

Kinesiologische Beratung von wohnungslosen Frauen

Frauen in Wohnungsnot als eigenständige Zielgruppe haben spezifische Probleme wie z.B. Mittellosigkeit, Benachteiligung in Bildung und Erwerbsleben, Gewalterfahrung, Überbeanspruchung durch Mehrfachbelastung. Ihre eigene widersprüchliche Erwartung an die weibliche Rolle ist problematisch, es entstehen oftmals Sucht- und Gesundheitsprobleme, Verschuldung sowie permanente Gefühle der Minderwertigkeit, Vereinsamung und Isolation.

Für Menschen in Wohnungsnot ist in Karlsruhe ein breites Spektrum von Hilfen vorhanden unter anderem verschiedene Fraueneinrichtungen und spezifische Angebote von SOZPÄDAL E.V. (www.sozpaedal.de).

Der Tagestreff „TaFF“ ist ein ambulantes, niedrigschwelliges Begegnungs- und Vermittlungsangebot für Frauen, die aufgrund ihrer besonderen Lebenssituation soziale Schwierigkeiten haben, die der Teilnahme am Leben in der Gemeinschaft entgegenstehen. Ihnen soll eine Mindestversorgung im geschützten Rahmen, Gesundheitsfürsorge, Tagesstrukturierung und der Aufbau sozialer Beziehungen ermöglicht werden, ohne dass sie eine Verpflichtung zur Inanspruchnahme weiterer Hilfen eingehen müssen. Es sollen allerdings Schwellenängste abgebaut werden, um die Vermittlung in das bestehende Hilfesystem zu erleichtern.

Seit 2001 gibt es den TaFF in der Innenstadt West in Karlsruhe. Das Angebot wird von den Frauen sehr gut angenommen. Neben den schon genannten Belastungen aufgrund der Wohnungslosigkeit, haben viele Frauen Bedenken sich ihren Problemen, die Ihnen im Wege stehen zu stellen. Verdrängungsmechanismen bis hin zur Depression tragen ihren Teil dazu bei. Sie haben oft Negative Erfahrungen im Bereich Therapie gesammelt und scheuen sich dadurch beratende Unterstützung anzunehmen.



TAGSTREFF FÜR FRAUEN
BELFORTSTR. 10
76133 KARLSRUHE
TEL 0721 - 16 08 98 80
FAX 0721 - 16 08 98 86
www.sozpaedal.de
taff@sozpaedal.de



BANK FÜR SOZIALWIRTSCHAFT
K A R L S R U H E
IBAN: DE77 6602 0500
0 0 0 7 7 0 3 4 0 4
BIC: BFSWDE33KRL

Seit 2015 kommt Birgit Siegle ehrenamtlich als kinesiologische Beraterin in den Tagestreff. Zuerst war es „nur“ ein Versuch mit den Frauen ins Gespräch zu kommen. Mittlerweile ist ihre Einzelberatung zu einem festen Bestandteil der Unterstützungsarbeit für die Frauen geworden. Bei Rückfragen, warum eine Beratung/Coaching mit Frau Siegle so erfolgreich und wohltuend ist, nennen die wohnungslosen Frauen folgende Gründe:

- „Ich kann mit ihr über alles besprechen und sie unterstützt mich, wie ich es anders und besser machen kann“ (Gabi, 58 Jahre)
- Sie hat mir geholfen besser mit meiner tiefen Trauer umzugehen. Sie verurteilt nicht, sondern akzeptiert mich (Sylvia, 57 Jahre)
- Sie hilft mir, „falsche“ Verhaltensweisen und Muster aufzuspüren und übt mit mir passende Alternativen ein. Sie gibt mir eine positivere Haltung zu mir selbst und löst Blockaden im Denken (Angelika, 49 Jahre)
- Sie macht mich durcheinander, aber puzzelt mich auch wieder zusammen (Solveig, 52 Jahre)

Auch wir Sozialarbeiterinnen waren skeptisch, ob sich unsere Besucherinnen und Teilnehmerinnen des Arbeitsprojektes auf diese besondere Form der Beratung einlassen können. Doch schon nach kürzester Zeit sahen wir Frauen, die mit sehr viel neuem Mut und einem Lachen aus der Beratung kamen und sofort einen neuen Termin vereinbaren wollten. Auch die Erfahrung, dass ihnen nicht etwas „in den Mund gelegt wird“, sondern es aus ihnen selbst kommt, ist sehr heilsam. Sie fühlen sich gestärkt und gewappnet für ihre täglich neuen Herausforderungen und entwickeln selbstwirksame Aktivitäten.

Frau Siegle selbst hat die Erfahrung gemacht, dass der Bedarf und auch die Sehnsucht der Frauen ist, „wieder bei sich anzukommen“.

Der Schwerpunkt der kinesiologischen Arbeit mit den Frauen bei Taff ist:

- Selbstwert wiederentdecken und stärken.
- Sich wieder als wertvoll zu empfinden.
- Sich wieder zu vertrauen.
- Zu erkennen: Was will ICH wirklich.
- Wieder eigene Entscheidungen treffen.
- Mal einen ganz anderen Blickwinkel auf die Dinge und Situationen einnehmen.

Die Frauen, die einen oder mehrere Termine hatten, schätzen besonders:

- Nicht ihre ganze Lebensgeschichte erzählen zu müssen. Das haben sie schon so oft an anderer Stelle getan. Es wird mit dem gearbeitet, was aktuell Kummer bereitet oder schwierig ist
- Dass sie leicht vertrauen können
- Dass die Gespräche sogar lustig sein können
- Dass ihnen nichts vorgegeben wird, sondern alles aus ihnen selbst kommt
- Dass sie sich nach dem Termin so gut und stark fühlen
- Dass sie tatsächlich anders handeln können.

Das schönste, was eine der Frauen nach einer Beratung gesagt hat war: **„Ich habe heute eine kostbare Stunde bei Ihnen bekommen.“**

Damit das Beratungsangebot weiter geführt und eventuell sogar ausgebaut werden kann, bedarf es finanzieller Unterstützung. Frau Siegle wird weiterhin ehrenamtlich arbeiten, könnte aber aufgrund der großen Nachfrage mehr Beratungseinheiten anbieten, sobald eine Finanzierung gesichert wäre.

Der Verein SOZPÄDAL ist ein eingetragener Verein und arbeitet gemeinnützig. D.h. für jede Spende kann eine Spendenbescheinigung ausgestellt werden.



Lissi Hohnerlein

Diplom Sozialarbeiterin und geschäftsführender Vorstand