

*Liebe Kolleginnen und Kollegen,  
sehr geehrte Damen und Herren,*

wir möchten Ihnen mit diesem Bericht einen kleinen Einblick geben in unsere Arbeit des Jahres 2023. Insgesamt haben **321 Frauen** im letzten Jahr **1.564 Stunden Einzelberatung oder -therapie** in Anspruch genommen. Zusätzlich wurden **192 Stunden Gruppentherapie** durchgeführt. Ein deutlicher Beratungsschwerpunkt lag wieder einmal bei Beziehungsthemen, Trennungen, Scheidungen oder Krisen in der Partnerschaft. Mehr als die Hälfte der Frauen kam mit partnerschaftsbezogenen Anliegen.

Ein weiterer auffälliger Schwerpunkt lag bei Selbstwertthemen. Genauere Zahlen zur Lebenssituation der Rat suchenden Frauen und ihren Anliegen, sowie einige Anmerkungen dazu finden sie auf den nächsten Seiten.

Unsere Arbeit des letzten Jahres war nicht zuletzt geprägt durch personelle Veränderungen. Auch die möchten wir im Folgenden dokumentieren.

Das Engagement gegen jegliche Formen von Gewalt gegen Frauen ist seit jeher Teil unseres Selbstverständnisses und unserer konkreten Arbeit mit Frauen. Dazu gehört, dass wir uns in zwei Arbeitskreisen engagieren, die vom Amt für Gleichstellung koordiniert werden. Der ‚AK Gewaltschutzgesetz‘ und der ‚AK gegen Gewalt an Frauen und Mädchen‘ setzen sich dafür ein, die Situation von gewaltbetroffenen Frauen in Münster zu verbessern und Öffentlichkeit zu schaffen für ein Thema, das nach wie vor zum größten Gesundheitsrisiko für Frauen gehört.

Ein wichtiger Hebel zur politischen und gesellschaftlichen Veränderung beim Thema ‚Gewalt gegen Frauen‘ ist die Umsetzung der Istanbul-Konvention, einem internationalen Abkommen, welches auch von der Bundesregierung unterzeichnet wurde. Bereits im Juni 2022 hat der Rat der Stadt Münster beschlossen, die Istanbul-Konvention durch einen Aktionsplan auf kommunaler Ebene umzusetzen. Seit Sommer 2023 stehen dafür personelle und finanzielle Ressourcen zur Verfügung. In einer Auftaktveranstaltung im Dezember 2023 haben kommunale Verwaltung, politische Entscheidungsträger\*innen und zivilgesellschaftliche Akteur\*innen mit der Arbeit an einem solchem Aktionsplan für Münster begonnen.

Bei der Umsetzung auf kommunaler Ebene werden noch einige dicke Bretter zu bohren sein – eine Aufgabe, bei der wir uns in den nächsten Jahren sicherlich weiter engagieren werden.

*Ihr Team von* **Beratung und Therapie für Frauen**

# Beratung & Therapie

f ü r F r a u e n

## Beratung und Therapie für Frauen

Neubrückenstr. 73

48143 Münster

Telefon 0251 58626

frauenberatung@muenster.de

www.frauenberatung-muenster.de



## Unsere Angebote

In unserer Beratungsstelle finden Rat suchende Frauen ein differenziertes Unterstützungsangebot:

- Offene Sprechzeiten an 4 Wochentagen
- Information
- Krisengespräche
- Gewaltschutzberatung
- Orientierungsgespräche
- Einzelberatung
- Einzeltherapie
- Chatberatung
- Paarberatung für gleichgeschlechtliche Paare
- therapeutische Kurzzeitgruppen
- längerfristige Gruppentherapie
- Nachsorgegespräche

Wir bedanken uns für die Unterstützung unserer Arbeit beim:

- Amt für Gleichstellung der Stadt Münster
- Land NRW



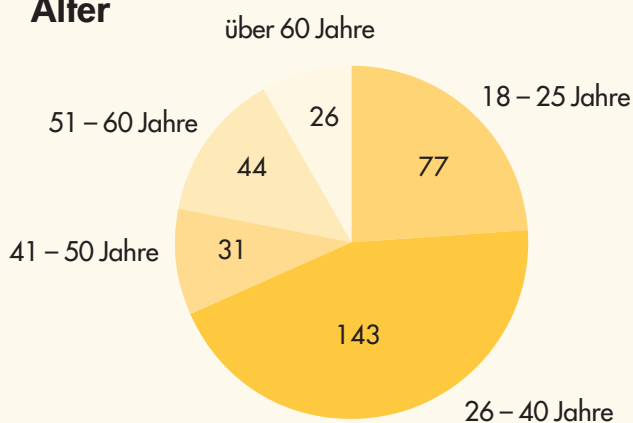
## Statistiken

### Anliegen der Rat suchenden Frauen

(Mehrfachnennungen möglich)

Trennung, Scheidung, Beziehungsprobleme .....	170
Selbstwert .....	111
Gesundheit, Psychische und /oder psychosomatische Erkrankungen .....	97
Physische und psychische Gewalt .....	65
Berufliche Probleme .....	65
Sexualisierte Gewalt .....	39
Sexualität, sexuelle Identität .....	39
Essstörungen .....	24
Soziale Isolation/Kontaktschwierigkeiten/ Trauer ...	20
Kinder- und Erziehungsfragen .....	19
Stalking .....	19
Digitale Gewalt .....	18
Migrationsproblematik .....	17
Rechtliche Probleme/Verfahrensbegleitung .....	15
Sozialberatung/existenzielle Sicherung .....	14
Sonstiges .....	10
Sucht (auch Co-Abhängigkeit) .....	8
Zwangsheirat .....	4
Suizidalität .....	3

### Alter



### Anmerkungen zur Statistik

Beim Alter der Rat suchenden Frauen liegt klassischerweise ein Schwerpunkt bei den jüngeren Frauen zwischen 18 und 40 Jahren.

Die 18–29-Jährigen berichten häufig von Schwierigkeiten in ihrer Herkunftsfamilie (psychische Erkrankungen, Suchterkrankungen, Gewaltdynamiken etc).

Die zunehmende Eigenständigkeit ermöglicht es ihnen, sich mit professioneller Unterstützung mit den problematischen Aspekten der Herkunftsfamilie auseinanderzusetzen. Das Verhältnis zum eigenen Körper, großer Leistungs- und Optimierungsdruck, soziale Unsicherheiten, Prüfungsängste sind weitere wichtige Themen. Wir beobachten zudem eine zunehmende Zahl von jungen Frauen mit Arbeitsstörungen oder Problembeschreibungen, die Richtung ADHS gehen.

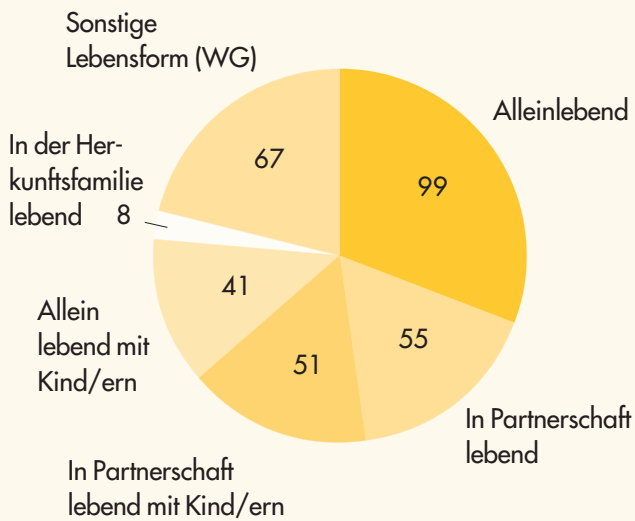
Frauen im Alter zwischen 30 und 40 Jahren kommen häufig mit den klassischen Kernthemen der Vereinbarkeit von Familie und Beruf. Tragfähige Partnerschaftsmodelle müssen ausgehandelt, Konflikte ausgetragen, Patchworksysteme ausbalanciert werden. Zugleich suchen viele Frauen dieser Altersgruppen aber auch Unterstützung bei unerfüllten Beziehungswünschen oder der Erfahrung häufiger Beziehungsabbrüche.

Selbstwertprobleme benannte fast jede zweite Frau. Überzogene Erwartungen, veränderte Rollenzuschreibungen, sich widersprechende Erwartungen bieten viel Raum für selbstkritisches Sich-Infrage stellen und das Fokussieren auf vermeintliche Schwachstellen. Eine Selbstwertproblematik korreliert mit vielen psychischen Anliegen und Themen wie etwa Depressionen, Ängsten, Essstörungen und Gewalterfahrungen.

Bei Rat suchenden Frauen mit psychischen und psychosomatischen Erkrankungen stellt sich für die Mitarbeiterinnen der Beratungsstelle immer auch die Frage, ob das ambulante Setting der Beratungsstelle den geeigneten Unterstützungsrahmen bietet. Unsere Aufgabe ist hier auch ein Wegweiser zur passenden Hilfe zu sein. Im Anschluss an eine kassenfinanzierte Einzeltherapie oder einen Klinikaufenthalt werden die Frauen häufig an uns verwiesen, um durch die Teilnahme an einer Therapiegruppe den Transfer der erworbenen Erkenntnisse und Erfahrungen in den Alltag weiter zu festigen.

# Statistiken

## Lebensform

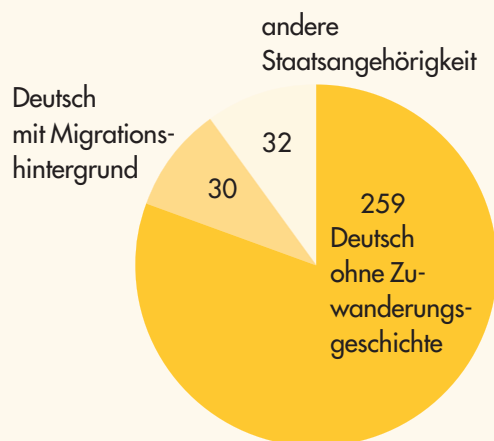


## Tätigkeit

(Mehrfachnennungen möglich)

Vollzeit erwerbstätig	118
Teilzeit erwerbstätig	42
Zeitweise erwerbstätig	8
Arbeitssuchend /ALG I/ALG II	21
Erwerbsunfähig	7
keine Arbeitserlaubnis	11
In Ausbildung/Umschulung/Studentin	76
SGB XII-Empfängerin	9
Rentnerin	10
Elternzeit	7
Hausfrau	4

## Staatsangehörigkeit



## Anmerkungen zur Statistik

Seit einigen Jahren verstetigt sich die Zahl Rat suchender Frauen mit einer anderen Staatsangehörigkeit bzw. mit Migrationshintergrund. Die Frauen kommen aus unterschiedlichen Ländern. Einen Schwerpunkt bilden Frauen aus Krisen- bzw. Kriegsregionen wie z.B. Syrien oder Afghanistan oder der Ukraine. Wir arbeiten mit Sprachmittlerinnen, die uns bekannt sind und mit Dolmetscherinnen zertifizierter Übersetzungsdienste. Immer wieder werden in diesen Prozessen die Grenzen unserer Tätigkeit deutlich. Die Frauen benötigen häufig aufgrund schwerer und multipler Traumatisierungserfahrungen eine Therapie, die den ambulanten Rahmen unserer Einrichtung sprengt und sie würden darüber hinaus gesicherte Rahmenbedingungen, d. h. vor allem einen gesicherten Aufenthaltsstatus benötigen. Zugleich wissen wir, dass wir mit einer noch spezifischeren Öffentlichkeitsarbeit noch weitere nicht-deutsch-sprechende Frauen mit Unterstützungsbedarf erreichen würden. Um zusätzliche Bedarfe zeitnah abzudecken, wäre die Beratungsstelle allerdings dringend auf zusätzliche Mitarbeiterinnen angewiesen.

# Digitale Gewalt –

## ein Thema, das an Bedeutung gewinnt

Auch wenn in der Statistik das Thema ‚Digitale Gewalt‘ zahlenmäßig nicht so relevant erscheint, ist es ein Problem, mit dem wir seit einiger Zeit verstärkt zu tun haben. Statistisch erfasst wird es lediglich in den Fällen, in denen das Thema der Hauptanlass für die Rat suchenden Frauen ist, sich an die Beratungsstelle zu wenden.

Digitale Gewalt ist ein Oberbegriff für Formen von Gewalt, die sich technischer Hilfsmittel und digitaler Medien bedienen und/oder Gewaltformen, die im digitalen Raum, z. B. auf Online-Portalen stattfinden. Digitale Gewalt funktioniert nicht getrennt von „analoger Gewalt“. Sie stellt meist eine Ergänzung oder Verstärkung von Gewaltverhältnissen und -dynamiken dar. Digitale Gewalt umfasst eine Vielzahl von Angriffsformen, die auf Herabsetzung, Rufschädigung, soziale Isolation und die Nötigung oder Erpressung eines bestimmten Verhaltens der Betroffenen abzielen. Die durch digitale Medien mögliche anonyme Vorgehensweise und die Brandbreite digitaler Kommunikation erleichtern die Angriffe. Digitale Gewalt findet aber ebenso im sogenannten sozialen Nahraum statt. Als geschlechtsspezifische Gewalt ist sie häufig Teil von (Ex)Partnerschaftsgewalt.

Es gibt verschiedene Formen von digitaler Gewalt. Dazu gehören:

- Das Diffamieren, Ausgrenzen, Beleidigen und Bedrohen von Personen über Handy, Computer und Internet durch das Versenden belästigender Nachrichten oder das Streuen gezielt falscher Informationen.
- Das Aneignen der Identität einer anderen Person, um Einträge in Chats, Blogs und Foren zu verfassen oder Waren und Dienstleistungen zu bestellen.

- Das Fotografieren und Filmen der Betroffenen in der eigenen Wohnung oder einem besonders geschützten Raum ohne Zustimmung der Betroffenen.
- Die Weitergabe von privaten digitalen Aufnahmen ohne Zustimmung der Betroffenen, etwa in sozialen Netzwerken oder auf pornografischen Seiten.
- Das Zusenden und Weiterleiten von pornografischen Bildern und Videos ohne Zustimmung der Empfängerinnen.
- Das Ausspionieren und Abfangen von Daten mit und ohne Spyware.
- Die Ortung und digitale Überwachung von Personen durch PC und Handy.
- Das Drohen damit, intime und gegebenenfalls bearbeitete Fotos und Filme zu verbreiten, um die Betroffene zu einer bestimmten Handlung zu nötigen.
- Körperliche und sexuelle Übergriffe mit dem Ziel, Fotos und Filmaufnahmen anzufertigen und die Betroffene auch nach der Tat zu demütigen und zu kontrollieren.
- Das Verbreiten privater Informationen durch digitale Medien am Arbeits- oder Ausbildungsplatz.

In sämtlichen Beratungsfällen zum Thema ‚Stalking‘ und zum Thema ‚Häusliche Gewalt‘, mit denen wir zu tun haben, ist digitale Gewalt ein Teil der Gewaltdynamik. Darüber hinaus berichten insbesondere jüngere Frauen zunehmend von Erfahrungen sexualisierter Gewalt via Soziale Medien durch Fremdtäter. Zumeist sind Erfahrungen von digitaler Gewalt mit einem sehr hohen Ohnmachtsgefühl und dem Gefühl von Ausgeliefert-Sein verbunden.

The image shows a screenshot of the website 'Beratung & Therapie für Frauen'. The header includes the logo, contact information (0251 58626, frauenberatung@muenster.de), and a language selection menu. Below the header is a navigation bar with links: STARTSEITE, WIR ÜBER UNS, ZIELGRUPPE, ANGEROTE, VEREIN, KOOPERATIONEN, DOWNLOADS, AKTUELLES, KONTAKT. The main content area features the text 'WIR UNTERSTÜTZEN FRAUEN' and 'auf ihrem Weg, selbstbewusst und zufrieden zu leben.' Below this is a photograph of a group of women standing in shallow water, each holding a brightly colored umbrella. To the right of the photo is a large QR code.

<https://www.frauenberatung-muenster.de/>

In den offenen Sprechstunden können sich Rat suchende Frauen in einem persönlichen Erstkontaktgespräch über die Angebote der Beratungsstelle informieren und auch klären, welche Art der Unterstützung sie weiterhin benötigen.

## Abschiede

Andrea Cersovsky, die 27 Jahre lang als Psychologin in der Beratungsstelle gearbeitet hat, hat sich aus unserem Team verabschiedet. Sie hat die Beratungsstelle entscheidend mitgeprägt. Mit ihrem breit aufgestellten psychologischen Fachwissen als Verhaltens- und Hypnotherapeutin und ihrer hohen Verlässlichkeit war sie eine ungemein geschätzte Kollegin. Sie wird in Zukunft ausschließlich als Psychotherapeutin in ihrer eigenen Praxis arbeiten.

Eine weitere Kollegin, die Psychologin Antonia Woelke, hat sich zum Ende der Probezeit aus persönlichen Gründen entschieden, Münster und damit auch die Beratungsstelle zu verlassen.

In einem kleinen Team nach so langer Zeit neue Kolleginnen einzuarbeiten und damit auch offen zu sein für Veränderungen hat unsere Arbeit im letzten Jahr auf jeden Fall geprägt.

Wir freuen uns, dass wir zwei neue Kolleginnen gewinnen konnten.

## Neue Kolleginnen

### Ria Mester

„Seit Mai 2023 arbeite ich in der Beratungsstelle. Ich bin Diplom-Pädagogin und personenzentrierte Gesprächs- und Körpertherapeutin. In meiner langjährigen Arbeit mit Frauen ist mir auch meine Ausbildung zur Fachberaterin für Psychotraumatologie immer wieder hilfreich gewesen. Frauen erleben häufig verschiedene Formen von Gewalt und Diskriminierung. Ein Anliegen meiner Arbeit ist Frauen in der Verarbeitung dieser Gewalterfahrung zu unterstützen und mich für den Abbau von gesellschaftlichen Strukturen, die Gewalt begünstigen, einzusetzen.“



### Theresa Niesmann

„Seit Oktober 2023 arbeite in der Beratungsstelle. Ich bin Psychologin und absolviere die Ausbildung zur Psychologischen Psychotherapeutin im Verfahren Kognitive Verhaltenstherapie, die ich aller Voraussicht nach im September 2024 abschließen werde. Das Besondere an der Arbeit in der Frauenberatungsstelle ist für mich einerseits die Vielfältigkeit der Aufgaben und andererseits die feministische Grundhaltung, die sich durch alle Bereiche unserer Arbeit zieht.“



Mit Spenden helfen Sie unsere Arbeit abzusichern:

Förderverein **Beratung und Therapie für Frauen**

Volksbank Münster · IBAN DE15 4036 1906 7207 3743 00