

## Bericht über unsere Arbeit in **2020**



**Liebe Leserin, lieber Leser!**

In einem kurzen Rückblick berichten wir über unsere Arbeit im Jahr 2020.

Wir danken allen recht herzlich, die uns im vergangenen Jahr durch ihre Mitgliedschaft, Spenden und sonstige Beiträge engagiert unterstützt haben.

**Danke!**

Das Team der Frauenberatungsstelle

## **WAS FÜR EIN JAHR ...**

Wir blicken auf ein für alle sehr herausforderndes Jahr zurück. Die besonderen Maßnahmen, die zur Eindämmung der Corona-Pandemie ergriffen wurden, haben uns alle Außerordentliches zugemutet.

Voller Elan und guter Dinge sind wir ins Jahr 2020 gestartet, hatten gute Ideen und Vorhaben, die wir in die Tat umsetzen wollten.

Die Pandemie machte uns jedoch einen Strich durch die Rechnung: Gruppenangebote und Veranstaltungen mussten ausfallen, Arbeitskreise und andere persönliche Begegnungen konnten nicht stattfinden.



## NOT MACHT „KREATIV“ ...

Die Frauenberatungsstelle Duisburg war im vergangenen Jahr trotz aller Herausforderungen stets erreichbar.

Es mussten Möglichkeiten gefunden werden, Frauen über unsere Angebote zu informieren, weiterhin mit betroffenen Frauen in Kontakt zu bleiben, zu kommen und Gespräche anzubieten.

Während des ersten Lockdowns führten die Mitarbeiterinnen viele Gespräche in erster Linie telefonisch. Mit Frauen, denen ein Telefonat nicht ausreichte, traf man sich im nahegelegenen Kantpark zum „walk and talk“: bei einem Spaziergang an der frischen Luft mit dem nötigen Abstand reden. Durch Bewegung reduziert sich der Stress und gerade für Frauen, die alleine leben, ist ein persönlicher Kontakt sehr wichtig.

Wenn soziale Kontakte fehlen und Isolation notwendig ist, können Sorgen, Ängste und Gefühle von Einsamkeit aufkommen. Es bedarf ein hohes Maß an Widerstandskraft, solch eine Krise gut zu überstehen. Menschen mit psychischen Erkrankungen standen in diesem Jahr vor besonderen Herausforderungen. Dies machte sich auch in der Frauenberatungsstelle bemerkbar: Die Anzahl und Nachfrage von traumatisierten und psychisch erkrankten Frauen haben enorm zugenommen.

Damit mehr Duisburgerinnen auf unsere Angebote aufmerksam werden, haben wir einen eigenen **Schaukasten im Duisburger Bahnhof** angemietet. Wir freuen uns, im Laufe des Jahres diesen Schaukasten zu unterschiedlichen Themen mit Informationen und Hinweisen zu füllen.



„Ein erster Schritt – weil reden hilft“ eine groß angelegte Plakataktion mit 250 Plakaten zum 25. November, dem internationalen Tag gegen Gewalt an Frauen, verteilt im Duisburger Stadtgebiet, machte von Gewalt betroffene Frauen darauf aufmerksam, dass es ein Beratungsangebot gibt, an das sie sich jederzeit kostenfrei, anonym und vertraulich wenden können.

Aber auch Personen aus ihrem sozialen Umfeld – Nachbar\*innen, Freund\*innen, Bekannte sind aufgefordert, Betroffene auf die Frauenberatungsstelle Duisburg aufmerksam zu machen oder bei Gefahr in Verzug, die Polizei zu rufen.



## LICHTBLICKE ...

Es gab in diesem Jahr auch einzelne Lichtblicke, für die wir sehr dankbar sind.

Im Rahmen des **IKEA** Corona-Nothilfeprogramms „Wir packen das gemeinsam“ erhielten wir vom Möbelhaus eine große Sachspende, um die Gestaltung einer „Beratungsecke“ im Freien zu schaffen. Zur Sachspende gehörten Bodenfliesen für eine Terrasse, eine Sitzgruppe mit einem großen Sonnenschirm und ein paar Blumenkübel, um die Sitzecke vor Einblicken zu schützen. Wir danken IKEA sehr für diese großzügige Spende!

Auch das **Land NRW** hat sowohl Frauenhäuser als auch Frauenberatungsstellen mit zusätzlich zur Verfügung gestellten Sachkosten unterstützt. So konnten wir unsere digitale Infrastruktur aktualisieren bzw. aufrüsten.

Des Weiteren ist dem Netzwerk Opferhilfe in Duisburg in 2020 eine gemeinsame Präsenz der Internetseite **DialogHaus – Opferhilfe Duisburg** gelungen. Auf dieser Seite finden Menschen, die Opfer einer Straftat wurden, eine Übersicht über die verschiedenen Hilfeangebote in der Stadt Duisburg. Ziel ist es, möglichst umfassende Informationen über bestehende Hilfeangebote anzubieten, mit einem persönlichen Ansprechpartner\*innen ins Gespräch zu kommen und so die Hilfe und Unterstützung zu erhalten, die benötigt wird.



## **JETZT AUCH IN DUISBURG ...**

### **ANONYME SPURENSICHERUNG NACH EINER SEXUALSTRAFTAT (ASS)**

Die Anonyme Spurensicherung (ASS) ist ein Verfahren, das Frauen nach einer erlebten Sexualstraftat Zeit gibt, sich in Ruhe zu überlegen, ob und wann sie eine Strafanzeige erstatten möchten.

Bei einer Vergewaltigung oder sexuellem Missbrauch gibt es meistens keine Zeugen oder Zeuginnen. Darum kann es wichtig sein, für ein späteres Verfahren Spuren sichern zu lassen. Die eigene Aussage ist ein wichtiger Beweis und zusätzliche Spuren untermauern diese Angaben.

Die im Rahmen der ärztlichen Untersuchung sichergestellten Tatspuren werden anonym, mit einer Chiffre-Nummer versehen, für zehn Jahre im Institut für Rechtsmedizin in Düsseldorf gelagert. Nach dieser Zeit werden sie, wenn keine Strafanzeige erstattet wurde, vernichtet.

Frauen, die Opfer sexualisierter Gewalt werden, fällt es oftmals schwer unmittelbar nach der Tat eine Entscheidung für oder gegen eine Strafanzeige zu treffen.

Die Gründe dafür sind vielfältig: Die Angst vor dem Täter spielt eine Rolle, die Angst davor, in einem Prozess vor Gericht alles noch einmal durchleben zu müssen oder die Sorge davor, dass einem niemand glaubt. Doch je mehr Zeit zwischen Tat und Anzeige verstreicht, desto schwieriger wird es, den Täter zu belangen, wenn vor Gericht lediglich Aussage gegen Aussage steht und es keine gesicherten Tatspuren gibt.



Damit es für Frauen auch in Duisburg die Möglichkeit gibt, Spuren anonym sichern zu lassen konnte die Frauenberatungsstelle in Kooperation mit der Gleichstellungsstelle der Stadt Duisburg drei Kliniken für das Angebot gewinnen.



Kliniken:

- Ev. Bethesda Krankenhaus
- Helios St. Johannes Klinik
- Sana Kliniken Duisburg

Das Projekt mit der Frauenberatungsstelle als koordinierende Stelle fördert das Ministerium für Heimat, Kommunales und Bau des Landes NRW.



## FACHBERATUNG ZU HÄUSLICHER GEWALT

Die Beratung nach dem Gewaltschutzgesetz bei häuslicher Gewalt war auch in 2020 ein Schwerpunkt unserer Arbeit. Eine Kooperation mit der Polizei in Duisburg stellt sicher, dass Frauen, die Opfer von häuslicher Gewalt/ Beziehungsgewalt geworden sind, auf Wunsch fachliche Beratung in Anspruch nehmen können. Die Daten der betroffenen Frau werden uns dann von der Polizei übermittelt, so dass wir Kontakt zu den Frauen aufnehmen können (Pro-aktiver Ansatz).

Viele Frauen wenden sich jedoch auch als Selbstmelderinnen und ohne polizeilichen Einsatz an die Frauenberatungsstelle.

Die **Corona-Pandemie** und der damit verhängte Lockdown machte es von gewaltbetroffenen Frauen schwerer, sich Unterstützung und Hilfe zu holen. Viele Männer arbeiteten im Home-Office und die Kinder gingen nicht in den Kindergarten bzw. in die Schule. Für Frauen bedeutete das, wenig „Freiraum“ für Telefonate oder unbemerktes Verlassen der Wohnung zu haben.

Da auch Behörden und Ämter im Lockdown waren, gestalteten sich die Beratungsgespräche mit Hilfesuchenden für das Team der Frauenberatungsstelle ebenfalls schwierig: der bürokratische Aufwand stieg enorm, da einerseits viele Angelegenheiten ausschließlich schriftlich per Mail geklärt werden konnten und andererseits lange Wartezeiten zur Bearbeitung dieser entstanden sind.



## FACHBERATUNG ZU SEXUALISIERTER GEWALT

Sexualisierte Gewalt ist ein massiver Eingriff in die Intimsphäre einer anderen Person gegen ihren Willen. Sexuelle Handlungen werden als Mittel zur **Macht und Gewalt** ausgeübt. Hierzu zählen sexuelle Nötigung/Belästigung, Vergewaltigung (auch in der Ehe), „zufälliges“ Begrapschen und Zwangsprostitution.

Die meisten sexuellen Übergriffe finden im sozialen Nahraum statt, d.h. zuhause, im Freundeskreis oder am Arbeitsplatz und sind unabhängig von Alter, sozialer Schicht und Nationalität.

Angst, Scham und Schuldgefühle halten Frauen häufig davon ab, sich jemandem anzuvertrauen.

Wir beraten Frauen in Krisen zeitnah in einmaligen Gesprächen, ebenso bei Bedarf in mittel- bis langfristigen Beratungsreihen. Im Bedarfsfall begleiten wir zu Gerichtsverhandlungen.

**Wir bieten (Trauma-)Fachberatung an.**

## TRAUMASENSIBLE BERATUNG

Frauen, die häusliche und/oder sexualisierte Gewalt erlebt haben, sind häufig traumatisiert.

Ein Trauma ist eine seelische Verletzung, die genau so wie eine körperliche Wunde, Zeit und Pflege bis zur Heilung benötigt. Die Reaktionen auf ein derart überwältigendes Erlebnis können unterschiedlich sein, manchmal für Betroffene selbst schwer verständlich. Beispielsweise Zweifel daran zu haben, dass das Erlebte überhaupt



stattgefunden hat oder dass die Erinnerungen nur bruchstückhaft vorhanden sind bzw. als sogenannte „Flashbacks“ immer wieder kurz auftauchen. Dies alles sind Schutzreaktionen der Seele und eine ganz normale Reaktion auf ein „unnormales“ schreckliches Ereignis.

In der Beratung werden Betroffene über mögliche Reaktionen und Folgen einer Traumatisierung aufgeklärt (Psychoinformation) um das, was mit ihnen passiert ist, besser einschätzen zu können. Es werden Möglichkeiten zum Selbstschutz besprochen und nach Wunsch einfach strukturierte Stabilisierungsübungen zur Distanzierung von überflutenden Erinnerungen eingeübt.

Unsere Haltung in der Beratung ist parteilich für Frauen. Jede einzelne Frau wird mit ihren eigenen Erfahrungen ernst genommen und nicht angezweifelt. Die Betroffenen entscheiden selbst, zu welchem Zeitpunkt nach dem Erlebten sie sich an uns wenden und sich unterstützen lassen. Wir bieten einen sicheren Ort, an dem Frauen über alles reden können, wenn sie mögen und ihre Fragen stellen können. Das könnten beispielsweise sein: Wem möchte ich davon erzählen? Was mache ich mit meiner Wut, mit meinen Ängsten? Will ich eine Anzeige erstatten oder nicht?

Darüber hinaus ist es auch sehr wichtig, nach vorhandenen Stärken und Ressourcen zu schauen!





## Erste-Hilfe-Trauma-Täschchen

Wir haben für traumatisierte Frauen ein Erste-Hilfe-Set zusammengestellt, um sich in Stress- bzw. Paniksituationen zurück ins „Hier und Jetzt“ zu holen bzw. sich von überflutenden Gefühlen abzulenken:

- Scharfe Bonbons
- Igelball zur Massage
- Gummiband für das Handgelenk
- Duftöl
- Taschentücher



# PRÄVENTIONS- UND ÖFFENTLICHKEITSARBEIT, VERNETZUNG

## PRÄVENTIONSVERANSTALTUNGEN

Präventions- und Öffentlichkeitsarbeit 2020

In der Präventionsarbeit konnten bis Mitte März zehn Veranstaltungen in unterschiedlichen Institutionen durchgeführt werden. Zielgruppen waren sowohl jugendliche und erwachsene Frauen, die zum Thema sexualisierte und häusliche Gewalt informiert wurden, als auch Multiplikator\* innen, die von der Frauenberatungsstelle geschult wurden. In diesem Jahresabschnitt erreichte die Frauenberatungsstelle rund **250** Menschen, die in Bezug auf das Thema sensibilisiert werden konnten.

Den ersten Lockdown nutzte die Beratungsstelle besonders für Presse- und Öffentlichkeitsarbeit. Dabei sollten Frauen darin bestärkt werden, sich trotz Lockdowns Hilfe und Unterstützung zu holen. Im Bereich der sozialen Medien wurde ein Instagram Account angelegt, der den bereits bestehenden Facebook-Account ergänzt und die Zielgruppe besonders um jüngere Frauen erweitert. Über diese Accounts werden regelmäßig ca. **500** Abonnenten erreicht.

Im Rahmen der Präventionsarbeit nahm die Frauenberatungsstelle zu verschiedenen Institutionen Kontakt auf, um ihnen in dieser speziellen Situation „Präventionspakete“ zu schicken. An Schulsozialarbeiter\*innen und Jugendwohngruppen wurden Präsentationen und Filme geschickt, mit denen die Jugendlichen vor Ort bzw. über Onlineangebote zum Thema sexualisierte und häusliche Gewalt informiert werden konnten. Die Angebote der Frauenberatungsstelle zu Online Schulungen für Schulen wurden in dieser Zeit nicht wahrgenommen.



Im August konnten weitere Präsenzveranstaltungen durchgeführt werden. In diesen wurden Integrationshelfer\*innen geschult, die für den Verein für Körper- und mehrfach behinderte Menschen in Duisburg tätig sind. Ebenso war es möglich Frauen zum Thema häusliche Gewalt zu informieren, die einen Alphabetisierungskurs besuchten. Über diese Veranstaltungen wurden erneut **45** Menschen erreicht.

## **GROßVERANSTALTUNGEN / ÖFFENTLICHKEITSARBEIT**

Bei der jährlich stattfindenden Kampagne **ONE BILLION RISING** am Valentinstag im Februar folgten wir dem weltweiten Aufruf: Bewegen – Erheben – Leben!

One Billion Rising (OBR) (englisch für Eine Milliarde erhebt sich) ist eine weltweite Kampagne für ein Ende der Gewalt gegen Frauen und Mädchen und für Gleichstellung. Weltweit wird in über 190 Ländern gegen Gewalt an Frauen und Mädchen getanzt.

Am **Internationalen Frauentag** am 08. März fand eine Veranstaltung unter dem Motto „Glück ist keine Glücksache“ im Duisburger Kultur- und Stadthistorischem Museum statt. Die in der Frauenarbeit aktiven Initiativen,- und Organisationen präsentierten kleine Ausstellungen und boten kleine Workshops an.

Leider konnten aufgrund der Corona-Pandemie im weiteren Verlauf des Jahres keine größeren Veranstaltungen mehr stattfinden.



## ETWAS ZUM MUT-MACHEN ...

Manchmal mag alles düster wirken und schöne Erlebnisse in weiter Ferne. Für unsere Klientinnen haben wir daher kleine Achtsamkeitspäckchen „to go“ gepackt mit der sogenannten Bohnenübung. Wir schenken den Frauen kleine Tütchen mit Bohnen, einer kleinen Geschichte und besprechen die Übung gemeinsam.

Es war einmal eine alte und weise Frau. Sie verließ ihr Haus nie, ohne vorher eine Handvoll Bohnen in ihre rechte Jackentasche zu stecken. Das tat sie nicht, um die Bohnen unterwegs zu essen, sondern um so die schönen Momente ihres Lebens besser zählen zu können.

Für jede Kleinigkeit, die sie tagsüber erlebte - zum Beispiel einen netten Schwatz auf der Straße, ein lecker duftendes Brot, einen Moment der Stille, das Lachen eines Menschen, das Zwitschern eines Vogels - ließ sie eine Bohne von ihrer rechten in die linke Jackentasche wandern. Manchmal waren es auch zwei oder drei Bohnen auf einmal.

Abends saß die Frau zu Hause und zählte genüsslich die Glücksbohnen aus ihrer linken Jackentasche. So machte sie sich noch einmal bewusst, wie viel Schönes sie an diesem Tag erlebt hatte und sie freute sich darüber. Auch an Abenden, an denen sie nur eine einzige Bohne zählte, war der Tag für sie ein glücklicher Tag - es hatte sich gelohnt, ihn zu leben.



## ZAHLEN, DATEN, FAKTEN

- 592** Frauen haben zu uns Kontakt aufgenommen. In der Regel wird der erste Kontakt telefonisch hergestellt.
- 974** Beratungsgespräche fanden statt, als einmalige Informationsgespräche oder als Gespräche innerhalb eines Beratungsprozesses.

## BERATUNGSANLÄSSE UND THEMEN DER BERATUNGEN\*

In den Beratungsgesprächen kommen häufig **mehrere** dieser Themen zur Sprache. Das macht die hohe Mehrfachbelastung der Frauen deutlich.

- 74** Frauen kamen mit Sorgen um ihre Gesundheit: psychische und / oder psychosomatische Erkrankungen
- 342** Frauen haben Gewalt erlebt: psychische, physische, Bedrohungen, Stalking, Zwangsheirat, davon
- 45** Frauen, die sexualisierte Gewalt erlebt haben
- 50** Frauen kamen mit Fragen zum Sorgerecht und Umgangsrecht ihrer Kinder



**125**

Frauen haben über Probleme in der Partnerschaft bzw. Ehe gesprochen und / oder sich über erste Schritte bei Trennung / Scheidung informiert

**61**

Frauen machten sich Sorgen um ihre existentielle Sicherung

\* Hier ist nur ein Auszug aus den Beratungsthemen vorgestellt worden und dennoch wird deutlich, dass es sich um ein breites Beratungsangebot handelt und Frauen sich in ganz unterschiedlichen Lebenssituationen befinden.

#### **ALTERSSTRUKTUR**

14 – 17 Jahre	<b>1</b>
18 – 25 Jahre	<b>75</b>
26 – 40 Jahre	<b>241</b>
41 – 50 Jahre	<b>141</b>
51 – 60 Jahre	<b>76</b>
Über 60 Jahre	<b>31</b>
Keine Angaben	<b>27</b>

#### **STAATSANGEHÖRIGKEIT**

Deutsch ohne Zuwanderungsgeschichte	<b>335</b>
Deutsch mit Zuwanderungsgeschichte	<b>117</b>
Andere Staatsangehörigkeit	<b>123</b>
Keine Angabe / unbekannt	<b>17</b>



## FINANZIERUNG

Neben dem Engagement und dem oftmals langen Atem benötigen wir auch finanzielle Ressourcen. Wir sind eine durch das **Land NRW** geförderte Beratungsstelle. Hierüber werden 85 % der Personalkosten für 2,5 Stellen (1,5 Allgemeine Frauenberatung, 1 Fachstelle gegen sexualisierte Gewalt) übernommen; hinzu kommt eine Sachkostenpauschale.

Für die Gewaltschutzberatung sowie für die Betriebskosten erhalten wir von der **Stadt Duisburg** einen Zuschuss.

Zusätzlich ist jedoch immer ein **Eigenanteil** aufzubringen, den wir nur mit Spenden schaffen können.

Wir bedanken uns recht herzlich für jede Form der Unterstützung und für die Wertschätzung unserer Arbeit. Wir wollen weiterhin Frauen zur Seite stehen, die sich mit ihren Nöten und Ängsten an uns wenden.

**Vielen Dank!**



## **HIER NOCH ETWAS IN EIGENER SACHE**

Auch wenn der Ort für einen Aufruf zur Mitgliedschaft im Verein Frauen helfen Frauen e.V. ungewöhnlich sein mag, möchten wir es dennoch nicht versäumen, dies zu tun.

Mitgliedschaft im Verein Frauen helfen Frauen e.V.

Unterstützen Sie unsere wichtige Arbeit für Mädchen und Frauen.

**Werden Sie Mitglied in unserem Verein!**

Wir freuen uns über die Wertschätzung unserer Arbeit, die Sie uns auf diese Weise zukommen lassen.

Eine Beitrittserklärung finden Sie auf der nächsten Seite. Danke!



## Beitrittserklärung

Ich möchte Mitglied im Verein  
"Frauen helfen Frauen e.V." werden.

Name: \_\_\_\_\_

Vorname: \_\_\_\_\_

Straße + Nr.: \_\_\_\_\_

PLZ + Ort: \_\_\_\_\_

Telefon: \_\_\_\_\_

Geburtsdatum: \_\_\_\_\_

Beruf: \_\_\_\_\_

Mitgliedsbeitrag für Arbeitslose,

SchülerInnen und SozialhilfeempfängerInnen

jährlich 10,00 Euro

Sonstige jährlich 30,00 Euro

-----  
Sie können dem Verein auch gerne eine Einzugsermächtigung erteilen.  
-----



## KONTAKT

### FRAUENBERATUNGSSTELLE DUISBURG

Verein Frauen helfen Frauen e.V.

Heuserstr. 12 - 47051 Duisburg

[www.frauenberatungsstelle-duisburg.de](http://www.frauenberatungsstelle-duisburg.de)

[info@frauenberatungsstelle-duisburg.de](mailto:info@frauenberatungsstelle-duisburg.de)

**0203-3461640**

**Spenden unterstützen unsere Arbeit!**

### UNSER SPENDENKONTO

Sparkasse Duisburg

IBAN DE82 3505 0000 0223 0044 90

DIC DUISDE33XXX

Wir sind Mitglied im Dachverband der autonomen Frauenberatungsstellen NRW e.V. und im Bundesverband Frauenberatungsstellen und Frauennotrufe – Frauen gegen Gewalt (bff)

Unsere Beratungsstelle wird vom Land NRW und durch kommunale Mittel gefördert.



Ministerium für Heimat, Kommunales,  
Bau und Gleichstellung  
des Landes Nordrhein-Westfalen

