

Therapeutische Wohn- Gemeinschaften



Unser frauenspezifischer Ansatz

- Viele Frauen mit psychiatrischen Diagnosen oder längerem Klinikaufenthalt haben sexualisierte oder körperliche Gewalt erfahren.
- Insbesondere Frauen mit schweren frühen Traumatisierungen können sich oft kaum gegen aktuelle Übergriffe bzw. übergriffige Beziehungsangebote von Männern abgrenzen. Wir bieten daher einen geschützten Frauenraum zum Leben, in dem sie eigene Vorstellungen von Lebensmodellen entwickeln und ausprobieren können.
- Selbstverantwortung und Gemeinsamkeit in der Alltagsbewältigung, Achtsamkeit und klare Grenzen helfen, destruktive Zirkel zu durchbrechen.
- Wir arbeiten frauenparteilich und ressourcenorientiert, d.h. wir stärken die bereits vorhandenen Stärken und Kompetenzen einer Frau in einem geschützten Raum unter Frauen.
- Frauen aus verschiedenen Lebenswelten und Kulturen sind uns willkommen.
- Wir leben Vielfalt und Diversity und unterstützen Frauen in unkonventionellen und eigenständigen Lebensmodellen.

Was bieten wir?

Wir ermöglichen es Ihnen, selbständig zu wohnen. Dafür bieten wir Ihnen zwei verschiedene Wohnformen an:

- Therapeutische Wohngemeinschaften
- Betreutes Einzelwohnen als Nachsorge

Unser Betreuungsangebot:

Bei der Aufnahme in eines unserer Wohnangebote kümmern wir uns gemeinsam mit Ihnen um folgendes:

- Erstellung eines individuellen Hilfeplanes und Behandlungskonzeptes
- Aufbau eines vernetzten Hilfesystems, Helfer*innenkonferenzen
- Sozialpsychiatrische Grundversorgung
- Aushandeln eines Therapievertrags

Ablauf:

- Sie melden sich schriftlich, telefonisch oder per E-Mail bei uns an.
- In einem persönlichen Gespräch finden wir heraus, ob unsere Therapeutischen Wohngruppen die passende Hilfe für Sie sind.
- Sie unterzeichnen den Betreuungsvertrag.
- Sie stellen mit unserer Hilfe einen Antrag auf Eingliederungshilfe nach § 53 ff SGB XII beim Bezirk Oberbayern.

Unsere Angebote

Einzelbetreuung:

- Regelmäßige telefonische und persönliche Kontaktaufnahme und Einzelgespräche
- Krisenintervention; Kontakthalten bei Klinikaufenthalten
- Begleitung zu Behörden, sozialen Diensten und Ärzt*innen
- Hilfe bei der Alltagsgestaltung und Hausarbeit, lebenspraktisches Training
- Unterstützung bei realistischer Zeit- und Stufenplanung
- Unterstützung bei der Bewältigung von Konflikten im Sozialkontakt
- Unterstützung bei der Arbeitsaufnahme, Erhalt eines Arbeitsplatzes
- Entwicklung von Symptomkontrolle und -reduzierung, Training alternativer Bewältigungsstrategien sowie Kompetenzen im Umgang mit der Krankheit

Gruppenarbeit:

- Sozialtherapeutische wohngruppenübergreifende sowie alltagspraktische Gruppe
- Gruppentraining zur Symptomreduzierung und Stabilisierung, Psychoedukation
- Motivierung zur Teilnahme an Selbsthilfegruppen (FTZ, MüPE, SHZ, u.a.)
- Alltagsstrukturierende Angebote und Freizeitaktivitäten

Unsere Ziele

Allgemein:

- Eigenständiges Wohnen, Entwicklung einer selbständigen Lebensform in der Gruppe
- Deeskalation und Prävention von Krisen, psychische Stabilisierung
- Vermeiden von Chronifizierung, Erweiterung der Rechtsfähigkeit
- Verbesserung der Lebensqualität

Individuell:

- Erweiterung von Selbstverantwortung, Alltagsbewältigung
- Erwerb von Sicherheit, Selbstrespekt und Bindungsfähigkeit
- Klärung und Verbesserung der finanziellen Situation
- Verbesserung der Arbeitsfähigkeit, Integration durch bezahlte Erwerbsarbeit
- Entwicklung neuer Lebensperspektiven

Sozial:

- (Wieder-) Aufbau von Kontakten und sozialem Netz, Erschließung des Freizeitlebens
- (Wieder-) Erlangen von Beziehungs- und Handlungsfähigkeit, Konfliktfähigkeit, Fähigkeit zu Selbstschutz

So erreichen Sie uns

Sie können sich telefonisch oder schriftlich per Post, per Fax oder per E-Mail bewerben unter:

FrauenTherapieZentrum –
FTZ gemeinnützige GmbH
Therapeutische Wohngemeinschaften
Goethestraße 21
80336 München
Tel: 089/41 11 19-575
Fax: 089/41 11 19-599
E-Mail: jutta.stoesser@ftz-muenchen.de

