserer Haustüre im ersten Wiener Gemeindebezirk verlangte uns einiges ab. Wir haben uns den Herausforderungen aktiv und offensiv gestellt und konnten gemeinsam als Team diese Schwierigkeiten bestmöglich bewältigen und konstruktive Lösungen für Problemlagen finden.

In diesem Jahr haben alle Kolleginnen ihren Arbeitsplatz zum Teil nach Hause, ins Home Office verlegt. Viele Beratungsgespräche und Erstgespräche wurden von face2face auf Telefon bzw. Videotelefonie verlagert. Ebenso mussten wir Gruppen zum Teil absagen, einige Kolleginnen konnten ihre Workshops online abhalten. Darüber hinaus haben wir damit angefangen unsere Computerinfrastruktur nicht nur auszutauschen sondern auch insofern umzustellen, dass eine ortsungebundene Arbeit zukünftig zumindest im administrativen Bereich möglich ist.

Seit Oktober läuft unser Forschungsprojekt „Was Wirkt“ gegen Gewalt an Mädchen und Frauen. Nach der Einreichung im Sommer 2020 wurde das Projekt durch das Frauenministerium im Oktober bewilligt. Die qualitative Studie konzentriert sich auf die Erfahrungen von Frauen, die unter anderem von Gewalt durch Institutionen, gesetzlichen Regelungen, Beratungs- und Unterstützungsangeboten uvm. betroffen waren oder sind und versucht herauszufiltern was wirklich hilft oder möglicherweise zusätzlich entmutigend oder schädigend ist. Als Ergebnis wird ein Forschungsbericht und in weiterer Folge ein Handbuch für MultiplikatorInnen erstellt werden. Wir planen die Ergebnisse bei Veranstaltungen, durch unsere Öffentlichkeitsarbeit und in Vernetzungen zu präsentieren und zu diskutieren. Eine Veröffentlichung in Buchform ist angedacht.

Im Jahr 2020 feierten wir 40 Jahre Frauen* beraten Frauen*. Dazu haben wir eine Publikation mit dem Titel: „FREIHEIT UND FEMINISMEN“. Feministische Beratung und Psychotherapie“ veröffentlicht. Nach mehreren Verschiebungen fand am 1. Dezember schließlich unsere Buchpräsentation mit ca. 120 TeilnehmerInnen online statt.

2020 hatten wir auch viele Medienkontakte, besonders nennenswert ist ein Interview für das japanische Nationalfernsehen zum Thema häusliche Gewalt, wo wir in den Hauptabendnachrichten als best practice Beispiel genannt wurden.

Wie erwartet sind nicht nur die Erstberatungsanfragen im Jahr 2020 erneut gestiegen. Im Vergleich zum Vorjahr 2019 ist die Zahl der Erstgespräche 2020 um 7,5 Prozent, auf **1.211** angewachsen. Auch die Mail- und Telefonanfragen haben überdurchschnittlich zugenommen. Der Zulauf zur Onlineberatung wächst ebenso weiterhin. So führten wir im vergangenen Jahr **2.784** webbasierte Onlineberatungen durch. Dem Verein ist es durch personelle Umschichtungen und Stundenerhöhungen

gelingen, zumindest einem Teil der zusätzlichen Anfragerinnen Beratungen anzubieten.

Kontinuierliche Veränderungen im Familienrecht der letzten Jahre (gemeinsame Obsorge, Familienhilfe, Kontaktrechte) sind schon seit längerem zentrale Themen unserer Beratungen. Seit dem OGH Urteil zur Doppelresidenz beschäftigen wir uns verstärkt mit den Folgen der praktischen juristischen Umsetzung in Scheidungsverfahren. Generell sind die Themen eigenständige Existenzsicherung und Armutsprävention für Frauen und Kinder vielfach Themen von Beratungen.

Besondere mediale und politische Aufmerksamkeit hat das Thema „Gewalt gegen Frauen“ aufgrund des starken Anstieges der Tötungen von Frauen in Österreich, erlangt. Grundsätzlich begrüßen wir die politischen Initiativen zur Verbesserung des Schutzes von bedrohten Frauen und zur Früherkennung von Gefährdern. Leider sind die Befunde der seit Jahrzehnten in diesem Bereich Arbeitenden, bei der Formulierung der neuen Gesetze kaum eingeflossen und haben zu neuen „Problemfeldern“ geführt. Anstatt die Kooperationen zwischen den beteiligten Institutionen zu erleichtern bzw. den Frauen und Kindern bessere rechtliche Absicherung und Schutz zu bieten sind Rechtsunsicherheiten entstanden die für betroffene Frauen zusätzlich schädigend sind. Der, für Betroffene extrem wichtige Zugang zu Schutz und Recht, wurde nicht verbessert. Die Folgen der neuen Gesetze beschäftigen uns weiterhin sowohl auf politischer als auch auf individueller Beratungsebene.

Jede einzelne Kollegin trug einen wertvollen Teil zur Umsetzung der Vereinsziele bei, was nur durch ein hohes Engagement möglich war. Darüber hinaus möchten wir uns an dieser Stelle bei unseren Fördergeberinnen für die gute Zusammenarbeit und ihre Unterstützung bedanken.

Ausblick

Wir erhoffen uns gegen Mitte/Ende des Jahres eine Verbesserung der Pandemiefolgewirkungen. Es ist uns ein Freude wieder unsere Gruppen, Workshops und persönlichen Beratungen anzubieten. Gleichzeitig bleiben das Wissen und die

Kompetenz über Onlinemedien erhalten und werden sicherlich auch weiterhin als Angebotsmöglichkeit bestehen bleiben.

Durch unser Projekt, „Was Wirkt“ gegen Gewalt an Mädchen und Frauen, bietet sich uns nun die Möglichkeit die Expertise von Klientinnen zu nutzen und mit der Fachkompetenz von Beraterinnen zu kombinieren. In den Folgejahren werden wir dieses Wissen in unsere Beratungsarbeit einfließen lassen. Wir werden uns auch überlegen, wie wir die Ergebnisse der Studie in zukünftige Schulungen, Workshops oder Supervisionen einbinden können.

Anhang: FEEDBACK für frauenberatenfrauenONLINE 2020

„vielen Dank für Ihre Antwort. Bei jeder davon fällt ein kleiner Steinbrocken von mir ab. Das Gefühl, verstanden zu werden (also das meine Gedanken und Gefühle tatsächlich nachvollziehbar sind), lässt das Gefühl, so verkehrt zu sein, etwas kleiner werden.“

"Darüber schreiben tut so gut!"

"Danke für Ihre immer so wohltuenden Worte, das entlastet mich sehr, mit Ihnen zu schreiben."

"Ich habe Sie "getroffen" als ich nichts als Unsicherheit hatte und nichts als Ermutigung brauchte und ich kann nicht genug betonen, was es für einen Unterschied macht, wenn eine Frau im richtigen Moment von der richtigen Person mal hört: "Machen Sie mal, vertrauen Sie sich mal", denn das Gefühl haben Sie mir gegeben. Danke."

"es ist für mich schon ein guter Schritt, dass ich mit Ihnen schreibe und somit ein bisschen ins Tun komme :-)) ich muss mir selbst wichtiger werden und mich auch um mich selber kümmern."

„ich danke Ihnen sehr für Ihre Nachricht. Es tut so gut darüber zu schreiben. Ich bin so froh, dass ich mich getraut habe mich an die Beratungsstelle zu wenden.“

Aus der Zeit der Coronakrise März/April 2020:

„Vielen Dank für Ihre Online-Hilfe, das ist in dieser Quarantäne-Situation genau das, was ich dringend brauche.“

„Ich bin so froh, dass ich während dieser Corona-Krise mit Ihnen schreiben kann. Danke für Ihre Leitsätze, die werde ich mir vorsagen, wenn ich das nächste Mal in Panik zu verfallen drohe.“

„Das Schreiben hier ist eine Entlastung in dieser Kasernierungskrise, in der mir als Kranke zuhause die Decke auf den Kopf fällt.“

"Vielen Dank für Ihre Antworten - es ist wirklich hilfreich, hier Gedanken, die im Alltag nicht so viel Platz finden, überhaupt einmal zu formulieren und aufzuschreiben und auch Ihre Gedankenanstöße! Vielen Dank Ihnen und Ihrem Team für diese Möglichkeit der Onlineberatung!"

"vielen Dank für Ihre schnelle und wirklich hilfreiche Antwort. Im Schriftlichen fühle ich mich auch deutlich sicherer als im direkten sozialen Kontakt."

"Es ist wirklich schön und beruhigend, dass Sie diese Worte für die Krise finden. Ich merke selber, dass mir die Isolation und kaum Kontakte zu meinen Freundinnen mir mehr zusetzen als gedacht und wie Sie bereits sagen, Ängste nur noch mehr verstärken. Aber Sie haben Recht, auch wenn man nicht weiß, wann genau die Krise überwunden ist, werden wir sie überwinden. "

"Ihre Antwort hat mich sehr beruhigt. Sie sind so gut auf alles eingegangen und Ihre Fragen helfen mir dabei, mein Verhalten und meine Ängste reflektieren zu können. Ich fühle mich wohl Ihnen diese Dinge zu erzählen, weil ich merke, dass Sie mich ernst nehmen. Vielen Dank dafür!"

"Sie haben mich schon durch Ihre wenigen Nachrichten so sehr bestärkt und mir ein positives Gefühl vermittelt. Ich bin wirklich sehr froh, dass ich diesen Austausch mit Ihnen habe.

"Es ist mein Ziel, alles dafür zu tun, dass es eine Krisenzeit bleibt und kein längerfristiges Problem wird. Deshalb habe ich mich an Ihre Onlineberatung gewandt

- ich möchte auch in Zukunft für die vielen spannenden Dinge belastbar sein, zu denen ich glücklicherweise die Chance habe, und nicht von unverarbeiteten Problemen überrascht werden."

„Vielen Dank für ihre rasche Antwort und das Bestärken!“

„Wow, vielen lieben Dank! Es hat mir schon gleich beim ersten Mal geholfen, hier zu schreiben. Ich werde Ihre Tipps ausprobieren und bin schon viel zuversichtlicher in dieser Krise.“

„Ihre Worte haben mir sehr geholfen, danke.“

„Durch Ihre Unterstützung bin ich mittlerweile nicht mehr ganz so ängstlich, das merke ich. Vielen Dank hierfür.“

„Ich danke Ihnen sehr für Ihr Mut machendes Antwortschreiben in dieser Krisenzeit! Ich konnte damit schon einiges bewältigen und an meiner Situation verbessern.“

„vielen Dank, Sie haben mir sehr geholfen. Ich sehe meinen Lebensweg wieder positiver und melde mich gerne bei weiteren Fragen.“

„Vielen Dank für die Antwort das hat mir schon sehr geholfen zu hören, dass es so wichtig ist darüber zu sprechen und das der Schritt mich an jemanden zu wenden richtig war. Es ist richtig, dass es wirklich sehr schwer ist sich mit dem Thema sexualisierter Gewalt auseinander zu setzen. Ich bin froh, dass das hier online möglich ist.“

„Die Email-Beratung finde ich ist ein sehr guter Einstieg und eine wahnsinnig gute Möglichkeit den ersten Schritt zu machen.“

„Vielen Dank für die Aufmunterung durch Ihre Nachricht, ich fühle mich dadurch schon ein wenig leichter.“

„vielen Dank für Ihre Antwort. Ihre Worte waren so klar und haben mich noch einmal sehr in meiner Wahrnehmung bestärkt. Das tut gut.“

„Ich bedanke mich für die Möglichkeit, meinen Gedanken freien Lauf zu lassen.“

„Vielen Dank für das Zuhören im Lesen!“

„Danke für die tollen Infos in dieser Corona-Krisenzeit! Das hilft mir sehr, hier mit Ihnen zu schreiben.“

„Beratung zu suchen kostet mich sehr viel Überwindung. Schriftlich schaffe ich es, obwohl es mir schwer fällt. Sprechen kann ich (noch) nicht darüber.“

„Während dieser Krise freue ich mich noch mehr auf Ihre Nachrichten.“

„Das Schreiben hilft mir, vieles besser zu verstehen.“

„Es hilft, alles mal ‚aus dem Kopf zu schreiben‘. – Vielen Dank dafür!“

„Es ist tatsächlich so, dass ich merke, dass ich mich intensiver damit auseinandersetze und auch erkenne woran es möglicherweise liegen könnte, dass ich mich so zurückziehe. Allerdings fällt mir dabei natürlich auch auf, dass ich einen Teil meines Seins völlig verloren habe und auch ein Gefühl dafür, was ich wirklich möchte und fühle, weil ich mir diese Dinge so lange „verboten“ habe. Das ist noch sehr schwierig für mich, aber es beruhigt mich Sie an meiner Seite zu wissen.“

„Vielen Dank für Ihr Verständnis und Ihre sehr positive Art, die mir sehr viel Kraft und Mut schenkt“

„Ich bin so froh, dass ich hier mit Ihnen schreiben kann, habe sonst keine anderen Ansprechpartner.“

„Vielen Dank für alle diese wertvollen Impulse!“

„Jedenfalls vielen, vielen Dank für die Informationen! Sie haben mir sehr geholfen.“

„Es beruhigt mich irgendwie, dass Sie dieses Verhalten nicht direkt als Schwäche interpretieren, sondern ihm auch eine gewisse Stärke abgewinnen können.“

„Es tut mir so gut, dass Sie mir bereits durch diese eine Antwort so viel entgegengebracht haben.“

„Danke auch für die schönen und einfühlsamen Bilder oder Verknüpfungen in Ihrer Beratung wie die Selbstbestimmung oder die Reise durch ein Erlebnis!“

„Sie haben recht, dass Akzeptanz und ein gewisses Verständnis für sich selbst wichtig sind für die Verarbeitung. Vielen Dank für die Erinnerung!“

„Danke für Ihre Gedanken und den "Realitätscheck". Es gäbe ganz bestimmt nicht so viel "Innenschau", wenn der Alltag sich aktuell etwas normaler gestalten würde.“

"Danke für Ihre Worte. Sie geben mir damit Sicherheit in dieser unsicheren Zeit."

"Ihre Nachrichten geben mir sehr viel Mut!"

"Vielen Dank für Ihren ganzen Input. Es hilft mir wirklich sehr, mich so mit Ihnen auszutauschen."

"Vielen Dank für Ihre Überlegungen und Ihre Hilfe!"

"Nochmal herzlichen Dank für Ihre Beratung. Sie haben mir sehr geholfen! Mein Mann wird jetzt im home-office auch einen Teil der Kinderbetreuung übernehmen. Das war vor der Beratung für ihn unvorstellbar. Sie haben mich gut im Verhandeln mit ihm gestärkt. In Zukunft werden wir uns das fairer aufteilen."

"Dieses Schreiben hat mir sehr gut getan. Vielen Dank für die Möglichkeit der Onlineberatung in dieser schwierigen Zeit der Isolation!"

"Ich danke Ihnen wie immer ausdrücklich für diesen unterstützenden Briefwechsel."

"Es tut einfach gut, hier meine Gedanken und Gefühle niederzuschreiben, damit kann ich innerlich Ordnung schaffen."

"Vielen Dank, dass Sie diese viel zu lange nächtliche Nachricht lesen und mir antworten."

„Sie zu lesen ist so schön, nach einem schrecklichen Tag.“

„vielen Dank für die ermutigende Antwort, ich bin richtig happy, dass Sie mir geschrieben haben." "Danke für die Bestärkung, meine Familie versteht mich überhaupt nicht, für sie ist Scheidung ein Tabu, auch wenn es Gewalt gibt.“

„Vielen Dank für die vielen Impulse, die ich in dieser Krisenzeit sehr gut umsetzen kann.“

„Danke für Ihre wertvollen Anregungen, ich werde diese gleich am Wochenende ausprobieren.“

„Vielen Dank für Ihr Mutmachen, Ihre Anregungen und den Perspektivenwechsel, das hilft mir sehr in dieser schwierigen Zeit.“

„ja, inzwischen gelingt mir da eine gewisse Steuerung wirklich gut und ich nehme diesen Unfug auch teilweise wirklich satirisch. Ich hab mich da wirklich weiterentwickelt, danke Ihnen auch dafür.“

„vielen Dank für Ihre Rückmeldung. Durch die Umformulierung konnte ich wirklich diese Umstände als extern belassen, welche ich nicht beeinflussen kann. Ich leite diesen Verein nicht und kann maximal diese Umstände kritisch ansprechen. Dadurch habe ich auch wieder ein wenig Leichtigkeit in meinen Alltag gebracht. Welche ich sehr genieße. Danke für das gemeinsame Erarbeitung dieser Umformulierung!“

„Es werden sicherlich einige verwirrende Gedanken über dieses Erlebnis bleiben und immer wieder kommen, wichtig ist mir, für schwierige Momente ein ‚Back-up‘ oder eine Strategie zu haben. Es ist sehr hilfreich, dass ich diese mit Ihnen hier in der Onlineberatung entwickeln kann.“

„Herzlichen Dank für Ihre rasche und gut zutreffende Antwort!“

„Danke, dass ich hier schreiben kann! Das erleichtert mit etwas das alleine zuhause Sitzen-Müssen.“

„Vielen Dank für Ihre Beratung, sie ist wirklich hilfreich, gerade in der Corona-Zeit!“

„In Ihnen eine Ansprechperson zu haben gibt mir Kraft. Ich bin Ihnen so dankbar dafür!“

„Es freut mich, dass Sie diese Entwicklung bereits als enorme Stärke sehen.“

„Was ich gut kann und an mir mag hier aufzuschreiben hat mir gut getan.“

„Vielen Dank für den Mut, den Sie mir machen! Ich werde dranbleiben.“

„Ich freue mich, Sie an meiner Seite zu wissen.“

„Es ist so wichtig, eine Ansprechperson zu haben – Danke für diese Möglichkeit der unkomplizierten Onlineberatung auch während der Ostertage in dieser Krisenzeit!“

"Und ich freue ich auch sehr, dass ich diese Plattform entdeckt habe und mit Ihnen schreiben kann. Auch das tut mir sehr gut!

Ich merke, dass gerade unglaublich viel weitergeht und ich aus dieser Krise, so schlimm es auch teilweise für mich war die letzten Wochen, auch sehr viel mitnehmen kann.

Und auch, dass ich einen Alltag mit kaum bis sehr erträglichen Schmerzen gerade sehr genießen kann, freut mich.

Danke dafür!! :-)"

„Danke für Ihre Fragen!! Das finde ich sehr hilfreich. Über die erste hatte ich mir bislang noch nicht wirklich viele Gedanken gemacht.“

„Find es so toll, dass es dieses Angebot gibt und bin wirklich sehr dankbar für unsere Kommunikation, sie bringt & brachte mir wirklich sehr viel!“

„Sehen Sie, es hilft mir wirklich sehr, (Ihnen) zu schreiben. Ich komme so immer wieder auf weitere Sachen drauf, und kann auch durchs drüber Nachdenken und durchs Schreiben Dinge besser sortieren in meinem Kopf. Ich bin kein Mensch, der "einfach so" auf die Idee kommen würde, für sich selbst Sachen niederzuschreiben, und so ist es für mich irgendwie momentan sehr motivierend, dass ich weiß, Sie werden sich mein Gedankenwirrwarr (sorry for that) durchlesen und darauf antworten. Freue mich, dass mir wieder etwas klar geworden ist, schon spannend, wie eins Dinge wieder vergisst, und auch spannend, wie schnell zwei Jahre vergehen können...“

Unsere Arbeit wurde unterstützt von:

 Bundeskanzleramt



Wir danken auch unseren privaten SpenderInnen.