



FTZ

FrauenTherapieZentrum

Tätigkeitsbericht 2017

FTZ 1 Psychosoziale/Psychoonkologische Beratung
FTZ 4 violenTia
Einrichtungen des FrauenTherapieZentrum – FTZ München e.V.

Inhaltsverzeichnis

FTZ – Frauentherapiezentrum 1 / FTZ – Frauentherapiezentrum 4, Psychosoziale/Psychoonkologische Beratung und violenTia	3
Vorwort	5
1. Sozialstruktur unserer Klientinnen.....	11
2. Zufriedenheit unserer Klientinnen.....	14
3. Arbeitsschwerpunkte – Zahlen und Aussagen.....	15
3.1 Zielsetzung/Ziele.....	15
3.2 Zielgruppe.....	16
3.3 Zu den Angeboten	17
3.3.1 Psychosoziale Beratung	20
3.3.2 Geleitete Gruppen	24
3.3.3 Selbsthilfe.....	27
3.3.4 Das Jahresprogramm 2017.....	30
3.3.5 Psychoonkologie.....	32
3.3.6 violenTia	34
4. Personalentwicklungsmaßnahmen, Qualitätsmanagement	40
5. Öffentlichkeitsarbeit, Gremienarbeit, Fortbildungen	41
6. Zusammenarbeit mit anderen Einrichtungen.....	42
7. Verein	45
7.1 Geschäftsführende Tätigkeit und Öffentlichkeitsarbeit.....	45
Geschäftsverteilungsplan FrauenTherapieZentrum – FTZ München e.V.....	48
Geschäftsverteilungsplan FrauenTherapieZentrum – FTZ gemeinnützige GmbH	49
Organigramm	51

FTZ – Frauentherapiezentrum 1, Psychosoziale/Psychoonkologische Beratung

**Beratung, Therapie, Gruppen, Selbsthilfe
bei psychosozialen/psychosomatischen Problemen,
in Krisensituationen, bei Krebserkrankungen**

FTZ – Frauentherapiezentrum 4, violentia

**Beratung für Frauen, die in Partnerschaften Gewalt
ausüben**

Maßnahmebereich

Angebote

- ◆ psychosoziale/psychosomatische/psychoonkologische Einzelberatung
- ◆ Beratung für Frauen, die in Partnerschaften Gewalt ausüben
- ◆ Paarberatung für lesbisch lebende Frauen
- ◆ geleitete Gruppen
- ◆ Anti-Gewalt-Trainingsgruppen
- ◆ Selbsthilfegruppen
- ◆ psychiatrische Vor- und Nachsorge
- ◆ Jahresprogramm (Workshops/Vorträge)

Die Praxis basiert auf:

- ◆ der Fortschreibung der Konzeption der psychosozialen Versorgung von Frauen des FTZ – Frauentherapiezentrum1, Psychosoziale/Psychoonkologische Beratung und violentia

- ◆ der Konzeption eines Jahresprogramms
- ◆ der Fortschreibung der Konzeption der frauenspezifischen Selbsthilfearbeit des FTZ – Frauentherapiezentrum1, Psychosoziale/Psychoonkologische Beratung

Zielgruppe

- ◆ Frauen mit psychosozialen und psychosomatischen Problemen
- ◆ Frauen in psychosozialen Krisensituationen
- ◆ Frauen aus der psychiatrischen Vor- und Nachsorge
- ◆ Frauen, die in Partnerschaften Gewalt ausüben
- ◆ Frauen mit und nach einer Krebserkrankung
- ◆ Angehörige

Zuschussgeber

- ◆ Sozialreferat/Stadtjugendamt der Landeshauptstadt München
- ◆ Referat für Gesundheit und Umwelt der Landeshauptstadt München
- ◆ Bezirk Oberbayern

Weitere Finanzierungsmittel sind:

- ◆ Spenden, Mitgliedsbeiträge, Bußgelder, Teilnehmerinnenbeiträge, Kursgebühren
- ◆ Stiftungsgelder

Mitarbeiterinnen

Feste Mitarbeiterinnen

Sabine Conrad, Verwaltung (bis Okt.)
Stephanie Eichhorn, Dipl. Päd., HP
Claudia Engel, M.A. (Öffentlichkeitsreferentin)
Stephanie Hennekemper, Verwaltung (ab Okt.)
Gisela Hilbert, Dipl. Päd. (Geschäftsführung)
Stephanie Kaindl, M.A.
Marion Kolb, Dipl. Soz. Päd. (FH) (Fachleitung)
Melanie Pfaffenberger, Dipl. Soz. Päd. (FH)
Elgard Schinko, Dipl. Psych. (Psychoonkologie)
Bettina Schuler, Dipl. Soz. Päd. (FH)
Renate Wahdatehagh, Dipl. Soz. Päd. (FH)
Jenny Weirather, Dipl. Soz. Päd. (FH)

Freie Mitarbeiterinnen

Barbara Feser, Päd. M.A., HP
Lili Herzog, Päd. M.A., HP

Honorarkräfte

Gabi Weichmann (Verwaltung)

Praktikantinnen

Lina Kratzer
Silke Schreiber-Voglmeier

Supervisorin

Hanna Peteranderl, Dipl. Theolog., Supervisorin (DGSV)

Vorwort

Weibliche Depression

Was bedeutet „weibliche Depression“? Gibt es tatsächlich eine geschlechtsspezifische Depression? Laut Diagnosehäufigkeit leiden in etwa doppelt so viele Frauen an einer Depression wie Männer. Diagnostiziert wird anhand der sich zeigenden Symptome und deren Verlauf. Für Deutschland schätzt die WHO die Zahl der Menschen mit Depressionen auf 4,1 Millionen, das sind 5,2 % der Bevölkerung (Ärzteblatt, Februar 2017). Stärker als der Durchschnitt litten Menschen zwischen 55 und 74 Jahren an Depressionen, teilte die WHO mit. In dieser Altersgruppe seien 7,5 % der Frauen und 5,5 % der Männer betroffen. Angesichts dieser Zahlen kann durchaus von einer Volkskrankheit gesprochen werden.

38 % der Frauen, die in die Psychosoziale Beratungsstelle kamen, litten an einer leichten, mittleren bis schweren Depression, bei unserer Beratungsstelle „violentia“ waren es im vergangenen Jahr 29 % – eine beträchtliche Zahl, hinter der sich viel Leid, Verzweiflung und Schmerz verbirgt.

Nach wie vor ist die Volkskrankheit „Depression“ ein großes Tabuthema, gerade bei Menschen, die im Berufsleben stehen. Es herrscht hartnäckig das Bild, dass depressive Menschen nicht belastbar, weniger stressresistent und leistungsfähig sind. Häufig verbirgt sich daher unter einem Burnoutsyndrom eine Depression. In unserer Leistungsgesellschaft an einem Burnout zu leiden, ist gesellschaftsfähiger, was den entscheidenden Vorteil mit sich bringt, dass die Betroffenen sich deutlich früher Hilfe suchen.

Warum aber werden so viele Frauen depressiv?

Diese Frage ist sehr komplex und es lassen sich derzeit nur unterschiedliche Hypothesen aufstellen, die es immer wieder zu überprüfen gilt.

Frauen nehmen tendenziell eher wahr, wie es ihnen geht, sie reagieren sensibler auf ihre Gesundheit – was als Stärke und nicht als Schwäche zu verstehen ist.

Eine weitere Ursache mag die häufig anzutreffende Doppel-, Dreifach- oder Vierfachbelastung sein: Job, Haushalt, Kinder, die Pflege der alten Eltern, alles zerrt an den Nerven und verursacht Stress. Frauen versuchen häufig, alles perfekt und richtig zu machen und in die "Nettigkeitsfalle" zu treten. Sie stellen der Harmonie zuliebe sich und die eigenen Bedürfnisse zurück, sie zeigen ihren Ärger und ihre Enttäuschungen selten direkt. Auch wirtschaftliche Not und Armut treffen häufiger Frauen als Männer, was einen zusätzlichen Stressor darstellt.

Zudem leiden Mädchen und Frauen häufiger unter den Traumafolgen, die durch sexuellen Missbrauch entstanden sind. Missbrauchsoffer leiden als Erwachsene häufig an Depressionen und Angststörungen.

Ein anderer Aspekt sind sicherlich auch hormonelle Unterschiede. Mit dem Auf und Ab der Sexualhormone während ihres Zyklus, vor und nach der Geburt sowie in den Wechseljahren erleben viele Frauen Stimmungsschwankungen, die in eine Depression münden können.

Spannend ist es auch zu hinterfragen, ob es tatsächlich in dem Ausmaß mehr Depressionen bei Frauen gibt, oder ob die Ursache auch in der Art der Diagnosestellung zu suchen ist. Wenn eine Frau mit unklaren körperlichen Beschwerden zu einer Ärztin geht, dann ist es wahrscheinlicher als bei einem Mann, dass die Ärztin „etwas Psychisches“ als Ursache vermutet. Außerhalb der Forschung hält sich das Bild vom schwachen Geschlecht ziemlich hartnäckig. Viele Männer neigen eher zu „externalisierenden Symptomen“, wenn es ihnen psychisch nicht gut geht: Sie machen z. B. exzessiv viel Sport, trinken Alkohol und ziehen sich zurück.

In unserer Beratungstätigkeit beschäftigen wir uns sehr mit dem Aspekt der Heilung von Depression bzw. ihrer Symptome. Es ist unserer Erfahrung nach sinnvoll, die Auslöser der Depression zu erforschen und damit an der Wurzel nach Lösungen und alternativen Wegen zu suchen. Wir gehen sowohl von körperlichen als auch psychischen als auch neurochemischen und genetischen Ursachen aus, die sich gegenseitig bedingen.

Die Angebote zur Behandlung von Depression sind sehr breit und reichen von Apps für das Smartphone zur Früherkennung von Krisen, kostenlosen Webinaren zum Thema Depression über Vitalstofftherapien, Selbsthilfegruppen, Psychotherapie- und Beratungsangeboten, Entspannungskursen, alternativen Heilmethoden bis hin natürlich zur Einnahme von Antidepressiva. Untersuchungen zufolge entscheiden sich allerdings 50 % der Betroffenen gegen eine Behandlung mit Psychopharmaka – zum einen wegen der zu befürchtenden Nebenwirkungen, zum anderen, weil der Glaube an die Wirkung fehlt.

Die Autorin und Psychiaterin Kelly Brogan hat sich in ihrem spannenden Buch „Die Wahrheit über weibliche Depression: Warum sie nicht im Kopf entsteht und ohne Medikamente heilbar ist“¹ intensiv mit dem Thema Depression und deren Heilmethoden beschäftigt. Laut Frau Brogan ist die Depression ein Zustand, der oft von Entzündungsvorgängen ausgelöst wird. "Der machtvollste Weg zum Gehirn – und zum Seelenfrieden – führt durch den Darm", behauptet sie. Doch sie schreibt auch: "Ich kann es nicht oft genug wiederholen: Das engmaschige Netz, zu dem Darm, Gehirn, Immun- und Hormonsystem gehören, ist schwer zu entwirren. Solange wir diese komplexen Beziehungen nicht vollumfänglich verstehen, sind wir außerstande, einer Depression vorzubeugen oder sie wirksam zu behandeln."

Neben der oben erwähnten „Ursachenforschung“ ist es unser Anliegen, die betroffenen Frauen zu unterstützen, eine Selbstverantwortung für den eigenen Körper zu übernehmen, die Feinheiten des Körpers und der Psyche wahrzunehmen sowie individuelle, heilsame Lebensweisen zu entwickeln und umzusetzen. Weiterer zentraler Punkt ist für uns die Vernetzung und enge Kooperation mit anderen Einrichtungen und Hilfesystemen, wie PsychiaterInnen, Kliniken, niedergelassenen PsychotherapeutInnen, Selbsthilfeinitiativen (wir bieten auch selbst Selbsthilfegruppen für depressive Frauen an), dem Bündnis gegen Depression, den SPDI's und natürlich den vielfältigen Einrichtungen des Frauentherapiezentrum.

Im Rahmen unseres Jahresprogramms finden Frauen vielfältige, ganzheitliche Unterstützungsmöglichkeiten bei Depressionen oder zur Prävention von Depressionen, beispielsweise durch Yoga, Meditation, Tanz, Achtsamkeitstrainings, Gewaltfreie Kommunikation.

¹ Die Wahrheit über weibliche Depression. Warum sie nicht im Kopf entsteht und ohne Medikamente heilbar ist. Kelly Brogan, Kristin Loberg, Beltz Verlag, Weinheim Basel, 2017

Jahresprogramm 2017

Unser Jahresprogramm 2017 zum Thema „Burnout“: „Funktionierst du noch oder lebst du schon? Burnout als Chance einer Wandlung“ war auch in diesem Jahr sehr gut besucht; 20 von 28 angebotenen Veranstaltungen konnten stattfinden. Anhand der Rückmeldungen hatten wir den Eindruck, dass der Gedanke „Funktionierst du noch oder lebst du schon?“ zahlreiche Frauen in herausfordernden Lebenslagen anspricht – auch solche, die sich nicht der Gruppe der burnoutgefährdeten Frauen zuordnen lassen.

Entsprechend haben wir für 2018 den Begriff „Burnout“ aus dem Titel genommen und starten unser Jahresprogramm 2018 unter dem Titel „Funktionierst du noch oder lebst du schon?“

violentia – Beratung für Frauen, die in Partnerschaften Gewalt ausüben

In diesem Jahr nahmen doppelt so viele Klientinnen das Angebot unserer Beratungsstelle violentia wahr, zudem fanden 100 Beratungen mehr als im Vorjahr statt. Das Ergebnis freut uns sehr, drückt es doch aus, dass violentia zunehmend bekannter wird und ihren Platz in der Münchner Soziallandschaft findet. Die Kolleginnen von violentia bringen sich weiterhin sehr aktiv in Gremien und anderen Vernetzungszusammenhängen ein.



Um violentia weiter in München bekannt zu machen, haben wir eine Postkarte entworfen, die wir breitflächig in der Stadt verteilt haben.

Die Künstlerin Julia Entner hat die Zeichnung für die Postkarte dankenswerterweise ehrenamtlich für uns gefertigt.

Julia Entner hat an der Kunstakademie München studiert und beschäftigt sich intensiv mit Genderthemen.

Unser Team

Erfreulicherweise gab es 2017 keine personellen Wechsel und eine hohe Stabilität. Auch in diesem Jahr verbrachten wir erneut zwei Teamtage in einem Seminarhaus im Allgäu. Neu war, dass alle drei Beratungsstellen – die Psychosoziale, die Psychoonkologische Beratungsstelle und violentia – mit dabei waren.

Intensive Konzeptdiskussionen, fachlicher Austausch, sonniges Wetter und genussvolles Beisammensein förderte unseren Teamentwicklungsprozess zu aller Zufriedenheit.



Ein Ort der Kreativität

Anfang des kommenden Jahres wird es einen bereits bekannten Personalwechsel geben: Eine sehr geschätzte Kollegin kehrt zurück, um erneut eine Kollegin in ihrer Elternzeit zu vertreten – es freut uns sehr, dass dieser Wechsel so unkompliziert möglich ist.

Im nächsten Jahr wird es zudem eine bedeutsame personelle Veränderung geben: Frau Gisela Hilbert, Geschäftsführerin des Vereins und der Beratungsstellen, wird Mitte 2018 in ihren wohlverdienten Ruhestand gehen. Wohlwissend, dass es derzeit nicht sehr leicht ist, offene Stellen zu besetzen, haben wir bereits in diesem Jahr die Stelle ausgeschrieben und sind sehr glücklich, dass wir im Dezember noch eine sehr erfahrene, kompetente Kollegin gewinnen konnten.

Seit vielen Jahrzehnten haben Praktikantinnen einen festen Platz im FrauenTherapie-Zentrum. Es ist uns ein großes Anliegen, Studentinnen eine Möglichkeit zu bieten, die psychosoziale Arbeit mit Frauen kennenzulernen und sich mit ihren Ideen einzubringen. Die Praktikantinnen übernehmen nach einer Einarbeitungszeit und Schulung große Teile unserer Telefonberatung, was ein sehr wichtiger Beitrag für die Beratungsstellen ist. Die meisten unserer Praktikantinnen studieren Soziale Arbeit in München. Aktuell unterstützt uns eine sehr engagierte Psychologiestudentin aus Innsbruck, die für ein halbes Jahr ein freiwilliges Praktikum absolviert.

Praktikantinnen sind eine große Bereicherung für unsere Arbeit – immer wieder entstehen neue Impulse durch die Auseinandersetzung mit den Studierenden. Herzlichen Dank an all unsere ehemaligen und aktuellen Praktikantinnen für die vielfältigen Unterstützungen.

Abschiedsüberraschung von
zwei ehemaligen Praktikantinnen



Weltfrauentag

Zum Weltfrauentag organisierte das Bayerische Staatsministerium für Arbeit und Soziales, Familie und Integration in Kooperation mit der LMU München eine Podiumsdiskussion unter dem Motto „Unser Körper – frei für neue Zwänge?“. Wir haben uns sehr in unserer Kompetenz geschätzt gefühlt, als die Psychosoziale Beratungsstelle des FrauenTherapie-Zentrums angefragt wurde, an der Podiumsdiskussion teilzunehmen. Marion Kolb, Fachleitung der Beratungsstellen, diskutierte im vollen Hörsaal der LMU gemeinsam mit den anderen Gästen Vorteile und Risiken des „neuen“ Körperbewusstseins.

Nach einer Eingangsrede von Emilia Müller (Bayerische Staatsministerin für Arbeit und Soziales, Familie und Integration) und einem Impulsvortrag von Prof. Dr. Paula Villa (Lehrstuhl für Soziologie der LMU München) kam es zu einer spannenden, inspirierenden Diskussion über das vielschichtige Thema.

Als Frauenberatungsstelle ist es uns ein großes Anliegen, Frauen darin zu unterstützen, sich ihrem Körper wieder in Freiheit anzunähern, ihn bewusst in der Vielfältigkeit zu erfahren und eingeprägte Muster zu lösen. Dazu gehört zum einen die Anerkennung dessen, „was ist“, „wie der Körper ist“ – zum anderen ist es wichtig, das Bewusstsein bezüglich bestehender Machtstrukturen, die durch soziale und kulturelle Normen geprägt werden, zu schärfen.

Moderiert wurde die Veranstaltung von Ulrike Ostner (Bayern 2).

Teilnehmerinnen der Podiumsdiskussion:

Emilia Müller (Staatsministerin für Arbeit und Soziales, Familie und Integration), Prof. Dr. Paula Villa (Lehrstuhl für Soziologie und Gender Studies LMU München), Magda Albrecht (Aktivistin und politische Bildnerin, Bloggerin), Dr. med. Marita Eisenmann-Klein (Fachärztin für plastische und ästhetische Chirurgie), Marion Kolb (Fachleitung Psychosoziale/Psychoonkologische Beratungsstelle des FTZ e. V.), Dr. Christine Theiss (Moderatorin der Fernsehsendung „The Biggest Loser“ und ehemalige Profisportlerin).



Von links nach rechts:

Ulrike Ostner, Marion Kolb, Prof. Dr. Paula Villa, Magda Albrecht, Emilia Müller, Dr. med. Marita Eisenmann-Klein, Dr. Christine Theiss

Politik

Am 3. Oktober fand der Jour fixe mit der 3. Bürgermeisterin Christine Strobl, organisiert durch das Münchner Frauennetz, statt. Leider konnte Frau Dorothee Schiwy (Leitung Sozialreferat München), die geladen war, nicht teilnehmen.

Es fand eine lebhaftere Diskussion zu den folgenden Themenkomplexen statt:

Gewalt gegen Frauen und Mangel an Wohnraum, fehlende Mädchenräume, unbefriedigende Wohnraumvergabesituation, Gender Budgeting, ältere Frauen und Teilhabe.

Unterstützung und Sponsoring

Auch in diesem Jahr haben einige Menschen durch Taten, Geld- oder Sachspenden unsere Arbeit unterstützt.

Seit 2014 engagiert sich bereits der „Ladies Circle 15 München“ für unsere Beratungsstellen, sowohl mit Geldspenden als auch mit tatkräftiger Unterstützung. Mit unterschiedlichen Aktionen sammelten die ehrenamtlichen, jungen Frauen Spenden ein: Beim Wiesnstand während des Oktoberfestes wurden selbsthergestellte Waren gegen Spenden vergeben und beim Weihnachtsstand Plätzchen und Lebkuchen verkauft. Zum Jahresende sammelten die Ladies im Rahmen eines „Pfandraising“ in einem großen Supermarkt in Pullach Spenden für uns.



Einige der Ladies beim „Pfandraising“ in Pullach

Das ganze Jahr über begleiteten die Frauen einige unserer Jahresprogrammveranstaltungen mit tatkräftiger Unterstützung, indem sie für die Teilnehmerinnen einen wertschätzenden Rahmen boten mit Getränken, Snacks und liebevoller Raumgestaltung. Wir freuen uns auf die gemeinsamen Projekte im kommenden Jahr und danken von ganzem Herzen für die großartige Unterstützung.

Ein herzliches Dankeschön

Bei allen Zuschussgebern, allen Personen und Institutionen, die unsere Arbeit auch im Jahr 2017 möglich machten durch Übernahme von Kosten, Zuweisung von Bußgeldern oder Spenden, Unterstützung durch Arbeits- und Sachleistungen und durch fachliche Kooperation, bedanken wir uns sehr herzlich. Ein besonderer Dank geht an dieser Stelle an die VertreterInnen der Stadtverwaltung und Politik für die erneute sehr gute Kooperation in diesem Jahr.

Dankenswerterweise gefördert von:



Landeshauptstadt
München
Sozialreferat
Stadtjugendamt



*mit freundlicher
Unterstützung der*

Landeshauptstadt
München
**Referat für Gesundheit
und Umwelt**



Die Leitung mit den Teams des
FTZ – Frauentherapiezentrum 1, Psychosoziale/Psychoonkologische Beratung
FTZ – Frauentherapiezentrum 4, violenTia

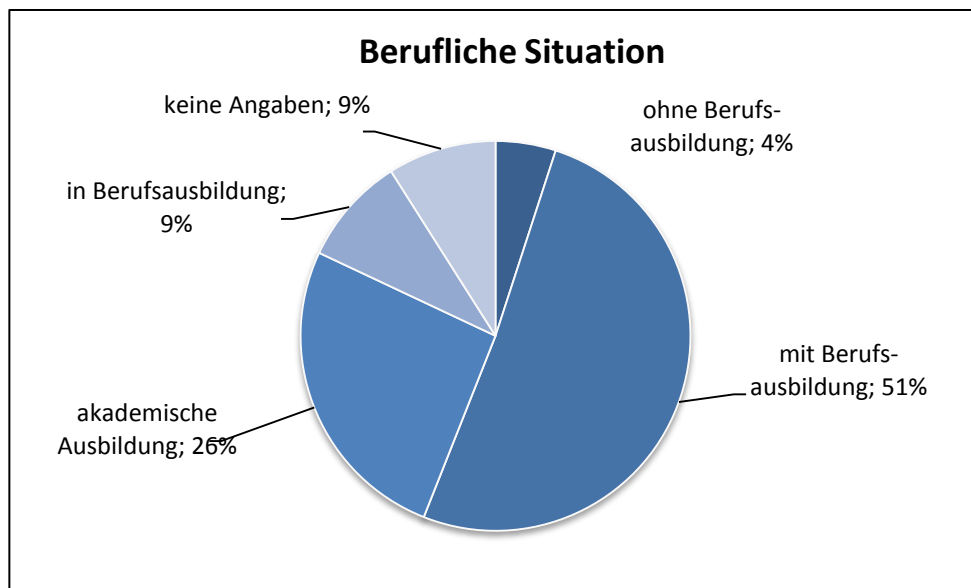
1. Sozialstruktur unserer Klientinnen

Im Jahr 2017 suchten insgesamt 3.010 Frauen*² Unterstützung durch die Psychosoziale/Psychoonkologische Beratungsstelle und violenTia.

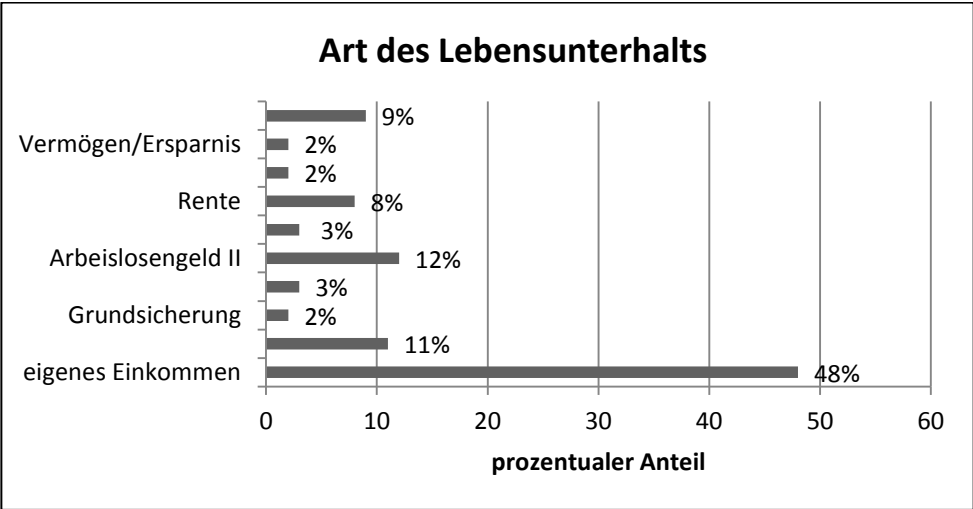
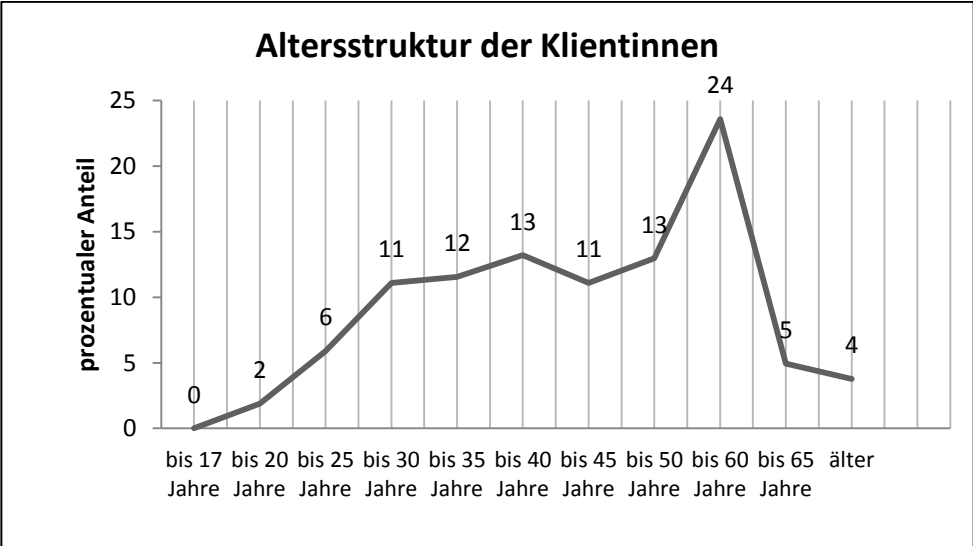
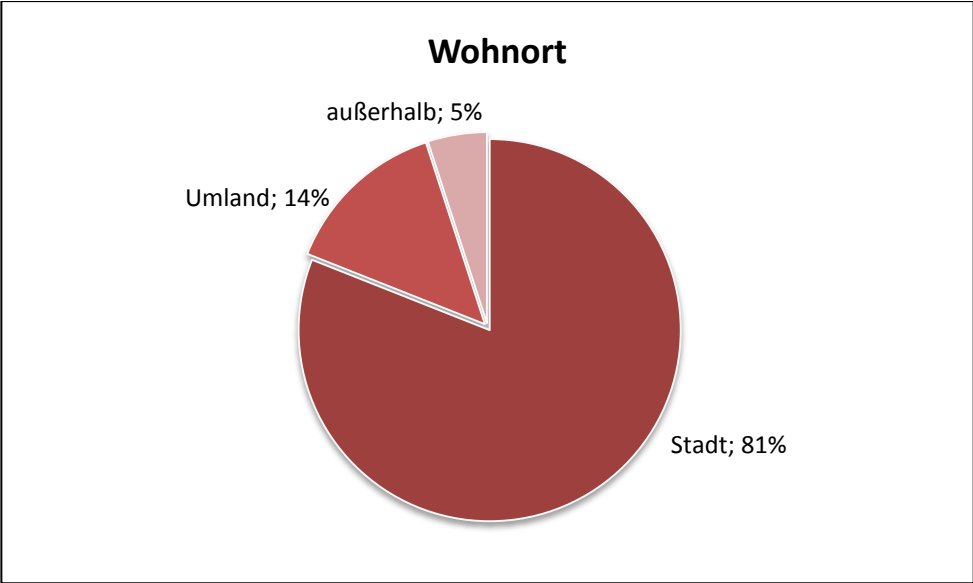
19 % der Klientinnen, die unsere Einrichtung persönlich aufsuchten (telefonische Kontakte konnten dabei leider nicht berücksichtigt werden), waren Migrantinnen. Sie kamen aus unterschiedlichen Ländern, wie beispielsweise der Türkei, Spanien, Frankreich, Italien, Russland, Ungarn, Polen, Thailand, Griechenland, Kroatien, Rumänien, Chile, Bosnien, Iran, Albanien, Afghanistan und Peru. Es freut uns sehr, dass unser Angebot vermehrt von Migrantinnen angenommen wird. Weitere 30 % haben entweder selbst oder durch ihre Eltern bzw. Großeltern Wurzeln in einem anderen Land.

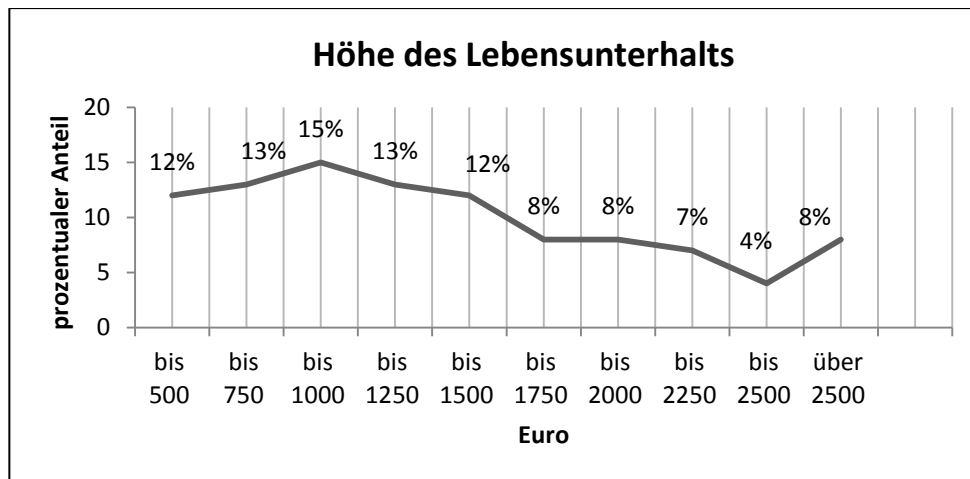
Es ist uns ein großes Anliegen, die interkulturelle Kompetenz der Mitarbeiterinnen stetig zu verbessern und die Beratungsstelle bei Frauen mit Migrationshintergrund bekannt zu machen.

Sozialstruktur der Klientinnen in der Psychosozialen/Psychoonkologischen Beratungsstelle und violenTia



² Das Gender-Sternchen (*) hinter „Frauen“ soll deutlich machen, dass wir nicht nur Menschen meinen, die „biologisch“ weiblich sind, sondern alle, die sich als Frau definieren, fühlen oder verstehen, ebenso wie Menschen, die sich keinem Geschlecht zuordnen. Aus Gründen der besseren Lesbarkeit haben wir darauf verzichtet, das Gendersternchen im gesamten Text zu verwenden.





Die Altersstruktur unserer Besucherinnen war breit gefächert, wobei die meisten Frauen, die zu uns kamen, zwischen 25 und 60 Jahre alt waren. Das entspricht einem prozentualen Anteil von 83 %. 8 % unserer Besucherinnen waren zwischen 17 und 25 Jahre jung. Klientinnen über 60 Jahre waren mit 9 % vertreten.

Wie in den Vorjahren war deutlich, dass Frauen aus allen sozialen Schichten mit den unterschiedlichsten psychosozialen Hintergründen die Beratungsstellen aufsuchten.

Aus den Zahlen ist, wie im vergangenen Jahr, zu ersehen, dass 88 % der Frauen, die das FTZ 1 und FTZ 4 persönlich aufsuchten, im Alter zwischen 25 und 65 Jahren waren, sich also im erwerbsfähigen Alter befanden. 25 % der Frauen waren jedoch, bezogen auf die Höhe ihres Einkommens (bis 750 €), als arm zu bezeichnen. Weitere 15 % hatten lediglich ein Einkommen bis 1.000 € zur Verfügung. Das bedeutet, dass 40 % der Frauen als relativ arm zu bezeichnen waren oder an der Armutsgrenze lebten – eine traurige und ausdrucksstarke Zahl.

Diese Zahlen sind umso gravierender, als 60 % der Frauen eine Berufsausbildung hatten oder sich in Ausbildung befanden und 26 % ein abgeschlossenes Studium absolviert hatten, ein großer Teil von ihnen aber am Existenzminimum lebte.

2017 bezogen, ähnlich wie im Jahr zuvor, 15 % der Frauen ALG I oder ALG II. Im Vergleich zur Münchner Arbeitslosenquote ist dieser Anteil gravierend hoch. Im November 2017 betrug die Arbeitslosenquote in München 3,6 % (Bundesagentur für Arbeit, November 2017).

Der Zusammenhang von Arbeitssituation, finanziellen Nöten, deren Auswirkungen auf Familie und Gesundheit und den daraus entstehenden psychosozialen Krisen wird durch diese Zahlen deutlich.

2. Zufriedenheit unserer Klientinnen

Wie kommen unserer Klientinnen zu uns?

Vermittlung an die Psychosoziale/ Psychoonkologische Beratungsstelle und violenTia durch:	
Einrichtungen des Gesundheits- und Sozialbereichs	33 %
Persönliche Empfehlung	47 %
Medien	11 %
Fraueneinrichtungen im Gesundheits-, Sozial- und Kulturbereich	8 %
Gerichte/Anwälte	1 %

Aus dem Statistikbogen für den Erstkontakt ist ersichtlich, dass 81 % der Frauen die Einrichtung ausdrücklich als Frauenberatungsstelle aufsuchten. Zu unserer großen Freude waren auch in diesem Jahr 97 % der Frauen mit der Unterstützung sehr zufrieden und 3 % teilweise zufrieden. Die Rubrik 'nicht zufrieden' wurde erneut von keiner Klientin genannt.

Im Jahr 2017 gab es erneut keine schriftlichen Eingaben im Rahmen unseres etablierten Beschwerdemanagements.

3. Arbeitsschwerpunkte – Zahlen und Aussagen

3.1 Zielsetzung/Ziele

Die Psychosoziale/Psychoonkologische Beratungsstelle und die Beratungsstelle violenTia bieten für Frauen in Krisen- und Belastungssituationen Beratung/Therapie, Gruppen und Selbsthilfe sowohl zielgruppenübergreifend als auch problemlagen- und zielgruppenspezifisch an. Diese Arbeit erfolgt unter Berücksichtigung der gesellschaftlichen, sozialen, kulturellen und ökonomischen Realität der einzelnen Frau, unter Genderaspekten, vor dem Hintergrund eines ganzheitlichen Ansatzes. Auf der sozial- und gesundheitspolitischen Ebene treten die Beratungsstellen des FrauenTherapieZentrums e. V. für die Anliegen von Frauen ein.

Die Beratungsstellen arbeiten parteilich für Frauen; psychische Störungen und persönliche Krisen werden vor dem Hintergrund weiblicher Lebenswirklichkeit gesehen.

Ziele sind:

- ◆ Stabilisierung der psychischen und physischen Befindlichkeit
- ◆ Stärkung des Selbstheilungspotentials
- ◆ Stärkung und Verbesserung der sozialen Kompetenz
- ◆ Entwicklung von Konfliktfähigkeit
- ◆ Stärkung und Erweiterung der Wahrnehmungs- und Ausdrucksfähigkeit
- ◆ Veränderung belastender Lebensumstände in Familie und Beruf
- ◆ Herstellung und Förderung von Unterstützungszusammenhängen
- ◆ Veränderung innerer Einstellungen
- ◆ Etablierung selbstbestimmten Handelns
- ◆ Auflösung selbstzerstörerischer Handlungsmuster

Zusätzliche Ziele von violenTia – Beratung für Frauen, die in Partnerschaften Gewalt ausüben, sind:

- ◆ Reflexion von Dominanz und Kontrollverhalten
- ◆ Verantwortungsübernahme für das eigene gewalttätige Verhalten
- ◆ Erlernen eines konstruktiven Umgangs mit Aggressivität
- ◆ Einüben von neuen, gewaltfreien und prosozialen Verhaltensweisen
- ◆ Erhöhung des Selbstbewusstseins und der eigenen Wertschätzung
- ◆ Aufzeigen von sozialverträglichen Möglichkeiten zum Aggressivitätsabbau
- ◆ Besseres Verständnis von Lebensgeschichte, Gefühlen und Verhalten

3.2 Zielgruppe

Zur Zielgruppe gehören Frauen aus unterschiedlichen Kulturkreisen und verschiedenen sozialen Schichten, Frauen, die in verschiedenen Lebensformen leben: alleinstehend, alleinerziehend, verheiratet/mit PartnerIn/ohne Kind/mit Kind, hetero-, bisexuell und lesbisch lebende Frauen, Trans*Personen und Frauen mit Behinderung.

Es sind Frauen

- ◆ in Krisensituationen
- ◆ mit psychosozialen Problemen
- ◆ mit psychosomatischen Problemen
- ◆ mit psychischen Problemen
- ◆ mit sexuellen Problemen
- ◆ mit Gewalterfahrungen
- ◆ mit sozioökonomischen Problemen
- ◆ mit somatischen Problemen
- ◆ mit einer Krebserkrankung
- ◆ mit chronischer Erkrankung
- ◆ aus der psychiatrischen Vor- und Nachsorge
- ◆ mit dem Wunsch, an ihrer persönlichen Entwicklung zu arbeiten
- ◆ die Gewalt in ihren Partnerschaften ausüben

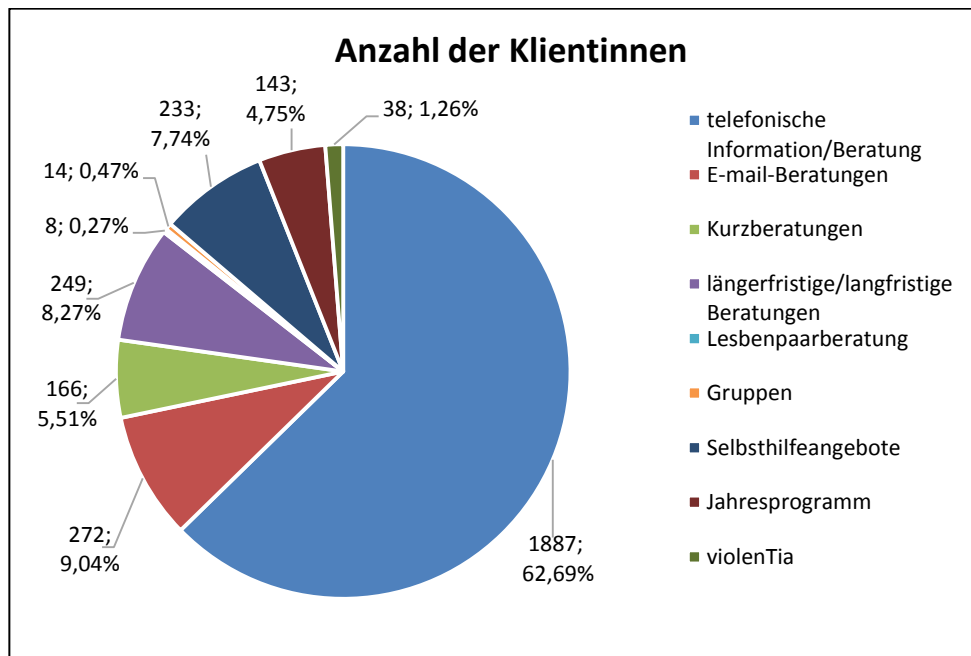
3.3 Zu den Angeboten

Die unterschiedlichen Angebote der Beratungs-, Gruppen- und Selbsthilfearbeit innerhalb der Beratungsstellen können einzeln oder auch nacheinander bzw. nebeneinander in Anspruch genommen werden. Eine Klientin kann z. B. gleichzeitig in einer längerfristigen Einzelberatung sein und an einer Selbsthilfegruppe teilnehmen, oder sie nimmt beispielsweise an einem Workshop im Rahmen des Jahresprogramms teil. Für Frauen mit tiefgreifenden Schwierigkeiten, die über einen längeren Zeitraum Hilfe und Unterstützung benötigen, bieten wir eine Betreuungskette an, die von Krisenberatung über Langzeit-Einzelberatung bis hin zur geleiteten Therapiegruppe und Selbsthilfegruppe reicht.

Die interne Vernetzung der Angebote der verschiedenen Einrichtungen des FrauenTherapieZentrums

Die Angebote der verschiedenen Einrichtungen des FrauenTherapieZentrums können ebenfalls vernetzt genutzt werden. Sie lassen sich begleitend kombinieren oder können aufeinander aufbauen. So kann eine psychiatrieerfahrene Frau sich beispielsweise schrittweise stabilisieren, angefangen vom unverbindlichen Freizeitangebot über Krisenintervention bis hin zu tagesstrukturierenden Angeboten und Ergotherapie. Die fachliche Zusammenarbeit zwischen den einzelnen Einrichtungen ermöglicht die Reflexion der jeweiligen Praxiserfahrungen in den verschiedenen Bereichen. Durch die Auswertungen kann fachübergreifend festgestellt werden, inwieweit die einzelnen Angebote bedarfsorientiert sind und welche aktuellen Problemlagen von Frauen in den unterschiedlichen Fachbereichen deutlich werden.

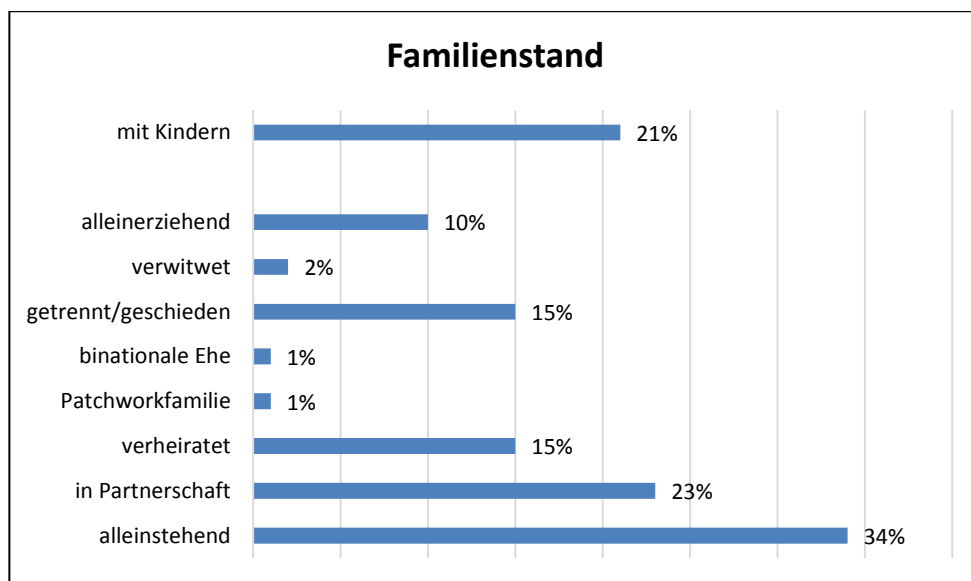
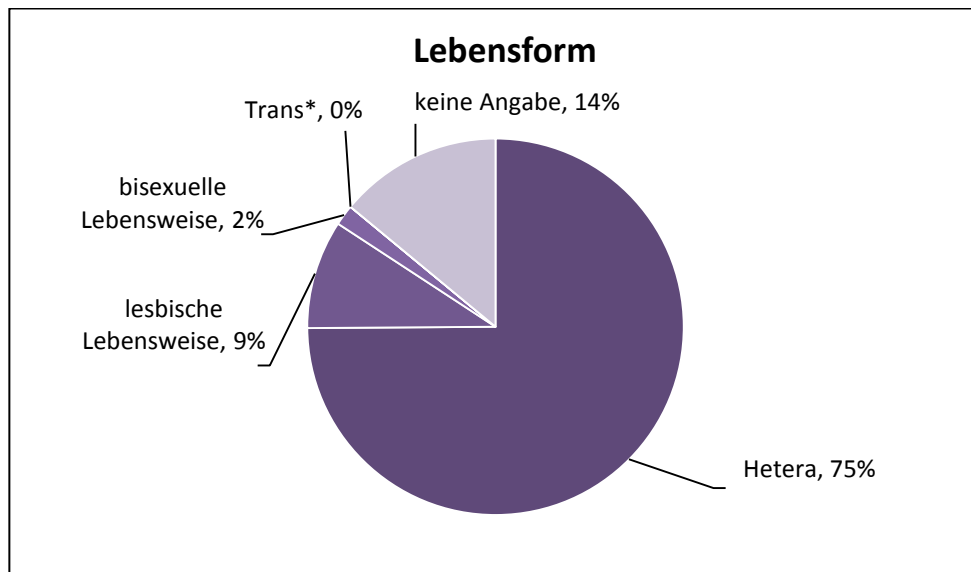
Anzahl der Klientinnen im Jahr 2017



Gesamtanzahl der Frauen: 3.010 = 100 %

Im Jahr 2017 suchten insgesamt 3.010 Frauen Unterstützung durch die Psychosoziale/ Psychoonkologische Beratungsstelle und die Beratungsstelle violenTia (ohne die Klientinnen aus dem psychoonkologischen Bereich).

Lebensform und Familienstand der Klientinnen



In der Rubrik „Familienstand“ ist eine Mehrfachnennung möglich.

Mit folgenden Themen wandten sich die Frauen an uns (die Auflistung der Anliegen für die Beratungsstelle violenTia finden sich auf Seite 37):

Beratungsanliegen (Mehrfachnennung möglich)	
Aggressionen	9 %
Aktuelle (sexuelle) Gewalterfahrung	4 %
Alkohol-/Medikamentenprobleme	4 %
Ängste/Phobien	24 %
Ausbildungs- und berufliche Probleme	51 %
Co-Abhängigkeit	7 %
Depressionen	38 %
Eigene Gewalttätigkeit	3 %
Essstörungen	8 %
Interkulturelle Probleme	6 %
Körperliche und psychische Gewalt im Erwachsenenalter	12 %
Körperliche und psychische Gewalt in Kindheit und Jugend	8 %
Körperliche und psychosomatische Beschwerden	19 %
Kontaktschwierigkeiten/Beziehungsschwierigkeiten	23 %
Kriegstrauma/Flucht	1 %
Krise	39 %
PartnerInnenprobleme	38 %
Posttraumatische Belastungsstörung	14 %
Probleme bei Angehörigen	12 %
Probleme bei der Tagesstrukturierung	18 %
Probleme in der Erziehung/Versorgung der Kinder	15 %
Probleme in der Psychotherapie	2 %
Probleme mit dem Älterwerden	4 %
Psychotische Störungen	1 %
Schlafstörungen	9 %
Selbstdestruktive Tendenzen	13 %
Selbstwertprobleme	37 %
Sexuelle Gewalt im Erwachsenenalter	9 %
Sexualisierte Gewalt und Ausbeutung in Kindheit und Jugend	8 %
Sexuelle Identität/Coming-out	1 %
Sexuelle Probleme	7 %
Sonstige familiäre Probleme	28 %
Soziale Isolation	16 %
Suizidalität	4 %
Trauer	14 %
Trauma	13 %
Trennung/Scheidung	26 %
Verlassenheit, Vernachlässigung, Beziehungsbrüche in der Kindheit	21 %
Wirtschaftliche Probleme	19 %
Zwänge	6 %
Sonstiges	22 %

Die Frauen nannten meist mehrere Anliegen bzw. Problemstellungen.

3.3.1 Psychosoziale Beratung

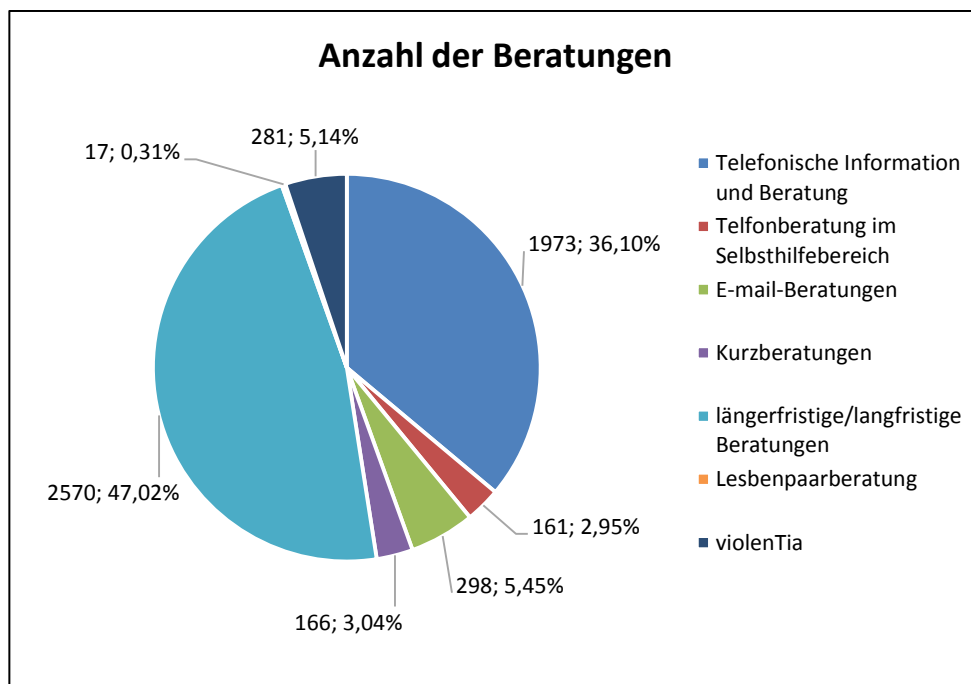
Unsere Angebote innerhalb der psychosozialen/psychoonkologischen Beratung und violenTia umfassen:

- ◆ Telefonische Information und Beratung/E-Mail-Beratung
- ◆ Einzelberatung
 - Kurzberatung/Clearingberatung
 - kurz- und längerfristige Einzelberatung
- ◆ Krisenberatung
 - Krisenintervention
 - längerfristige Begleitung in der psychiatrischen Vor- und Nachsorge
- ◆ Paarberatung für lesbisch lebende Frauen
- ◆ Angehörigenberatung
- ◆ Coaching

Je nach Problemlage der Klientin wird zwischen verschiedenen Beratungsarten unterschieden: Informations-, Clearing-, Kurz-, Entwicklungs- und längerfristig begleitende Beratung und Krisenberatung, Coaching.

Ziel der Beratung ist es, der ratsuchenden Frau durch unterstützende Maßnahmen die Möglichkeit zu geben, selbst eine Lösung für ihre problematische Situation zu finden. Grundlage unseres Angebotes ist ein lösungs- und ressourcenorientierter Ansatz, wobei wir versuchen, die Selbsthilfe- und Selbstheilungspotentiale der Ratsuchenden zu fördern. Durch die Vielzahl und Flexibilität der Angebote wird der Klientin ein soziales Unterstützungsnetz angeboten, das ihr hilft, die eigene Handlungskompetenz und Fähigkeit zur Kooperation wiederzugewinnen. Diese Grundhaltung ist die Basis all unserer Beratungsangebote.

Anzahl der geleisteten Beratungen



Gesamtzahl der Beratungen: 5.466 Beratungen = 100 %

Telefonische Information und Beratung

Unser Telefondienst arbeitet vernetzt mit den anderen Beratungsstellen im Haus, kennt die weiteren Einrichtungen von Verein und gemeinnütziger GmbH und insgesamt die psychosoziale Landschaft von München. So erhalten die Frauen kompetent ausführliche Informationen zu ihren Anliegen und werden gegebenenfalls an die für sie richtige Einrichtung verwiesen.

Die telefonische Information und Beratung machten etwa 36 % der Gesamtzahl der Beratungen aus. Hier sind sowohl die Anrufe registriert, die der Telefondienst für die Psychosoziale/Pschoonkologische Beratungsstelle führt, als auch die Telefonberatungen der Fachkolleginnen.

Die Beratungsstelle violenTia bietet zudem an zwei Wochentagen feste Telefonzeiten an. Die Telefonberatung dient zur Klärung des konkreten Anliegen, zur Information und um gegebenenfalls einen Termin für ein Erstgespräch zu vereinbaren. Bei Krisensituationen werden die dringendsten Fragen umgehend beantwortet.

E-Mail-Beratung

2017 wandten sich 272 Frauen per E-Mail an uns und erhielten 298 E-Mail-Beratungen. Frauen kontaktierten uns einerseits, um Informationen über unsere Angebote zu erhalten, andererseits, um ihr Anliegen zu klären, sich mitzuteilen oder um einen längerfristigen Online-Beratungsprozess wahrzunehmen. Die Vorteile dieser Kontaktaufnahme sind sicherlich die mögliche Anonymität sowie die zeitliche und räumliche Flexibilität. Bereits das schriftliche Formulieren ihres Problems und die konzentrierte Beschäftigung mit ihrem Anliegen bewirkt bei vielen Ratsuchenden eine Klärung.

In der Gesamtzahl der Beratungen machten die E-Mail-Anfragen und -Beratungen ähnlich wie im Vorjahr etwa 5 % aus. Die schriftliche Bearbeitung und Beantwortung der Fragen und Problemstellungen sind allerdings sehr zeitintensiv und müssen daher zeitlich angemessen eingeplant werden.

Einzelberatung

Kurzberatung – Clearing

An zwei Abendterminen und einem Vormittagstermin pro Woche werden jeweils zwei Kurzberatungen à 30 Minuten angeboten. Die meisten Frauen werden über die Telefonberatung in die Kurzberatung vermittelt und erhalten daher bereits vorab ausführliche Informationen zu dem Setting, was den Klientinnen gerade beim Erstkontakt Sicherheit vermittelt.

2017 nahmen 166 Frauen eine Kurzberatung in Anspruch. Für nahezu alle angebotenen Beratungstermine gab es Anmeldungen, was uns in unserem Konzept der Clearingberatung bestätigt. Durchschnittlich werden pro Woche ein bis zwei der angebotenen Beratungstermine nicht wahrgenommen, da die Klientinnen kurzfristig ihren Termin absagen bzw. zum vereinbarten Beratungstermin nicht erscheinen.

Bei der Clearingberatung wird zunächst mit der Klientin ihr Anliegen besprochen und die nächsten Schritte der Unterstützung werden geklärt. Bei manchen Besucherinnen war eine fortlaufende kurz- oder längerfristige Einzelberatung angezeigt, mit manchen wurde die Sinnhaftigkeit der Teilnahme an einer geleiteten Gruppe oder an einer Selbsthilfegruppe erörtert. Viele Frauen kamen, um sich über Psychotherapie zu informieren; mit ihnen wurden die Formalien besprochen, verschiedene Therapieformen erläutert und Wege aufgezeigt, eine kompetente Therapeutin zu finden. Wenn es angezeigt war, wurden die Besucherinnen auch an andere Einrichtungen des FTZ oder Einrichtungen

außerhalb verwiesen. In diesem Zusammenhang ist nochmals die erfreulich hohe Zufriedenheit unserer Klientinnen zu nennen, die auf die Kompetenz der Mitarbeiterinnen verweist, oft komplexe Anliegen in kurzer Zeit mit Empathie zu strukturieren und weitere Unterstützungsmöglichkeiten mit den Frauen zu erarbeiten.

Kurz- und längerfristige Einzelberatung

Im Jahr 2017 nahmen 249 Frauen das Setting der Einzelberatung in Anspruch. Die Klientinnen benötigten teilweise aufgrund der komplexen Problemlagen eine höhere Anzahl an Beratungen als im Vorjahr.

Insgesamt wurden 2.570 Beratungsstunden angeboten, das sind erneut 454 mehr als im Vorjahr. Die Klientinnen nahmen durchschnittlich 10 Beratungsstunden in Anspruch. Die individuelle Beratungsdauer war jedoch sehr unterschiedlich. Oft war ein längerer Beratungszeitraum notwendig, bis die Klientinnen sich wieder stabilisiert hatten und ihre Beratungsziele erreichen konnten.

Auch in diesem Jahr zeigte die statistische Erfassung der Beratungsanliegen, Störungsbilder und Symptome wieder ein weitestgehend ähnliches Bild wie in den Jahren zuvor. Viele Frauen, die unsere Beratungsstelle aufsuchen, weisen tiefgreifende und vielschichtige biographische Belastungen auf, bis hin zu komplexen psychiatrischen Diagnosen. Diese hohe Komplexität erfordert ein integratives Konzept und die Kooperation mit anderen sozialen und psychiatrischen Einrichtungen. Des Weiteren ist zur Stabilisierung eine intensive Arbeit an der therapeutischen Beziehung sinnvoll und notwendig. Je akuter die Belastungssituation der Klientinnen, desto häufiger kommt es zu spontanen Terminabsagen, was leider einen erhöhten organisatorischen Aufwand mit sich bringt.

In diesem Jahr stieg der prozentuale Anteil der Klientinnen, die eine berufliche Belastungssituation erleiden mussten, um ein weiteres Prozent – damit ist über die Hälfte (51 %) der Frauen, die zu uns in die Beratungsstelle kommen, davon betroffen. Diese beachtliche Zahl mag zum einen mit dem Thema unseres diesjährigen Jahresprogramms (Burnout) in Relation stehen, zum anderen beobachten wir seit längerer Zeit einen Zuwachs an Betroffenen, die Probleme mit ihrer beruflichen Situation erleben. Die Problematik zeigt sich in vielfältiger Weise; sie reicht von Arbeitslosigkeit über Ängste bezüglich des Arbeitsplatzes, Mobbing und Burnout bis hin zur Doppelbelastung. Viele Frauen litten in Folge unter mittleren bis schweren Depressionen (38 %), Ängsten und großen Selbstwertproblemen. Bei 19 % (2016: 16 %) der Klientinnen zeigten sich psychosomatische Symptome, die von ausgeprägten Allergien, chronischen Schmerzen, akuten Schlafstörungen über Rückenschmerzen bis hin zu Herz-Kreislauf-Störungen reichten.

Wirtschaftliche Probleme, von denen 2017 erneut 19 % der Klientinnen betroffen waren, sind häufig das Resultat von Arbeitslosigkeit oder einer schlecht bezahlten Arbeitsstelle und bringen unterschiedliche Schwierigkeiten mit sich.

In diesem Jahr benannten 18 % der Hilfesuchenden, dass sie Probleme bei ihrer Tagesstrukturierung hätten, häufig begleitet von Ängsten und einer sozialen Isolation. Die Begleitung erfordert dabei zum einen ein hohes Maß an strukturgebender Interventionen, zum anderen ist die Vernetzungsarbeit mit anderen Angeboten, welche dem ungewollten Rückzug entgegenwirken, von großer Bedeutung.

Die Anzahl der Frauen, die uns in einer akuten Krise aufsuchen, hat sich in diesem Jahr nochmals um 1 % auf 39 % gesteigert. Mehr als ein Drittel der Frauen befand sich in einer akuten Lebenskrise. Mehr Gedanken dazu unter dem folgenden Abschnitt „Krisenberatung“.

Krisenberatung

Wie bereits unter der vorigen Rubrik „Einzelberatung“ angemerkt, befanden sich 39 % der Frauen, die sich 2017 an uns wandten, in einem krisenhaften Zustand. Unter einer psychosozialen Krise versteht Verena Kast, Präsidentin des C.-G.-Jung-Instituts Zürich, die Einengung bzw. Klemme, in der sich das ganze Leben auf ein Problem reduziert (Kast, V.: Der schöpferische Sprung, 1989, dtv München). Die Betroffene erlebt Angst, Panik, Hilflosigkeit, Ausweglosigkeit und fühlt sich in ihrer Identität und Kompetenz bedroht. Es entsteht ein gefühltes Ungleichgewicht zwischen der subjektiven Bedeutung des Problems und den Bewältigungsmöglichkeiten, die der Betroffenen zur Verfügung stehen. Das Versagen der vertrauten Bewältigungsstrategien ruft meist ein enormes Gefühl von Überforderung hervor, was meist als bedrohlich wahrgenommen wird und das Selbstwertgefühl massiv beeinträchtigen kann. 37 % der Frauen, die 2017 in unsere Beratungsstelle kamen, litten an ausgeprägten Selbstwertproblematiken. Die Frauen stehen unter einem hohen Gefühlsdruck und ihre Problemlage erscheint für sie zunächst aussichtslos.

Häufig werden in der Krise die bisherigen Lebensziele in Frage gestellt. Hauptursachen für psychische Krisen sind Verluste (z. B. durch Trennung, Tod, Arbeitsplatzverlust), bedeutsame Lebensveränderungen (z. B. Umzug, Heirat), Traumata (z. B. Unfälle, Gewalterfahrung, Flucht) oder auch Burnout (Überlastung des personellen und sozialen Systems bis zur völligen Erschöpfung der individuellen Ressourcen). Dieses Jahr waren 4 % der Klientinnen von Suizidalität betroffen.

In einer Krisensituation ist schnelle Terminvergabe gefragt, um stützende und strukturierende Hilfestellung geben zu können. Manchmal konnte hier schon durch eine telefonische Beratung eine erste Stabilisierung erfolgen und die Frau kam sich nicht mehr so hilflos und ihrer Situation ausgeliefert vor.

Krisen können auch immer Anstoß für Veränderung und Reifung sein, was in dem längerfristigen Beratungsprozess natürlich Berücksichtigung findet und für einen Entwicklungsprozess genutzt werden kann.

Psychiatrische Vor- und Nachsorge

Die Arbeit im Bereich der Psychiatrischen Vor- und Nachsorge erfordert von den Fachkolleginnen eine besondere Kompetenz, um die persönliche Situation der Klientinnen richtig einzuschätzen. Zum einen müssen krisenhafte Zustände möglichst schnell stabilisiert werden, um z. B. einen stationären Aufenthalt zu verhindern, zum anderen muss aber auch ggf. entschieden werden, den psychiatrischen Krisendienst hinzuzuziehen, um weitere Schritte einzuleiten. Einige Frauen nehmen schon über lange Zeit Psychopharmaka und können sich in ihrem Alltag relativ stabil halten. Verändert sich jedoch die tägliche Routine durch ein unvorhergesehenes Ereignis, kann sich der Zustand der Frau sehr schnell verschlechtern, ihre relative Stabilität kommt ins Wanken.

Gerade in diesem Bereich gibt es Überschneidungen bezüglich der Klientel mit der Psychiatrischen Beratungsstelle des FTZ. Hier erfolgen enge Absprachen und Kooperationen. Weiterer Vorteil dieser engmaschigen Vernetzung ist, dass wir im Einzelfall das Case Management der Sucht- und Psychiatrischen Beratungsstelle in Anspruch nehmen können.

Beratung für lesbische und bisexuelle Frauen sowie Trans*Personen

Der Anteil der lesbisch lebenden Frauen und der Anteil der bisexuell lebenden Frauen unserer Besucherinnen betragen insgesamt 11 %.

Im Jahr 2016 entschlossen wir uns dazu, unsere Vereinssatzung bezüglich der Zielgruppe zu erweitern: Seither bieten wir unser Angebot auch explizit für Trans*Personen (Transfrauen/Transmänner) an. Im letzten Jahr kamen 5 Trans*Personen zu uns in die Beratungsstelle. Erstaunlicherweise kam 2017 keine Trans*Person zu uns in die Beratungsstelle – wir führen dies darauf zurück, dass die Trans*Inter*Beratungsstelle der Münchner Aids Hilfe im Frühling 2017 eröffnet hat und ein vielfältiges, professionelles Angebot für trans*- und inter*Menschen bietet.

Wir freuen uns sehr, dass es die längst überfällige Beratungsstelle nun in München gibt und schätzen die sehr gute Zusammenarbeit mit den KollegInnen. Wir haben uns in diesem Jahr zu einem inspirierenden Kooperationstreffen bei uns in der Einrichtung getroffen und stehen im engen fachlichen Austausch.

Lesbisch, bi- und heterosexuell lebende Frauen sowie Trans*Personen nehmen gleichermaßen an unseren verschiedenen Angeboten teil. So können Frauen gegenseitige Vorbehalte und Ängste abbauen und mehr Verständnis für die jeweilige Lebensweise gewinnen; dabei können wir die Frauen mit unserer Wertschätzung und unserem Wissen unterstützen. Dass die Beratungsanliegen 'Probleme bezüglich sexueller Identität' oder 'Coming-out' nur mit 1 % benannt wurden, bringen wir u. a. damit in Verbindung, dass wir Frauen, die sich speziell mit diesem Themenkomplex beschäftigen, meist an LeTRa e. V. verweisen, die gerade für Frauen im Coming-out-Prozess u. a. hilfreiche Gruppen anbietet.

Lesbenpaarberatung

Im Bereich der Paarberatung für lesbisch lebende Frauen kooperieren wir eng mit der Beratungsstelle LeTRa und verweisen Interessierte immer wieder gerne an die Fachstelle. 2017 kamen 4 Paare zu uns in die Lesbenpaarberatung. Sie nahmen 17 Beratungen in Anspruch.

Die Themen 2017 glichen in großen Teilen den Anliegen der Vorjahre. So ging es u. a. um folgende Problembereiche: Umgang mit psychischen Erkrankungen auf Paarebene, psychische und körperliche Gewalt innerhalb von Partnerschaften, Sexualität und sexuelle Unlust, Kinderwunsch und Familienplanung, Unterstützung im Leben als 'Regenbogenfamilie', Autonomie versus Abhängigkeiten, Trennung, alternative Lebensformen. Beinahe für alle Paare ging es darum, die Kommunikationsstrategien zu verbessern und zu lernen, konstruktiv mit Konflikten umzugehen.

3.3.2 Geleitete Gruppen

Die Gruppenarbeit bietet Frauen die Möglichkeit, sich gegenseitig zu unterstützen und gemeinsam an der Stärkung ihrer Potentiale und an Bewältigungsstrategien ihrer jeweils eigenen Lebenssituation zu arbeiten. Die Frauen erfahren, dass andere sich in vergleichbaren Lebenssituationen befinden, und es gibt die wertvolle Möglichkeit, Kontakt zu anderen Frauen aufzubauen. Neben der Reflexion der eigenen Lebensgeschichte und Problematik ermöglicht die Arbeit in der Gruppe den Teilnehmerinnen, den Blick zu weiten und die bisher einzig als persönlich betrachteten Phänomene in ihrem gesellschaftlichen Kontext zu sehen. Dies bedeutet oft eine große Erleichterung vor allem bei der Frage von Zuweisungen und Gefühlen von Schuld und Unzulänglichkeit. Es werden sowohl Übungen mit der gesamten Gruppe durchgeführt als auch eine vertiefte Arbeit mit einzelnen Frauen innerhalb der Gruppe.

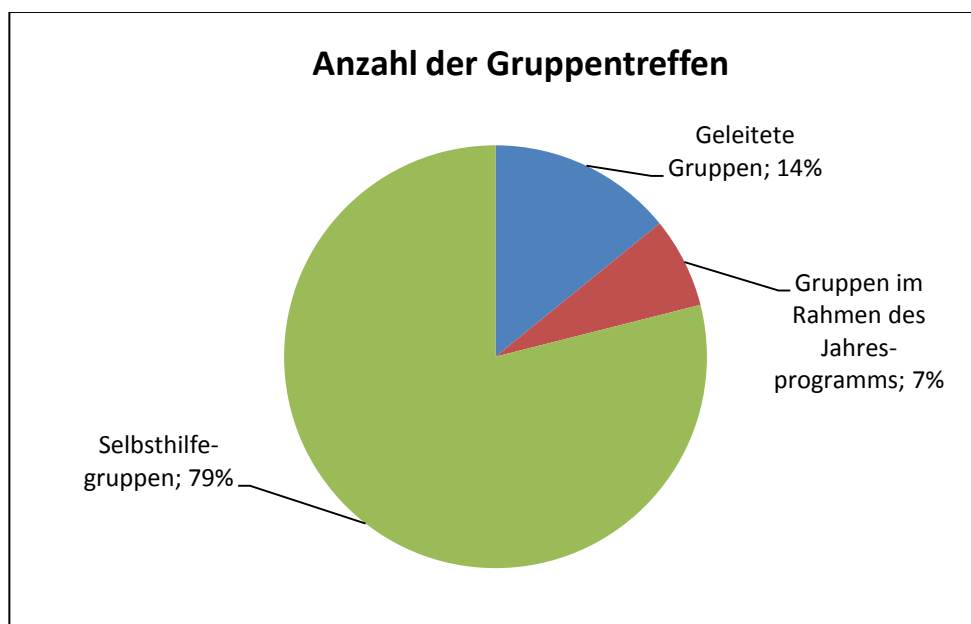
Dabei ist der Vorteil der Gruppenarbeit, dass bei allen Teilnehmerinnen gleichermaßen durch die Einzelarbeit einer Frau eigene innere Prozesse ausgelöst und damit bearbeitet werden können. Aufgrund von Feedback- und Spiegelungsprozessen bietet eine Gruppe die Möglichkeit der Überprüfung und der Korrektur eigener Verhaltensweisen.

Leitgedanken unserer Gruppenarbeit sind, dass

- ◆ die Übertragungsphänomene auf die Leiterin immer wieder aufgelöst werden und die Teilnehmerinnen sich aufeinander beziehen.
- ◆ Kontakte und Unterstützung zwischen den Frauen auch außerhalb der Gruppe entstehen. Es besteht auch die Möglichkeit, dass die Frauen nach Beendigung einer Gruppe als Selbsthilfegruppe weiterarbeiten.
- ◆ alle Übungen und Interventionen so durchgeführt und erklärt werden, dass sie für die Teilnehmerinnen transparent und verständlich sind.

Anzahl der Gruppen, Gruppentreffen und Gruppenstunden

Angebote	Gruppentreffen/Stunden		
	Anzahl Gruppen	Anzahl Gruppentreffen	Anzahl Stunden
Geleitete Gruppen, Selbsthilfearbeitungen	6	43	132
Stattgefundene Gruppen/Workshops/Vorträge im Rahmen des Jahresprogramms	20	21	99
Selbsthilfegruppen	8	240	480
Gesamtzahl	34	304	711



Gesamtzahl der Gruppentreffen: 304 Treffen = 100 %

Im Bereich der Gruppenangebote gab es im Vergleich zum Vorjahr ein paar Verschiebungen. Die Anzahl der geleiteten Gruppen reduzierte sich 2017 von 8 auf 6 Gruppen, die der Selbsthilfegruppen von 9 auf 8 Gruppen. Es gab in diesem Jahr zwei psychotherapeutisch ausgerichtete Gruppen. Im Rahmen des Jahresprogramms fanden 2017 20 Veranstaltungen und damit zwei mehr als im Vorjahr statt. Die Stundenanzahl verringerte sich dabei um 21 Stunden, da mehr eintägige Angebote oder kürzere Workshops wahrgenommen wurden.

Pesso-Therapie-Gruppe

Eine Fachkollegin, die unserer Einrichtung seit langem als freie Mitarbeiterin verbunden ist, bot auch in diesem Jahr zwei Gruppen mit der Methode der Pesso-Therapie (Pesso-Boyden-System-Psychomotor – PBSP) an.

Die Pesso-Methode wurde von 1961 an in den USA von Diane Boyden-Pesso und Al Pesso entwickelt. PBSP ist eine wachstumsorientierte Therapieform, die davon ausgeht, dass die Menschen in sich ein tiefes Wissen tragen, was sie für ihre optimale Entwicklung brauchen. Die zentralen Bezugspunkte dieser Methode sind Körperwahrnehmung, Gefühlsausdruck, reale und symbolische Berührung und Interaktion – neue lebensbejahende Erfahrungen können gemacht werden.

Die Pesso-Therapie ist bei einem weiten Spektrum von Anliegen hilfreich und bei vielen Symptomen und Diagnosen indiziert. Sie ermöglicht auf einzigartige Weise, unerfüllte Bedürfnisse aus der frühen Kindheit symbolisch zu befriedigen – insbesondere die grundlegenden Entwicklungsbedürfnisse nach Platz, Nahrung, Unterstützung, Schutz und Grenzen.

Die vierzehntägig stattfindenden Pesso-Therapie-Gruppen sind fortlaufend konzipiert. Neue Teilnehmerinnen haben dreimal jährlich die Möglichkeit, in die Gruppe einzusteigen. Im Schnitt waren 5 bis 6 Frauen pro Gruppenabend anwesend, insgesamt nahmen in diesem Jahr 19 Frauen teil.

Die Frauen hatten die Möglichkeit, mit Hilfe körpertherapeutischer Praktiken und Achtsamkeitsübungen vielfältige Erfahrungen zu machen. Beispielsweise ging es dabei um den Zusammenhang von Emotion und Körper, um Bewegungsabläufe und Ausdrucksweisen ihres Körpers, um die psychologische Bedeutung von Abstand und räumlicher Anordnung.

In einer „Struktur“ (systemische Aufstellung in der Pesso-Therapie) hatte jeweils eine der Teilnehmerinnen pro Sitzung die Gelegenheit, mit Hilfe der Leiterin und der anderen Gruppenteilnehmerinnen eine schwierige gegenwärtige Situation oder eine persönliche Frage zu bearbeiten.

Das Angebot ist zielgruppenübergreifend. Im Vordergrund standen Kontaktstörungen, Beziehungsprobleme, familiäre und berufliche Schwierigkeiten, Depressionen, Ängste, Essstörungen, Belastung durch die Pflege von Angehörigen, Zwänge, Identitätsstörungen und psychosomatische Probleme, der Umgang mit chronischen Erkrankungen sowie der unerfüllte Wunsch nach Partnerschaft.

Die Pesso-Methode bezieht die Ursachen der Störungen mit ein. Überwiegend waren dies: Gewalt, Vernachlässigung, Verlassenheit und Beziehungsbrüche in Kindheit und Jugend, sexueller Missbrauch, Gefühle von Einsamkeit, Flucht, Angst, Wut, Hoffnungs- und Sinnlosigkeit.

Durch die Gruppentherapie konnten die Frauen ihre störenden Muster und die zugrundeliegenden Defizite erforschen und positive soziale Kontakte erleben. Im kontrollierten Rollenspiel konnten heilende „Gegenerfahrungen“ gestaltet werden und so die Eigenkompetenz und das Selbstbewusstsein gestärkt werden. Im Laufe der Zeit konnten die Teilnehmerinnen ihre oft sehr destruktiven Lebenssituationen verändern und somit neue

Lebenserfahrungen sammeln. So konnte z. B. das soziale Netz ausgebaut, eine positive Beziehung zu den Kindern aufgebaut, Partnerschaften geschlossen, berufliche Wiedereingliederung abgeschlossen oder andere persönliche Veränderungen gewagt werden.

Auch in diesen Gruppen machten wir die Erfahrung, dass Methoden, die das ganze Potential einer Frau ansprechen, wie z. B. Atem- und Körperarbeit, Meditation, Skulpturarbeit, szenisches Spiel und gestalterische Verfahren, eher zu einer Gesundung im umfassenden Sinne beitragen als die Methoden, die ausschließlich auf verbaler Ebene arbeiten.

Wir begrüßen sehr, dass wir diese methodenvielfältigen Therapiegruppen in diesem Jahr wieder anbieten konnten, und freuen uns, das Angebot auch 2018 weiter ermöglichen zu können. Gerade für Frauen, die in einer Psychosomatischen Klinik ein kreatives Gruppenangebot positiv erfahren haben und zur weiteren Unterstützung unsere Einrichtung aufsuchen, besteht Bedarf nach derartigen Angeboten.

3.3.3 Selbsthilfe

Die Angebote innerhalb des Selbsthilfebereichs umfassen:

- ◆ Information und Beratung
- ◆ Organisation und Koordination
- ◆ Selbsthilfe-Gruppenanleitung/-coaching

Die Themenbandbreite der Selbsthilfegruppen des FTZ 1 umfasst folgende Themen:

- ◆ Frauen und Depression
- ◆ Frauen und Beziehungsabhängigkeit – Norwood
- ◆ Ältere Frauen im Umbruch
- ◆ Frauen mit (sexuellen) Gewalterfahrungen in Kindheit und/oder Jugend
- ◆ Arbeit mit dem inneren Kind
- ◆ Gewaltfreie Kommunikation
- ◆ Thema des aktuellen Jahresprogrammes, z. B. Burnout

Das Selbsthilfeangebot richtet sich an Frauen aller Zielgruppen des FTZ München. Die Interessentinnen werden aber auch durch andere Einrichtungen bzw. durch niedergelassene PsychotherapeutInnen an uns vermittelt oder durch unseren Internetauftritt sowie unsere Flyer auf uns aufmerksam. Die Frauen wenden sich mit vielfältigen Anliegen an die Selbsthilfebeauftragte.

Wir bieten für Frauen mit komplexen Schwierigkeiten, die eine langfristige Unterstützung benötigen, eine Betreuungskette an: Krisenberatung, langfristige Einzelberatung, geleitete Gruppen und Workshops sowie die Teilnahme an thematischen Selbsthilfegruppen.

Durch die Nutzung der verschiedenen Angebote erfahren die Frauen im Laufe der Zeit eine sukzessive Stabilisierung, die es ihnen – eventuell gestärkt durch die intensive Hilfe im Einzelsetting – ermöglicht, mehr Eigenständigkeit und Selbstverantwortung für ihre Themen im Rahmen einer Selbsthilfegruppe zu übernehmen und im unterstützenden Umfeld von Frauen, die ähnliche Erfahrungen machen, ihre Selbstwirksamkeit weiter zu entwickeln.

In den Vorgesprächen für Selbsthilfeinteressentinnen geht es zuerst um eine gründliche Abklärung, welche Angebote für die Frau hilfreich wären. Oft gehen die Bedürfnisse der Interessentinnen über den Besuch einer Selbsthilfegruppe hinaus. In einem gemeinsamen Gespräch werden die verschiedenen Angebote des FTZ erläutert und die Frau kann für sich entscheiden, welche sie wahrnehmen will.

Wenn die Teilnahme an einer Selbsthilfegruppe passend erscheint und es eine zutreffende thematische Gruppe innerhalb des FTZ 1 gibt, wird die Frau direkt an die sogenannte Kontaktfrau der Gruppe vermittelt. Sollte es keine passende und offene Gruppe geben, ermöglicht die gute Vernetzung mit anderen Selbsthilfeorganisationen wie dem Selbsthilfezentrum München meist eine Vermittlung an externe Gruppen.

Das spezielle therapeutische Potential der Selbsthilfe setzt da an, wo Frauen die Initiative ergreifen, sich zusammentun und wieder Vertrauen in ihre eigenen Fähigkeiten und Möglichkeiten, sich selbst zu helfen, entwickeln – unabhängig von einer Fachfrau. Frauen, die sich entscheiden, in einer Selbsthilfegruppe mitzuwirken, haben schon vielfältige Herausforderungen in ihrem Leben gemeistert und besitzen daher ein reiches Erfahrungswissen darüber, was in Krisen und bei bestimmten Lebensthemen oder Problemen hilfreich sein kann. Sie sind Expertinnen ihrer eigenen Situation und profitieren in den Selbsthilfegruppen vom Austausch und Teilen der vielfältigen Lebenserfahrung und Ressourcen untereinander.

Die Teilnahme an einer Selbsthilfegruppe fördert die Selbstständigkeit, Selbstbestimmung und Eigenverantwortlichkeit und trainiert im Gruppenprozess die Kommunikations- und Konfliktfähigkeiten. Ein gewisses Maß dieser Fähigkeiten und der Stabilität ist allerdings auch notwendige Voraussetzung, um überhaupt in einer Gruppe mitwirken zu können.

Die folgenden Zahlen im Bereich der Selbsthilfe bestätigen die Selbsthilfearbeit als eine wichtige und oft nachgefragte Ergänzung und Bereicherung unserer professionellen Angebote.

Zahlen im Bereich Selbsthilfe	
Anzahl der Kontakte insgesamt	233
Anzahl der Teilnehmerinnen an Selbsthilfegruppen	32
Anzahl der telefonischen und persönlichen Einzelgespräche	161
Anzahl der Teilnehmerinnen an einer Selbsthilfe-Anleitung	22
Anzahl der Selbsthilfegruppen	8
Altersspanne der Frauen (in Lebensjahren)	30-75

Die Gesamtkontakte im Bereich der Selbsthilfe gingen insgesamt ein wenig zurück, wobei die Anzahl der persönlichen und telefonischen Kontakte nahezu gleichbleibend hoch war, jedoch ein deutlicher Rückgang der E-Mail-Kontakte zu verzeichnen war. Das kann darin begründet liegen, dass es insgesamt eine aktive Gruppe weniger gab und auch einige Gruppen über das Jahr 2017 hinweg oder zumindest phasenweise geschlossen waren. Dies wird natürlich auch den KooperationspartnerInnen, vor allem dem SHZ München e. V., für deren Datenbank mitgeteilt, damit nicht unnötig viele Frauen an geschlossene Gruppen geschickt werden, und wirkt sich sicher insgesamt auf die Anfragemenge aus.

Inhalte, die in Einzelgesprächen (telefonisch sowie persönlich) mit den Interessentinnen besprochen wurden, waren:

- ◆ Klärung, welche Angebote des FTZ für die die Interessentin hilfreich sein könnten
- ◆ Das Herausarbeiten des Themas und Vorstellung der bestehenden Gruppen
- ◆ Die Eintritts- und Teilnahmekriterien einer Gruppe
- ◆ Die Ansprüche, Wünsche und Erwartungen, die an eine Gruppe und an die anderen Gruppenteilnehmerinnen bestehen
- ◆ Hinweise zu Kommunikation und Gruppenregeln
- ◆ Information über die Formen der Unterstützung durch die Beratungsstelle: Anleitung, Supervision, Konfliktklärung

- ◆ Organisatorisches: Bedingungen zu Raumnutzung, Schlüsselvergabe, Kontakt, Kommunikation usw.
- ◆ Abklärung sonstiger, die Selbsthilfe nicht betreffender Anliegen, Information über Angebote und Weitergabe von Adressen anderer Einrichtungen

Die Frauen brachten eine Vielzahl an Themen in die Selbsthilfe-Einzelgespräche mit ein:

- ◆ Kontaktdefizite und Isolation
- ◆ Depressionen und andere psychische Krankheiten
- ◆ Ängste
- ◆ Beziehungsprobleme und -abhängigkeit
- ◆ Trennung
- ◆ Probleme mit dem Älterwerden und Wechseljahre
- ◆ Psychische, körperliche und sexuelle Gewalt
- ◆ Körperliche und psychosomatische Beschwerden
- ◆ Selbstwertprobleme
- ◆ Berufliche Probleme und Burnout
- ◆ Trauer
- ◆ Familiäre Probleme z. B. auch als Angehörige psychisch kranker Familienmitglieder
- ◆ Interesse am Einüben der „Gewaltfreien Kommunikation“ (GfK) oder an der Arbeit mit dem Konzept zur „Heilung des Inneren Kindes“
- ◆ u.v.m.

2017 wurden am häufigsten die folgenden Themen, in absteigender Reihenfolge, genannt: Depressionen, Defizite im Bereich Kontakt und Beziehungsgestaltung, Selbstwertprobleme, Ängste, familiäre Probleme und Gewalterfahrungen.

Besonders auffallend ist nach wie vor das hohe Interesse älterer Frauen an unseren Selbsthilfeangeboten. Die Frauen leiden in dieser dritten Lebensphase (50 plus) unter vielfältigsten Veränderungen (Verlust der Arbeit und damit verbundenen Identitätsproblemen, Veränderung/Verlust der Partnerschaft, Kontaktdefizite, Ängste usw.) und wünschen sich Kontakt zu Frauen in ähnlichen Lebenssituationen.

Der Gruppengründungsprozess der Selbsthilfegruppe zum Thema Depressionen dauerte über das Frühjahr 2017 hinaus an. Im Oktober 2016 hatte ein zweiter Gründungsabend stattgefunden, danach stiegen leider wieder etliche Teilnehmerinnen aus verschiedenen Gründen aus. Es brauchte viel Geduld, mehrmalige Gespräche und viel Unterstützung unsererseits, bis die Gruppe im Frühsommer 2017 den Raumnutzungsvertrag unterzeichnen und die Kautions für den Schlüssel bezahlen konnte und sich nun endlich selbständig in unseren Räumlichkeiten weiter treffen wird. Wir hoffen, dass sich diese Gruppe nun etablieren kann und in Zukunft vielen Frauen zur Verfügung steht.

Da sich unser Jahresprogramm 2016 und 2017 dem Thema ‚Burnout‘ widmete und viele Frauen mit dieser Thematik in unsere Beratungsstelle kommen, war die Gründung einer Selbsthilfegruppe zu diesem Thema geplant. Leider gab es bisher kaum Zulauf von Interessentinnen an einer solchen Gruppe, so dass bisher keine Selbsthilfegruppe diesbezüglich entstanden ist.

Die Selbsthilfebeauftragte nahm im Februar 2017 an einem Fachaustausch „Selbsthilfe und Selbstorganisation kooperieren mit dem Profisystem“ des SHZ München teil und stellte das Selbsthilfekzept und -angebot der Psychosozialen Beratungsstelle vor. Der Tag war durch die verschiedenen vorgestellten Modelle von Einrichtungen, in denen

Selbsthilfe angesiedelt ist, eine Bereicherung im Sinne von konzeptionellem Austausch und Vernetzung.

Durch die zweimalige Supervision mit einer Kollegin des SHZ im Vorjahr ergaben sich wertvolle Diskussionen innerhalb des Teams. Es wurde eine Teamsitzung zur detaillierten Vorstellung des Selbsthilfekonzpts und -angebots für die neueren Kolleginnen genutzt, damit diese ein genaueres Bild bekämen und besser in die Gruppen verweisen könnten. Andererseits wurde beschlossen, sich mit der Initiierung neuer Selbsthilfegruppen probeweise zurückzuhalten und vermehrt zu versuchen, die Frauen selbst zur Initiierung und Gründung von Gruppen zu motivieren. Dies entspräche dem konsequenteren Mitdenken des Selbsthilfegedankens und dem Empowerment. Dadurch erklärt sich der Rückgang im Bereich der Gruppengründungen und Anleitungen im Jahr 2017. Es muss reflektiert werden, ob dieser Versuch weitergeführt wird.

Zur Idee eines Gesamtreffens aller Selbsthilfegruppen der Beratungsstelle fand eine schriftliche Umfrage statt, die jedoch keine klare Zustimmung erbrachte, weshalb von diesem Vorhaben erst einmal Abstand genommen wurde.

Die Selbsthilfegruppe Kal-Isis, eine Gruppe zum Thema ‚Sexuelle Gewalt in Kindheit oder Jugend‘, hatte sich dazu entschlossen, am Selbsthilfetag 2017 teilzunehmen, um neue Teilnehmerinnen zu werben und zur Aufklärung rund um dieses Thema beizutragen. Wir haben uns über diese Idee und Selbstverantwortlichkeit der Gruppe sehr gefreut und dies fachlich unterstützt. In dieser Hinsicht fanden mehrere Beratungen, die Unterstützung bei der Flyererstellung sowie finanzielle Unterstützung durch die Übernahme der Druckkosten und der Miete eines Stehtisches statt. Wir hoffen, dass diese Gruppe nun neue Teilnehmerinnen gewinnen und die Gruppe noch lange weiterbestehen kann.

Nach dem Motto „Austausch hilft“ leistet die intensive Arbeit in unseren Selbsthilfegruppen einen wichtigen Beitrag zur Gesundheit und stellt damit – neben der Gesundheitsversorgung in Praxen, Kliniken und im öffentlichen Gesundheitsdienst – die „vierte Säule des Gesundheitswesens“ dar.

3.3.4 Das Jahresprogramm 2017

Funktionierst du noch oder lebst du schon? Burnout als Chance einer Wandlung

Unser diesjähriges Jahresprogramm enthielt 28 Angebote rund um das Thema Burnout und die Fragestellung „Funktionierst du noch oder lebst du schon?“, entsprechend wurde das Jahr von dem Vortrag „Innere Ruhe statt Burnout“ eingeleitet.

Die Palette der Seminare reichte von stärkenden und kraftspendenden Formaten wie „Die Widerstandskräfte des Körpers aktivieren“ oder „Meiner inneren Beraterin auf der Spur“ über bewährte körperorientierte Angebote wie „Tanzen – zu sich kommen – sich stärken“ bis hin zum Seminar „Veränderung macht Sinn, wenn sie Sinn macht“, das sich mit Veränderungsprozessen und Zielen beschäftigte.

Insgesamt nahmen 143 Frauen am Jahresprogramm 2017 teil. Von den 28 Angeboten fanden 20 statt (2016: 18 von 21). Die Auslastung der Angebote war wie in den vergangenen Jahren wieder sehr unterschiedlich.

Viele Angebote waren gut besucht, sie erfüllten ganz offensichtlich die Bedürfnisse der Frauen. Wir stellen fest, dass eintägige Seminarangebote, wie z. B. das atemtherapeutische Angebot „Wie du atmest, so lebst du“, gut angenommen werden.

Besonders beliebt waren auch Kombinationen aus Vortrag und Seminartag, z. B. der Vortrag „Die Kraft der Archetypen im Alltag nutzen“, bei dem sich die Besucherinnen gleich ein Bild machen konnten, was beim Seminartag „Tanz der Archetypen – Kraftquelle und Inspiration für den Alltag“ auf sie zukommen könnte. Eines unserer neuen Highlights 2017 waren die Abende „Yoga – Atem – Meditation“.

Der erhobenen Statistik war zu entnehmen, dass die Teilnehmerinnen wieder sehr zufrieden bis zufrieden mit den jeweiligen Angeboten waren.

Weniger gut angenommen wurden unsere zwei- oder mehrtägigen Angebote sowie beide Angebote mit kunsttherapeutischem Hintergrund. Leider waren auch die langjährig bewährten „Klangreisen“ im Jahr 2017 eher schlecht besucht, so dass wir sie im nächsten Jahr nicht mehr anbieten werden.

Die Referentinnen kamen uns im Jahr 2017 erneut mit ihren Honorarvorstellungen sehr entgegen. An dieser Stelle möchten wir uns bei den vielen externen Referentinnen ganz herzlich bedanken, die unserem Haus teilweise seit Jahren in vertrauensvoller Zusammenarbeit verbunden sind und die dieses breite Angebot durch ihr Engagement überhaupt erst möglich machen!

Ein weiteres großes Dankeschön geht auch in diesem Jahr an die Münchner Bank, die 2017 eine Anzeige auf der Rückseite unserer Broschüre platziert hatte. Dadurch war es möglich, einen Teil der Druckkosten zu refinanzieren.

Ausblick

Anhand der Rückmeldungen von Klientinnen und Teilnehmerinnen aus dem Jahresprogramm 2017 hatten wir den Eindruck, dass der Gedanke „Funktionierst du noch oder lebst du schon?“ zahlreiche Frauen in herausfordernden Lebenslagen anspricht – auch solche, die sich nicht der Gruppe der burnoutgefährdeten Frauen zuordnen lassen.

Entsprechend haben wir für 2018 den Begriff „Burnout“ vom Titelblatt genommen und starten unser Jahresprogramm 2018 unter dem Titel „Funktionierst du noch oder lebst du schon?“. Wie gewohnt bieten wir ein breites Spektrum von Vorträgen, Tagesseminaren und Abendveranstaltungen für Frauen an. Wir sind schon neugierig auf eine bunte Palette an stärkenden und klärenden Angeboten, unter anderem wieder aus den Bereichen Tanztherapie, Yoga, Atemtherapie, Gewaltfreie Kommunikation, Veränderungsmanagement, Gestalttherapie und Achtsamkeit.

Neu im Programm sind Angebote, die sich speziell an Mütter richten, Lebenslusttage sowie eine geleitete Selbsthilfegruppe für Frauen mit einer Krebserkrankung.

Wir freuen uns auf alle Frauen, die Lust haben, in einem unserer Seminare ihre innere Beraterin kennen zu lernen, ihre Rolle als Mutter neu zu reflektieren, kleine oder große Veränderungen in ihr Leben zu bringen, Kraft für Ihre Lebendigkeit zu tanken durch Tanz oder Yoga – oder die lernen möchten, nicht nett und richtig zu sein, sondern echt.

3.3.5 Psychoonkologie

Zuschussgeber des Bereichs Psychoonkologie der Psychosozialen/Psychoonkologischen Beratungsstelle des FTZ e. V. ist das Referat für Gesundheit und Umwelt der Landeshauptstadt München. Dafür wird ein gesonderter Tätigkeitsbericht nach den Vorgaben des Zuschussgebers erstellt.

Die Angebote innerhalb des psychoonkologischen Bereichs sind:

- ◆ Telefonische Information und Beratung
- ◆ Einzelberatung
- ◆ Angehörigenberatung
- ◆ Beratung von MultiplikatorInnen
- ◆ Vorträge, Gruppen und Workshops im Rahmen des Jahresprogramms
- ◆ Geleitete Gruppen („Hummelflug“)
- ◆ Klinik-, Haus- und Hospizbesuche
- ◆ Vernetzung mit anderen Einrichtungen, Kliniken, ÄrztInnen

Wenn ein Mensch an Krebs erkrankt ist, bedeutet dies für den Betroffenen und seine Angehörigen und FreundInnen einen tiefen Einschnitt im Leben. Zeiten von Verunsicherung und Angst wechseln sich ab mit Zeiten von Hoffnung und Zuversicht. Betroffene sind gefordert, ihren eigenen Weg im Umgang mit der veränderten Lebenssituation, der Erkrankung und der Heilung zu finden.

An unsere psychoonkologische Beratungsstelle wenden sich sowohl Frauen, die selbst an Krebs erkrankt sind, als auch Frauen, die über die Erkrankung eines nahestehenden Menschen oder Angehörigen mit der Diagnose Krebs konfrontiert sind.

Eine Krebserkrankung bringt viele Themen, wie Ängste, Umgang mit der neuen Situation, Trauer um das, was nicht mehr ist, Konfrontation mit der eigenen Endlichkeit etc., an die Oberfläche. In der psychoonkologischen Beratung finden Frauen individuelle und auf ihre persönliche Situation und Befindlichkeit abgestimmte Unterstützung und Begleitung.

Unser Angebot wird in unterschiedlichen Phasen des Krankheitsgeschehens in Anspruch genommen:

- ◆ beim ersten Verdacht
- ◆ nach der Diagnosestellung
- ◆ während und nach der Primärtherapie
- ◆ bei der Rückkehr in den Alltag
- ◆ bei Fortschreiten der Erkrankung, bei Auftreten eines Rezidivs oder von Metastasen
- ◆ wenn betroffene Frauen aus schulmedizinischer Sicht „austherapiert“ sind

2017 konnten längere Wartezeiten auf ein Erstgespräch vermieden und stets zeitnahe Termine angeboten werden.

Einzelberatung

In einer vertrauensvollen Umgebung finden Frauen Unterstützung bei Themen wie:

- ◆ der Krankheitsverarbeitung
- ◆ Fragen zur Unterstützung des Heilungsprozesses (Stärkung der Selbstheilungskräfte)
- ◆ Umgang mit Ängsten (Angst vor der Chemotherapie oder deren Nebenwirkungen, Angst vor Rezidiven oder Angst vor dem Tod und Sterben etc.)

- ◆ Finden des eigenen Weges bzw. Entscheidungsfindung bestimmter Behandlungsformen
- ◆ Fragen zu Lebensthemen, die mit der Erkrankung an die Oberfläche treten können
- ◆ Fragen zu Themen wie Sinn, Spiritualität, Leben und Sterben
- ◆ Fragen zur veränderten Situation in Familie, Freundeskreis, Arbeit und Beruf

Die Beratung kann helfen, den oftmaligen Schock bei Diagnosestellung zu verarbeiten, Ziele und Perspektiven zu entwickeln und Quellen der Lebenskraft wieder oder neu zu entdecken.

Insgesamt nahmen 2017 im psychoonkologischen Bereich 59 Frauen das Angebot der einmaligen, mehrmaligen oder langfristigen Einzelberatung wahr und 123 Frauen wurden telefonisch beraten.

Die Angehörigenberatung nutzten insgesamt 11 Personen.

Angebote der Psychoonkologischen Beratung

Aus dem „Hummelflug“, einem ressourcenorientierten Gruppenangebot von 2016, hat sich eine fortlaufende, professionell geleitete Psychoonkologische Frauengruppe entwickelt. Diese fand 2017 monatlich an 12 Nachmittagen statt. In dieser Gruppe steht der Austausch der Betroffenen, das Kraftschöpfen und die Stabilisierung in schwierigen Lebenssituationen im Vordergrund.

Angebote im Rahmen des Jahresprogramms 2017

Die seit mehreren Jahren bestehenden „Klangreisen“ haben in diesem Jahr einen Rückgang verbucht. Die vier stattgefundenen Klangreisen wurden von den Besucherinnen sehr positiv bewertet.

Der Workshop „Heilsames Atmen“ wurde von sechs Frauen besucht. Auch hier waren die Rückmeldungen der Besucherinnen sehr gut.

Kooperationen

Es besteht eine sehr gute Kooperation mit den Kolleginnen und Kollegen anderer Münchner Krebsberatungsstellen. Der regelmäßige Austausch in Arbeitskreisen sowie gemeinsame Aktivitäten (z. B. Patientenfotag im Klinikum Großhadern) fördern die konstruktive und bereichernde Zusammenarbeit. Ein weiteres gelungenes Kooperationsanliegen ist die Vernetzung mit Kliniken (z. B. Helios Klinik München West) und niedergelassenen Ärztinnen und Ärzten mit onkologischem Schwerpunkt.

3.3.6 violenTia – Beratung für Frauen, die in Partnerschaften Gewalt ausüben

violenTia bietet seit Februar 2014 Beratung für Frauen*, die sich in ihren Partnerschaften gewalttätig und missbräuchlich verhalten.

Gefördert wird violenTia vom Sozialreferat/Stadtjugendamt der Landeshauptstadt München.

Die Angebote umfassen:

- ◆ Telefonische Beratung
- ◆ Clearingberatung
- ◆ Regelmäßige, längerfristige Beratung
- ◆ Krisenintervention
- ◆ Gruppenangebote
- ◆ Angehörigenberatung
- ◆ Workshops, Vorträge

Partnerschaftsgewalt umfasst körperliche, psychische und emotionale Gewalt, ökonomische und sexualisierte Gewalt sowie heterosexistische Kontrolle und Abwertung. Sie kann einseitig von der Frau ausgeübt werden oder wechselseitig von beiden Partnerinnen. Wir beraten Frauen, unabhängig von ihrer sexuellen Orientierung, ihrer Identität und ihrem kulturellen Hintergrund, die in ihren Partnerschaften Gewalt ausüben bzw. ausgeübt haben.

2017 entwickelten wir als Team zunehmend Vertrauen in das langsame, stetige Wachsen der Beratungsstelle und freuen uns über die Verdopplung unserer Beratungszahlen.

Gleichzeitig ist das Thema „Gewaltausübende Frauen in Partnerschaften“ weiterhin ein Randthema und darum war es wichtig, in Arbeitskreisen und auf Fachtagen über unser Angebot zu informieren und die Frauen als Zielgruppe einzubringen.

Reaktionen zeigten, dass es Befürchtungen gibt, dass durch unser Angebot die Gewalt von Männern relativiert werde, die Gefahr bestände, dass Täter-Opfer-Rollen verdreht würden oder wir zum Beispiel von Vätern im Streit um Umgang und Sorgerecht instrumentalisiert werden könnten. So waren und sind wir immer wieder gefordert, uns klar von jedweder Instrumentalisierung abzugrenzen, uns nicht in vergleichende Sichtweisen verstricken zu lassen und sensibel zu sein im Umgang mit dem Thema „Gewalt gegen Frauen“.

In unserer Beratungspraxis zeigt sich die Notwendigkeit unseres Angebots, die Frauen, die in Partnerschaften Gewalt ausüben, darin zu unterstützen, Verantwortung für ihr Verhalten zu übernehmen, eigene Grenzen frühzeitig wahrzunehmen, um diese gewaltfrei setzen zu können, und ihr Leben aktiv zu gestalten. Fernab von Ideologien versuchen wir, Frauen in einem besseren Miteinander oder in einer guten Elternschaft zu unterstützen.

Einzelberatung

2017 verdoppelte sich die Anzahl der Beratung suchenden Frauen. Die Beratungsdauer variierte von einmaligen Beratungen bis hin zu langfristigen Begleitungen. Es nahmen überwiegend heterosexuelle Frauen und eine kleine, aber auch wachsende Anzahl von lesbisch lebenden Frauen unser Angebot in Anspruch.

Der Großteil der Frauen meldete sich freiwillig, teils auf Empfehlung anderer Beratungsstellen und sonstiger Einrichtungen (z. B. Klinik Mengerschwaige, pro familia Beratungsstelle). Einige Frauen standen aufgrund betroffener Kinder unter starkem Handlungsdruck durch die Bezirkssozialarbeit.

Auch wenn die Anzahl lesbischer Frauen zunahm, entsprechen die Zahlen bei weitem noch nicht dem Bedarf, der aufgrund offizieller Statistiken und der Erfahrungen von z. B. LeTRa anzunehmen ist. Bei lesbischen Partnerschaften ist Gewalt ein mehrfacher Tabubruch und deshalb noch viel schambesetzter. In diesem Jahr hat keine Transperson unsere Beratungsstelle aufgesucht. Wir begegnen den Zielgruppen mit Offenheit und beständiger Öffentlichkeitsarbeit und hoffen, dass wir lesbische Frauen und Transpersonen in Zukunft vermehrt erreichen werden.

In diesem Jahr haben Frauen im Alter von 21 bis 52 Jahren (hierbei mit einer so gleichmäßigen Verteilung über die gesamte Altersspanne, dass es keinen nennenswerten Schwerpunkt gab) und aus vielen verschiedenen gesellschaftlichen Gruppen unsere Beratungsstelle aufgesucht. Belastet waren alle, jedoch durch unterschiedliche Faktoren. Als belastende Faktoren sind z. B. Interkulturalität, Kinder, Schulden, Arbeitslosigkeit sowie Überforderung in der Arbeit zu erkennen. Die Partnerschaften waren von stark abhängigen Beziehungsstrukturen gekennzeichnet und oft war das Paar in wechselseitigen Gewaltstrukturen verstrickt. Dem Gewalthandeln gingen oft viele innere Grenzüberschreitungen voraus, in denen die Frau es nicht schaffte, zu ihren Bedürfnissen und Gefühlen zu stehen und ihre Grenzen in der Paarkommunikation zu vertreten. Die Gewalthandlungen waren in der Regel gekoppelt mit starken Ohnmachtsgefühlen, resultierend aus dem Gefühl, vom Gegenüber nicht gehört und wertgeschätzt zu werden.

Interessant und bestärkend für unsere Arbeit war, dass die Frauen in der Regel sehr motiviert waren, an sich zu arbeiten und sich mit ihrem Verhalten sowie ihrer Rolle in der Paarbeziehung auseinanderzusetzen. Sie zeigten eindeutig einen Leidensdruck darüber, dass sie Gewalt ausübten und sich als „Täterinnen“ erlebten. Sie wünschten sich Unterstützung dabei, ihr Verhalten zu verstehen und zu verändern, um „Schlimmeres“ zu verhindern.

Die Mehrzahl der Frauen hatte häusliche Gewalt in der Kindheit und/oder andere Formen der Gewalt (z. B. starkes Mobbing in der Schule) erlebt.

Themenschwerpunkte der Einzelberatung waren:

- ◆ Verantwortungsübernahme für das eigene Verhalten
- ◆ die eigenen Gefühle und Bedürfnisse
- ◆ die Gewaltdynamik und ihre Entstehungsbedingungen
- ◆ alternative Verhaltensweisen
- ◆ Zusammenhänge zwischen Grenzüberschreitungen, hohem Spannungs-/Stresslevel, Ohnmachtsgefühlen und gewalttätigem Handeln
- ◆ akuter Umgang mit hoher innerer Spannung („Notfallkoffer“)
- ◆ Selbstbewusstsein und -wertschätzung
- ◆ Empathie und Respekt für den*die Partner*in
- ◆ die eigene erlebte Gewaltgeschichte
- ◆ das eigene Bindungsverhalten

Auffällig war, dass immer wieder von Partnerschaftsgewalt betroffene Männer bei uns anriefen, die wir bislang lediglich an die Telefonberatung im MIM (Münchner Informationszentrum für Männer, begrenzt auf Beratung zum Gewaltschutzgesetz) oder die bundesweite Telefonberatung in Stuttgart verweisen konnten. Auch da freuen wir uns, dass wir diese Männer ab Oktober 2018 an die neue Opferberatungsstelle von MIM werden verweisen können.

Gruppenangebot

Unser Angebot „Gesunde Selbstbehauptung“ im Rahmen der „Aktionswochen gegen Gewalt an Frauen Mädchen und Jungen 2017“ ist leider nicht angenommen worden. Wir sehen als Gründe dafür, dass die Aktionswochen zum einen natürlich in erster Linie Frauen ansprechen, die Gewalt erleben oder erlebt haben, und zum anderen darin, dass Gruppenangebote für betroffene Frauen vermutlich zu hochschwellig sind.

In Planung ist für nächstes Jahr ein offenes Angebot im Rahmen des FTZ-Jahresprogramms.

Die Entwicklung von geeigneten Angeboten begleitet uns also weiterhin.

Kooperationen / Netzwerk

Wir festigten und vertieften 2017 den Kontakt zu unseren KooperationspartnerInnen. Hervorzuheben ist dabei die intensivierete Zusammenarbeit mit der Bezirkssozialarbeit. 2017 gab es mehr Anfragen und Kontaktaufnahmen. Wir freuen uns, dass wir unser Angebot im nächsten Jahr bei den Fortbildungen für die Bezirkssozialarbeit (BSA) zum Thema „Häusliche Gewalt“ vorstellen können.

Als KooperationspartnerInnen waren uns folgende Stellen und Einrichtungen besonders wichtig:

- ◆ Frauenhilfe e. V.
- ◆ Gewaltberatung Nürnberg
- ◆ LeTRa, Beratungsstelle des Vereins Lesbentelefon e. V.
- ◆ MIM, Münchner Informationszentrum für Männer
- ◆ Netzwerk gewaltausübender Mädchen und Frauen (deutschlandweit)
- ◆ pro familia München e. V., Partnerschafts- und Sexualberatung
- ◆ Sozialberatung Stuttgart e. V.
- ◆ Sozialbürgerhäuser
- ◆ Zora Gruppen und Schulprojekte/IMMA e. V.

Besonders hat uns in diesem Jahr das Interesse von Studierenden unterschiedlicher Fachhochschulen und Universitäten an der Thematik und unserer Fachstelle gefreut.

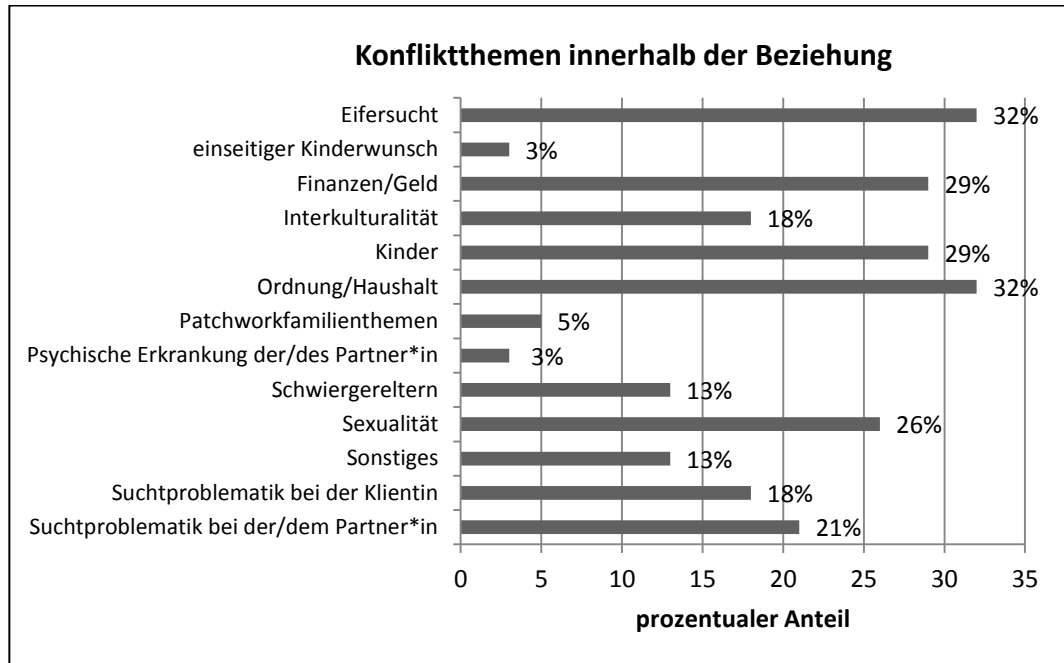
Wir nahmen an folgenden Arbeitskreisen teil:

- ◆ AK Häusliche Gewalt
- ◆ AK Sonderleitfaden
- ◆ Fachgruppe Gewaltprävention des „Netzwerks Jungenarbeit München“
- ◆ AK Täterinnen
- ◆ Runder Tisch gegen Männergewalt

**Statistikauswertung für die Beratungsstelle violenTia -
Beratung für Frauen, die in Partnerschaften Gewalt ausüben**

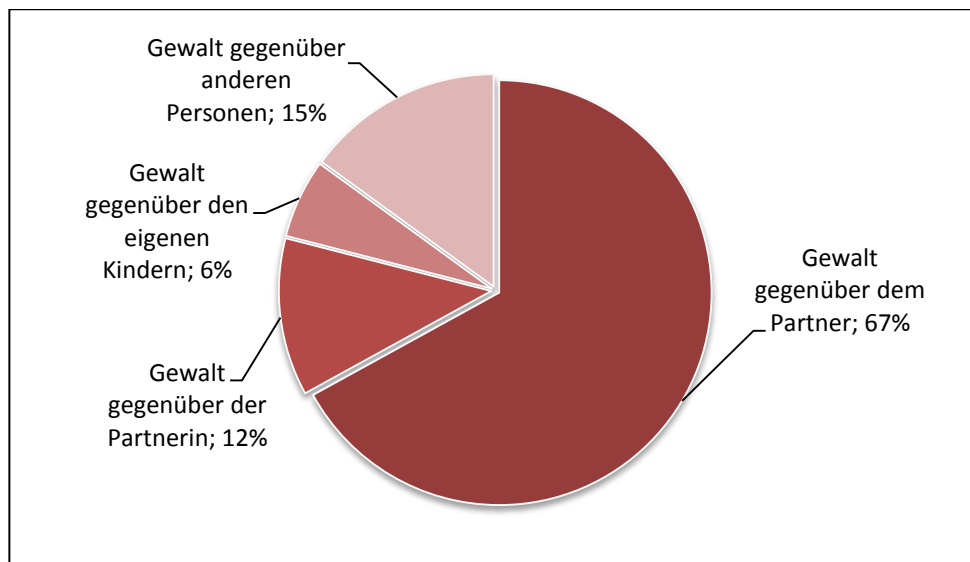
Allgemeine Symptomatik (Mehrfachnennung möglich)	
Akute Belastungsreaktion/Schock	16 %
Ängste/Phobien	18 %
Ausbildungs- und berufliche Probleme	39 %
Bindungsstörung	34 %
Co-Abhängigkeit	26 %
Depressionen	29 %
Essstörungen	13 %
Häusliche Gewalt in Kindheit/Jugend	24 %
Hochsensibilität	11 %
Körperliche und psychische Gewalt in Kindheit und Jugend	32 %
Körperliche und psychosomatische Beschwerden	11 %
Kontaktschwierigkeiten/Beziehungsschwierigkeiten	34 %
Krise	45 %
Posttraumatische Belastungsstörung	8 %
Probleme bei Angehörigen	26 %
Probleme bei der Tagesstrukturierung	21 %
Probleme in der Erziehung/Versorgung der Kinder	34 %
Probleme mit dem Älterwerden	0 %
Psychische Erkrankung	18 %
Psychisch kranke Eltern	8 %
Schlafstörungen	3 %
Selbstdestruktive Tendenzen	3 %
Selbstwertprobleme	50 %
Sexualisierte Gewalt und Ausbeutung in Kindheit und Jugend	11 %
Sexuelle Identität/Coming-out	5 %
Sexuelle Probleme	24 %
Stress/Belastung	39 %
Sonstige familiäre Probleme	5 %
Soziale Isolation	11 %
Sucht	18 %
Suizidalität	3 %
Trauer	3 %
Trauma	21 %
Verlassenheit, Vernachlässigung, Beziehungsbrüche in der Kindheit	24 %
Wirtschaftliche Probleme	34 %
Zwänge	3 %

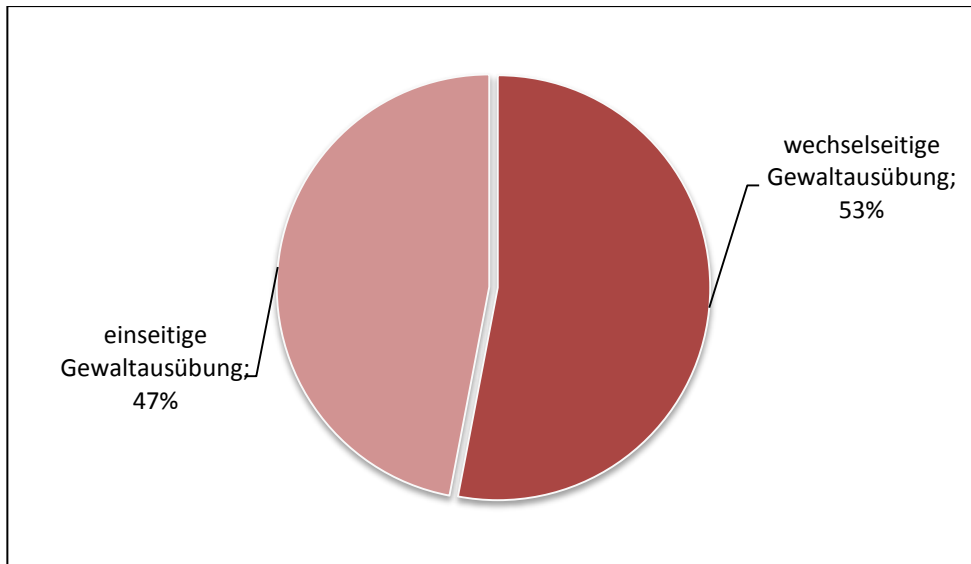
Konfliktthemen innerhalb der Beziehung (Mehrfachnennung möglich)



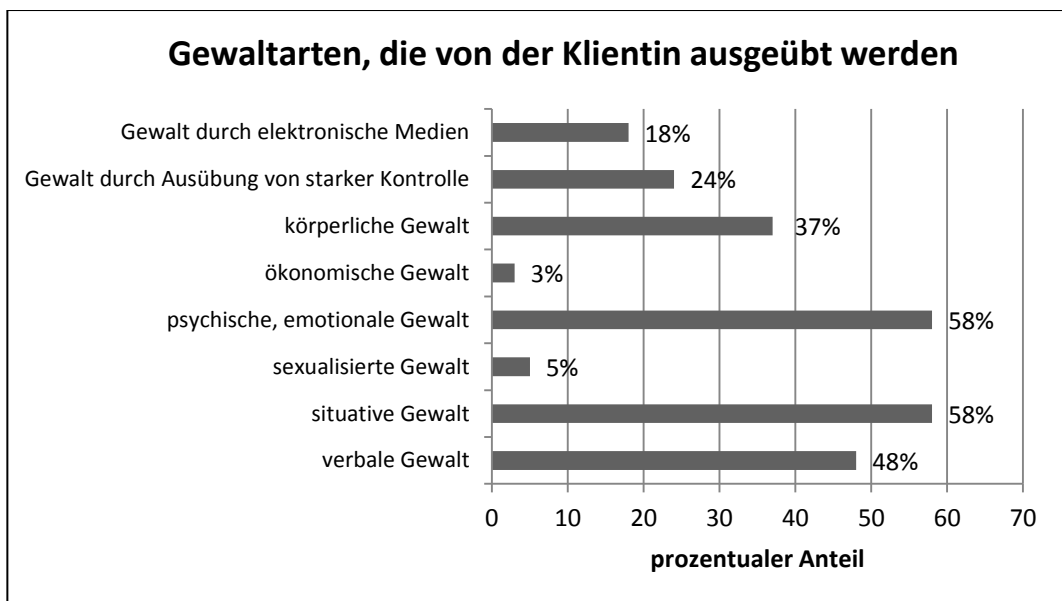
Bezugsgröße: 38 Klientinnen

Gewalthematik





**Gewaltarten, die von der Klientin ausgeübt werden
(Mehrfachnennung möglich)**



4. Personalentwicklungsmaßnahmen, Qualitätsmanagement

Die Fachkolleginnen nahmen wöchentlich an einer Teamsitzung und einer kollegialen Fallsupervision teil sowie alle zwei Monate an der Teamsupervision mit einer externen Teamsupervisorin. Zudem fanden halbjährlich Konzepttage und Qualitätszirkel statt. Innerhalb des FrauenTherapieZentrums nahmen die Mitarbeiterinnen der Beratungsstellen an interkulturellen Qualitätszirkeln und diversen Beratungsteams teil.

Folgende Fortbildungen/Ausbildungen/Fachtagungen wurden von den einzelnen Kolleginnen besucht:

- ◆ Ausbildung zum Master-Coach, INTAKA-Institut, Regensburg
- ◆ Ausbildung „Selbstführung mit inneren Anteilen“, IFS-Institut, München
- ◆ Ausbildung zur Ayurvedaheilerin/Körpertherapeutin, A. Schwarz, Niedersonthofen
- ◆ Ausbildung zur Yogalehrerin, A. Schwarz, Niedersonthofen
- ◆ Ausbildung zur GFG – Doula, Gesellschaft für Geburtsvorbereitung, Familienbildung und Frauengesundheit
- ◆ „Das vage wagen“, Authentic Movement und Focusing, DAF Würzburg
- ◆ Einführung in das System der inneren Familie, IFS-Institut, München
- ◆ Fachtag „Selbsthilfe und Selbstorganisation, Kooperation mit dem Profitsystem, SHZ München
- ◆ Fachtag Spannungsbogen Paarbeziehung – zwischen Partnerschaft und Hochkonflikt
- ◆ „Fascial Flow und Natural movement“, Yvonne Pouget, Studio Tanztendenz, München
- ◆ Fortbildung im systemischen Arbeiten: Workshop „Zeiten des Wandels gestalten“, DAF Würzburg
- ◆ Gaga Tanzworkshops und Fortbildung, Studio Tanztendenz, München
- ◆ Geflüchtete Frauen mit seelischen Erkrankungen, Refugio München
- ◆ Homöopathieausbildung – Klassische Homöopathie, Akademie für Homöopathie des Homöopathie Forum e. V., Gauting
- ◆ „Zurück zu sich selbst“: Kundalini-Yoga Workshop, Andrea und André Danke, Klais
- ◆ Traumasensibles Faszien-Training
- ◆ Trance, Ekstase und Transpersonale Ansätze in der (Theater)Therapie, Institut für Theatertherapie, Berlin
- ◆ Umgang mit Traumafolgestörungen und kultursensible Beratung, Refugio München
- ◆ Vipassana-Fortbildung, Ursula Flückiger, Beatenberg
- ◆ Wen-do-Kurs, Frauennotruf, München
- ◆ Yoga – Tanz Workshop, München
- ◆ Zivilcourage, Polizei München

5. Öffentlichkeitsarbeit, Gremienarbeit, Fortbildungen

Mitarbeit in Gremien, Arbeitsgruppen und Veranstaltungen im Bereich der Gesundheitspolitik, Sozialpolitik und der Vernetzung

Die Vernetzungs- und Gremienarbeit ist ein wichtiger Baustein unserer Tätigkeit, um einen externen Informationsaustausch zu gewährleisten. Es ist uns wichtig, im Gespräch die eigene Qualität zu überprüfen, uns fachlich weiterzuentwickeln sowie gemeinsame sozialpolitische Standpunkte und Ziele mit KooperationspartnerInnen zu erarbeiten, um das Hilfsangebot für Ratsuchende zu optimieren und Synergieeffekte zu nutzen. Daher engagierten sich die Mitarbeiterinnen der Psychosozialen/Psychoonkologischen Beratungsstelle und von violenTia auch 2017 in den unterschiedlichsten Gremien.

An folgenden Gremien, Arbeitsgruppen und Veranstaltungen nahmen die Mitarbeiterinnen der Psychosozialen/Psychoonkologischen Beratungsstelle teil:

- ◆ Arbeitskreis der psychosozialen Krebsberatungsstellen München
- ◆ Arbeitskreis 'Frau und Gesundheit', Referat für Gesundheit und Umwelt München
- ◆ Arbeitskreis der Gesundheitsberatungsstellen
- ◆ Career Day, Katholische Stiftungshochschule München
- ◆ Fachbasis, Geschlechtsspezifische Einrichtungen, Fach-ARGE 3.2.2., Aktivierung und Unterstützung für Familien, Frauen und Männer
- ◆ Gleichstellungskommission der Landeshauptstadt München
- ◆ Infobörse für Frauen aus aller Welt
- ◆ Münchner Frauennetz
- ◆ Münchner Selbsthilfetag
- ◆ Netzwerk Psychosoziale Onkologie München, N-PSOM
- ◆ Öffentliches Frauen*-Stadtgespräch
- ◆ Patienteninformationstag, Klinikum Großhadern
- ◆ Patienteninformationstag, Klinikum Harlaching: Veranstaltung der Biologischen Krebsabwehr in Zusammenarbeit mit dem Krankenhaus für Naturheilweisen München-Harlaching
- ◆ Patiententag, Brustzentrum Helios-Klinik Pasing
- ◆ Runder Tisch gegen Männergewalt an Frauen, Mädchen und Jungen
- ◆ Tagung zu Gender – Migration – Öffentlichkeit, Evangelische Akademie Tutzing
- ◆ Vernetzungstreffen der Münchner Gesundheitsberatungsstellen

Eine Auflistung der Gremien, Arbeitskreise und Veranstaltungen, bei der die **Beratungsstelle violenTia** mitgewirkt hat, findet sich auf Seite 36.

6. Zusammenarbeit mit anderen Einrichtungen

Beratungsstellen

AWO, Inkomm Projektzentrum für Interkulturelle Kommunikation
Bayerische Krebsgesellschaft
Beratungsstelle für natürliche Geburt und Elternsein e. V.
Bezirkssozialarbeit (BSA)
BIB e. V. Familienentlastungsdienst der offenen Behindertenarbeit
Christophorus Hospiz Verein
Die Arche – Suizidprävention und Hilfe in Lebenskrisen e. V.
Donna Mobile, Gesundheitsförderung/Prävention/Qualifizierung für MigrantInnen
Familien- und Erziehungsberatungsstellen verschiedener Träger
FTZ – EigenSinn
FTZ – Frauentherapiezentrum 2, Suchtberatung
FTZ – Frauentherapiezentrum 3, Psychiatrische Beratung
FTZ – Ergotherapie – Praxen und THEAmobil
FTZ – Vielfalten, Fachbereich Gerontopsychiatrie
Gerontopsychiatrischer Dienst Ost
Gesellschaft für biologische Krebsabwehr, Beratungsstelle
Gewaltberatung Nürnberg
Hospiz DaSein
iaf, Verband binationaler Familien und Partnerschaften
IMMA, Beratungsstelle
In Via KOFIZA, Beratungsstelle
KinderschutzZentrum München
Krebsberatungsstelle, BRK München
Krisendienst Horizont Regensburg
Lebensmut, Klinikum Großhadern
Münchner Arbeitslosenzentrum, MALZ
Münchner Informationszentrum für Männer, MIM
Münchner Insel
Psychoziale Beratungsstelle der Stadt München
Psychoziale Krebsberatungsstellen in München
Psychotherapeutische Fachambulanz für Gewalt- und Sexualstraftäter
Sozialberatung Stuttgart e. V.
Sozialbürgerhäuser
Sozialdienst Katholischer Frauen
Sozialpsychiatrische Dienste in München und Umland
TransMann
Trans*Inter* Beratungsstelle München
Traumahilfezentrum
Vincentro, Netzwerk für psychische Gesundheit
Verein zur Förderung der klinischen Verhaltenstherapie
Viva TS

Wohngruppen und therapeutische Wohngemeinschaften

FTZ – Betreutes Einzelwohnen
FTZ – Therapeutische Wohngemeinschaften
Karla 51
Sozialdienst Katholischer Frauen

Mutter-Kind-Einrichtungen

MKE – Verein für Sozialarbeit e. V.

Einrichtungen und Projekte der Selbsthilfe

MASH – Münchner Angstselbsthilfe
Selbsthilfezentrum München e. V.
Freiwilligen-Agentur Tatendrang

Niedergelassene ÄrztInnen, PsychologInnen, PsychiaterInnen und Gemeinschaftspraxen

Fraueneinrichtungen

Amanda – Projekt für Mädchen und junge Frauen
Avanta München e. V.
Fachberatungsstelle Regenbogenfamilie
Frauenakademie München
Frauen-Beratungs- und -Therapiezentren in der BRD und Österreich
Frauencafé Viva Clara
Frauenforum
FrauenGesundheitsZentrum e. V. München
Frauenhilfe München – Frauenberatungsstelle
Frauenhilfe München – Frauenhaus
IMMA e. V., Initiative Münchner Mädchenarbeit
Kofra, Kommunikationszentrum für Frauen zur Arbeits- und Lebenssituation
LeTRa, Lesbenberatung
sif e. V.
TuSch – Trennung und Scheidung
Wildwasser (in verschiedenen Städten)
Zora, IMMA

Bildungseinrichtungen

DAA München
Evangelische Familienbildungsstätte
Frauencomputerschule
Hochschule München, Fachbereich Sozialwesen
Katholische Stiftungsfachhochschule München, Fachbereich Sozialwesen
LMU München, Lehrstuhl für Pädagogik
Münchner Volkshochschule

Behörden

Bezirk Oberbayern
Frauenbeauftragte der Polizei Oberbayern
Gleichstellungsstelle für Frauen der Landeshauptstadt München
Kommissariat 105
Referat für Wohnen und Migration
Sozialbürgerhäuser
Stadtjugendamt München

Kliniken

Atriumhaus München
CIP Klinik Bad Tölz
CIP Klinik München
Frauenklinik Maisstraße
Frauenklinik Taxisstraße
Helios Klinikum München West – Gynäkologie
Isar-Amper-Klinikum
Klinikum Großhadern
Klinikum Harlaching – Tagesklinik
Klinikum Rechts der Isar
Krankenhaus München-Schwabing
Krankenhaus Neuperlach
Max-Planck-Institut für Psychiatrie München
Rot-Kreuz-Klinikum
Städt. Krankenhaus München-Harlaching
Tagklinik Westend
Tumorzentrum München

7. Verein

Der Verein FrauenTherapieZentrum – FTZ München e. V. wurde 1978 gegründet. Der aus einer Initiative entstandene feministische Verein hat in den vergangenen Jahren große Veränderungsprozesse durchlaufen. Aus einem basisdemokratischen Projekt entwickelte sich im Laufe der Jahre ein großer Trägerverein mit elf Einrichtungen. Die Organisations-, Ablauf- und Arbeitsstrukturen des Vereins und der Einrichtungen wurden mit den sich weiterentwickelnden Aufgaben während der Jahre verändert und diesen angepasst.

Seit einer Umstrukturierung und Neuorganisation des Vereins Ende 2008 gibt es die FTZ gemeinnützige GmbH für die Bereiche Sucht und Psychiatrie mit inzwischen acht Einrichtungen und den FTZ München e. V. als einzigen Gesellschafter der GmbH und als Träger für drei Einrichtungen: Psychosoziale/Psychoonkologische Beratungsstelle, violenceTia – Beratung für Frauen, die in Partnerschaften Gewalt ausüben, und Fortbildung und Supervision für Fachkräfte.

Die Zusammenarbeit im Verbund FrauenTherapieZentrum und den verschiedenen Einrichtungen mit den unterschiedlichen Angeboten ist sehr kooperativ und für die Klientinnen sehr hilfreich.

7.1 Geschäftsführende Tätigkeit und Öffentlichkeitsarbeit

Geschäftsführende Tätigkeit

Die Geschäftsführende Tätigkeit beinhaltet folgende Aufgaben:

- ◆ Vorbereitung, Moderation und Dokumentation der Mitgliederversammlung
- ◆ Vorbereitung, Moderation und Dokumentation der Erweiterten Vorstandssitzungen
- ◆ Vertretung des Vereins mit seinen Einrichtungen beim Spitzenverband der Freien Wohlfahrtspflege in Bayern, dem Paritätischen
- ◆ Betreuung der Mit- und Förderfrauen des Vereins
- ◆ Akquise von Drittmitteln (Bußgeldern und Spenden) im Rahmen des Fundraisings
- ◆ Erstellung des jährlichen Haushaltes des Trägervereins und des konsolidierten Jahresabschlusses des Trägervereins
- ◆ Verwaltung von Bußgeldern, Spenden und Mitgliedsbeiträgen
- ◆ Abschlüsse und Verwaltung von Versicherungen sowie die Abwicklung der Schadensfälle
- ◆ Abwicklung aller Angelegenheiten mit der Berufsgenossenschaft
- ◆ Sicherstellung der Anforderungen an die technische Betriebssicherheit und die arbeitsmedizinische Betreuung für den Verein

Öffentlichkeitsarbeit 2017

FrauenTherapieZentrum – FTZ München e.V.
FrauenTherapieZentrum – FTZ gemeinnützige GmbH

Das **Jahresprogramm 2017** der Psychosozialen/Psychoonkologischen Beratungsstelle führte das letztjährige Thema „**Burnout als Chance einer Wandlung**“ weiter, da wir 2016 viele positive Rückmeldungen erhalten hatten. Im Fokus standen Vorträge, Seminare und Workshops, die sich auf ganz unterschiedliche Art und Weise damit beschäftigten, wie Veränderung gelingen kann und was nötig und hilfreich ist, wenn das Leben aus der Bahn gerät. Aufgrund der guten Resonanz führen wir 2018 das Thema weiter und zwar unter dem Fokus: „Funktionierst du noch oder lebst du schon?“

Schon im vierten Jahr unterstützt der **Ladies' Circle 15 München** finanziell die Arbeit unserer **Psychoonkologischen Beratungsstelle**. Mit unterschiedlichen Aktionen, wie einem Wiesn-Stand am Münchner Goetheplatz oder dem Sammeln von Pfandbons in einem Supermarkt, haben die Frauen des Ladies' Circle Geld gesammelt und uns gespendet. Dadurch konnten wir Angebote für Frauen mit oder nach einer Krebsdiagnose wie beispielsweise „Klangreisen“ oder „Heilsames Atmen“ anbieten. Im Namen unserer Klientinnen sagen wir den Ladies „Dankeschön“.

Das FTZ war 2017 bei verschiedenen **öffentlichen Veranstaltungen** mit Infoständen und/oder Fachbeiträgen beteiligt:

Beim jährlichen **Carreer Day** der katholischen Stiftungsfachhochschule im Frühjahr lernten wir Studentinnen der Sozialen Arbeit kennen, die sich für die frauenspezifische Arbeit interessierten. Einige von Ihnen bewarben sich anschließend um eine Praktikumsstelle und sind jetzt Praktikantinnen im Frauentherapiezentrum. Wir schätzen den Austausch mit den jungen Frauen sehr und geben gerne unsere Erfahrungen und unser Wissen in der ganz konkreten Arbeit weiter.

Der Verein für Fraueninteressen e.V. veranstaltete im Mai in Kooperation mit der Gleichstellungsstelle, dem Sozialreferat und dem Migrationsbeirat der LH München die **Infobörse für Frauen aus aller Welt**. Der rege Andrang und das Interesse der zahlreichen BesucherInnen im Alten Rathaus erfreute uns sehr. Im Gespräch konnten wir vielen Frauen, unter ihnen zahlreiche mit Migrations- und Fluchthintergrund, von unseren Einrichtungen und Angeboten berichten und ihnen auf diese Weise den Weg zu einem für sie passenden Hilfsangebot geben.

Im Juni ging unsere neu gestaltete **Homepage** unter www.ftz-muenchen.de online. Das Ergebnis aus einem intensiven Entwicklungsprozess und vielen Arbeitsstunden ist nun für alle sichtbar, und es lohnt sich immer wieder der Blick darauf, weil die Website permanent aktualisiert wird. Hier finden sich unsere aktuellen Veranstaltungen und das komplette Jahresprogramm. Unser besonderer Dank gilt der **Agentur wenzlaff|pfaff|güldenpfennig|hubatschek kommunikation**, die uns unsere neue Internetseite ermöglichte. Die Agentur gestaltet pro bono seit Jahrzehnten alle unsere Werbemittel, Flyer, Einladungen, Seminar-Programme und vieles mehr. Dies ist eine großzügige Spende an das FTZ und wir sind dankbar für die kontinuierliche und zuverlässige Zusammenarbeit.

Auch dieses Jahr waren wir im September mit einem Infostand bei dem **Krebs-Informationstag am Klinikum Großhadern** anwesend. Veranstaltet wurde dieser Tag von dem Verein lebensmut, der Bayerische Krebsgesellschaft und dem Comprehensive Cancer Center München. Über 850 PatientInnen, Angehörige und Interessierte nutzen die vielfältigen Möglichkeiten für Informationsaustausch mit ExpertInnen und PatientInnenvertretern. Im Austausch mit interessierten Frauen konnten wir über unsere Angebote informieren und die Offenheit für eine psychoonkologische Beratung und Begleitung fördern bzw. Hemmschwellen für eine solche Begleitung abbauen.

Im Zuge der **Münchner Aktionswochen** gegen Gewalt an Frauen, Mädchen und Jungen bot unsere Einrichtung **violentia – Beratung für Frauen, die in Partnerschaften Gewalt ausüben**, den Workshop „Gesunde Selbstbehauptung“ an. Bei dem Workshop ging es darum, eigene Bedürfnisse und Interessen zu vertreten, ohne den Partner/die Partnerin anzugreifen oder abzuwerten. Wir werden diesen Workshop im Rahmen unseres Jahresprogramms 2018 wiederholen, damit Frauen, die zu psychischer, verbaler oder körperlicher Gewalt in der Partnerschaft neigen, neue Wege der Konfliktlösung entdecken können.

Unser **Fortbildungsprogramm** wurde dieses Jahr nicht wie erhofft angenommen: Wir hatten einige neue Seminare zu dem Themenkomplex „Arbeiten mit traumatisierten Flüchtlingen und MigrantInnen“ konzipiert, die leider aufgrund von zu wenigen Anmeldungen nicht stattfinden konnten. Wir werden im kommenden Jahr kein neues Programm anbieten, sondern erst einmal pausieren. Die Referentinnen stehen aber auf Anfrage weiterhin für Inhouse-Seminare, Schulungen, Fachvorträge und Supervisionen zur Verfügung.

Im Jahr 2018 **feiert das FTZ am 12. Juni sein 40-jähriges Bestehen**. Die Vorbereitungen laufen bereits, und wir konnten zwei Referentinnen, Prof. Paula-Irene Villa und Antje Schrupp, für Fachvorträge gewinnen. Neben Grußworten von Wegbegleitern und Geldgebern wie der Stadt München und dem Bezirk Oberbayern wird es eine Fotoausstellung über unsere Arbeit geben.

Im Herbst haben wir unser erstes **Crowdfunding-Projekt** gestartet und erfolgreich abgeschlossen. Wir können nun eine Fahrrad-Rikscha anschaffen, damit unsere Klientinnen, die in ihrer Mobilität eingeschränkt sind, am sozialen Leben teilnehmen können. Unsere ehrenamtlichen Helferinnen werden die Frauen mit der Rikscha überall dorthin fahren, wo sie alleine nicht hinkommen. Somit kommen sie aus ihrer Isolation heraus und können ein paar Stunden nach ihren Wünschen gestalten.

Wie jedes Jahr an dieser Stelle möchten wir unseren **Dank aussprechen** an die uns unterstützenden Münchner RichterInnen und StaatsanwältInnen, die Firmen, die uns ihre MitarbeiterInnen einen Tag lang für Renovierungsarbeiten in unseren Einrichtungen zur Verfügung stellten, jede einzelne Spenderin und jeden einzelnen Spender, alle Mit- und Förderfrauen und Stiftungen und Vereine, die uns Zeit oder Geld spenden.

Diese Unterstützung trägt dazu bei, dass alle Frauen die Hilfe bei uns bekommen, die sie benötigen. Und das unabhängig davon, über welche finanziellen Mittel sie verfügen. Ein herzliches „Dankeschön“ sagen wir auch den vielen bürgerschaftlich engagierten Frauen, die in ihrer Freizeit unsere Klientinnen unterstützen.

Vielen Dank für die Großzügigkeit und das Vertrauen in unsere Arbeit.

Geschäftsverteilungsplan FrauenTherapieZentrum – FTZ München e.V.

Geschäftsführung Verein:

Gisela Hilbert, Güllstraße 3 • 80336 München • Tel. 089/747370-60 • Fax 089/747370-80 • E-Mail: frauentherapiezentrum.ev@ftz-muenchen.de

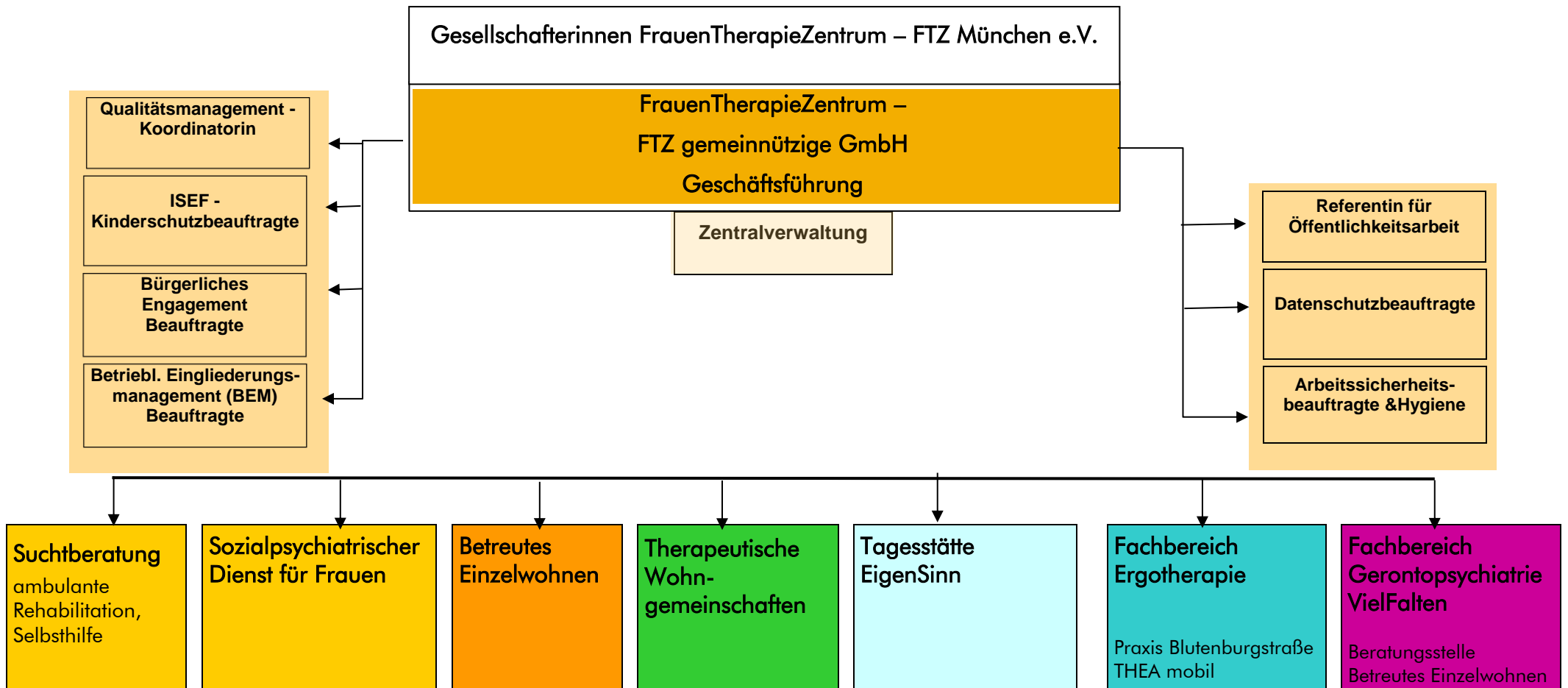
Referentin für Öffentlichkeitsarbeit:

Claudia Engel, Güllstraße 3 • 80336 München • Tel. 089/747370-36 • Fax 089/747370-39 • E-Mail: claudia.engel@ftz-muenchen.de

Einrichtung	FTZ – Frauentherapiezentrum 1 Psychosoziale/Psychoonkologische Beratung Beratung, Therapie, Selbsthilfe	FTZ – Frauentherapiezentrum 4 violentia Beratung für Frauen, die in Partnerschaften Gewalt ausüben	FTZ – Fortbildung, Schulung und Supervision
Zielgruppen	Frauen mit psychosozialen und psychosomatischen Problemen, in Krisensituationen und mit Krebserkrankung	Heterosexuell, bisexuell oder lesbisch lebende Frauen und Transpersonen aus allen Kulturen, die in ihrer Partnerschaft Gewalt ausüben	Fachfrauen / Fachleute aus psychosozialen, psychiatrischen und psychotherapeutischen Berufsfeldern; Teams; Ehrenamtliche, Bürgerhelferinnen
Adresse der Einrichtung	Güllstraße 3 80336 München Tel. 089/747370-0 • Fax 089/747370-80 E-Mail: psychosoziale.beratungsstelle@ftz-muenchen.de	Implerstraße 38 81371 München Tel. 089/52031744 • Fax 089/747370-80 E-Mail: violentia.beratungsstelle@ftz-muenchen.de	Güllstraße 3 80336 München Tel. 089/747370-36 • Fax 089/747370-39 E-Mail: fortbildung@ftz-muenchen.de
Leitung	Geschäftsführung Gisela Hilbert Fachleitung Marion Kolb	Geschäftsführung Gisela Hilbert Fachleitung Marion Kolb	Geschäftsführung Gisela Hilbert

FrauenTherapieZentrum – FTZ gemeinnützige GmbH

Organigramm 2017



Geschäftsverteilungsplan FrauenTherapieZentrum – FTZ gemeinnützige GmbH

Cornelia Stefan • wirtschaftliche Geschäftsführung • Goethestraße 21/III • 80336 München • Tel. 089 411119 -111 • Fax – 199 • cornelia.stefan@ftz-muenchen.de

Simone Eiche-Kayser • Geschäftsführung • fachliche Gesamtleitung • Güllstraße 3 • 80336 München • Tel. 089 747370–10 • Fax –80 • simone.eiche@ftz-muenchen.de

Yvonne Feneberg • stv. wirtschaftliche Gesamtleitung • Goethestraße 21/III • 80336 München • Tel. 089 411119 -114 • Fax – 199 • yvonne.feneberg@ftz-muenchen.de

Einrichtung/ Fachbereich	FTZ – Frauentherapiezentrum 2 Suchtberatung Beratung, ambulante Rehabilitation, Selbsthilfe	FTZ – Frauentherapiezentrum 3 Sozialpsychiatrischer Dienst für Frauen Beratung, Betreuung, Gruppen	FTZ – VielFalten Fachbereich Gerontopsychiatrie Beratung, Betreutes Einzelwohnen
Zielgruppen	Frauen mit Alkohol- und Medikamentenproblemen und Essstörungen und ggf. zusätzlicher psychischer Erkrankung	Psychisch kranke Frauen, traumatisierte Frauen, auch mit zusätzlicher Suchtmittelabhängigkeit, Frauen in (psychiatrischen) Krisen. Schwerpunkt Frauen mit Kindern und geflüchtete Frauen	Psychisch und suchtkranke Frauen ab 60 Jahren, mit altersbedingten und anderen Behinderungen
Adresse der Einrichtung/ Fachbereich	Güllstraße 3 • 80336 München Tel. 089 747370-0 Fax 089 747370-80 suchtberatung@ftz-muenchen.de	Güllstraße 3 • 80336 München Tel. 089 747370-0 Fax 089 747370-80 psychiatrische.beratungsstelle@ftz-muenchen.de	Goethestr. 21 • 80336 München Tel. 089 411119-420 Fax 089 411119-499 gerontopsych.fachstelle@ftz-muenchen.de

Einrichtung/ Fachbereich	FTZ – Betreutes Einzelwohnen	FTZ – Therapeutische Wohngemeinschaften	FTZ – Tagesstätte Eigensinn	FTZ – Fachbereich Ergotherapie
Zielgruppen	Psychisch kranke Frauen, auch mit zusätzlicher Suchtmittelabhängigkeit und unterschiedlichen Behinderungen; psychisch kranke Frauen mit Kindern	Psychisch kranke Frauen, auch mit Gewalterfahrungen	Psychisch und suchtkranke Frauen, die eine Tagesstruktur brauchen	Mädchen und Frauen mit psychischer Erkrankung, Suchtmittelabhängigkeit, Traumafolgestörung, Krebserkrankung, psychosomatischen, organisch-symptomatisch oder geriatrischen Erkrankungen
Adresse der Einrichtung/ Fachbereich	Goethestraße 21/II 80336 München Tel. 089 411119-325/-212 Fax 089 411119-399/-299 joke.reschenberg@ftz-muenchen.de ingrid.jeggle@ftz-muenchen.de	Goethestr. 21/V 80336 München Tel. 089 411119-575 Fax 089 411119-599 jutta.stoesser@ftz-muenchen.de	Schleißheimer Str. 22a/Rgb. 80636 München Tel. 089 55052781 Fax 089 99013776 susanne.biebl@ftz-muenchen.de	Blutenburgstraße 19 80636 München Tel. 089 8905554 -0 Fax 089 8905554 -20 ergotherapie@ftz-muenchen.de

Impressum:

© 2018 FTZ Frauentherapiezentrum 1 – Psychosoziale/Psychoonkologische Beratung und
FTZ Frauentherapiezentrum 4 – violenTia
Güllstraße 3, 80336 München

Redaktion/verantwortlich für den Inhalt: Marion Kolb, Dipl. Soz. Päd. (FH)

Lektorat, Gestaltung: Sibylle Nahr, München

Adresse:

Güllstraße 3, 80336 München
Tel. 089/74 73 70-0, Fax 089/74 73 70-80
E-Mail: psychosoziale.beratungsstelle@ftz-muenchen.de
Homepage: www.ftz-muenchen.de