



Beratung und Therapie für Frauen e.V.

Neubrückenstr. 73

48143 Münster

Tel. (0251) 5 86 26

E-Mail: [frauenberatung@muenster.de](mailto:frauenberatung@muenster.de)

**Danışma merkezimiz**  
**"Kadınlar İçin Danışma ve Terapi'nin"**  
(Beratung und Therapie für Frauen)  
**İnternet sayfasına hoş geldiniz!**

Danışma merkezimizde yalnızca kadınlara hizmet verilmektedir. Irkından, cinsel yöneliminden, dininden veya milliyetinden bağımsız olarak 18 yaş ve üstü her kadın bize başvurabilir. Eğer danışmanlık isteyen bir kadın Almanca diline yeterince hakim olmadığını düşünüyorsa, kendisine çevirmenlerimiz aracılığıyla yardımcı oluruz.

Gizlilik yükümlülüğüne tabiyiz.

Eğer isterseniz, adınız açıklanmadan da bizden danışmanlık hizmeti alabilirsiniz.

**Aşağıda örnek olarak verilen durumlarda bize başvurabilirsiniz:**

- Şiddet görüyorsanız ya da görmüşseniz (bedensel eziyet, cinsel içerikli şiddet, psikolojik şiddet, vb.),
- Depresyon, korku ya da başka psikolojik şikayetleriniz varsa,
- Yemek yeme bozukluklarından şikayetçiyseniz,
- Hayatınızdan memnun değilseniz, ya da yılığınsanız ve bir değişim istiyorsanız,
- Hayat arkadaşınızla, ailenizle veya sosyal çevrenizle anlaşmazlıklar yaşıyorsanız,
- Kendinizi bunalmış hissediyorsanız,
- Kendinize güveninizi yitirmişseniz,
- Cinselliğinizle veya bedeninizle ilgili sorunlar yaşıyorsanız,
- İş durumunuz sizde duygusal sıkıntı yaratıyorsa.

**Size aşağıdaki hizmetleri sunuyoruz:**

- Haftanın dört günü açık konuşma saatleri
- Kriz görüşmeleri
- Şiddetten korunma danışmanlığı
- Bireysel danışma ve terapi
- İsrarlı takibe (Stalking) karşı danışmanlık
- Grup terapisi

Eğer danışmanlık hizmeti almak istiyorsanız, lütfen önce açık görüşme saatlerimiz içerisinde yapılacak bir ilk görüşme için randevu alınız. Bu ilk görüşmede merkezimizin sorununuz için doğru adres olup olmadığını birlikte açıklığa kavuşturacağız. Danışma merkezimizin size nasıl destek verebileceğini görüşecek ve eğer gerekiyorsa, sizi Münster'de bulunan diğer destek olanakları konusunda bilgilendireceğiz.

İlk görüşme randevusu için en iyisi e-postayla ya da aşağıdaki saatler içerisinde telefonla başvurunuz:

**Pazartesi günleri saat 9-11, Salı günleri saat 11-13, Çarşamba günleri saat 15-17 ve Perşembe günleri saat 16-18.**

Bilgilerinizin güvenliğini Avrupa Genel Veri Koruma Direktifi kapsamında garanti ediyoruz.