

JAHRES- BERICHT 2024



Frauenberatungsstelle
FrauenLeben e.V. Köln

Inhaltsverzeichnis

Der erfolgreiche Widerstand gegen die geplanten Kürzungen der Stadt Köln	1
Frauenberatung	2
Rahmenbedingungen der Frauenberatungsstelle	4
Das Jahr 2024 in Zahlen	8
Arbeitsbereiche der Frauenberatungsstelle	12
Präventions- und Öffentlichkeitsarbeit	17
Arbeitskreis- und Netzwerkarbeit	23
Dankesbrief einer Klientin	24

Impressum

FrauenLeben Köln e.V.
Venloer Str. 405-407
50825 Köln

0221-9541660
www.frauenleben.org
mail@frauenleben.org



Der erfolgreiche Widerstand gegen die geplanten Kürzungen der Stadt Köln

Die Frauenberatungsstelle FrauenLeben existiert bereits seit 1981 und ist damit eine der ältesten

Frauenberatungsstellen bundesweit. Dass diese etablierte und wichtige Arbeit einmal in Frage gestellt werden würde, hätten die Mitarbeiterinnen von FrauenLeben nie für möglich gehalten. Dennoch plante die Stadt Köln die Streichung ihrer Zuschüsse. Das hätte für FrauenLeben und für andere Frauenhilfeeinrichtungen in Köln das AUS bedeutet.

Nach einem ersten Schock machte sich schnell Widerstand breit.

Die Mitarbeiterinnen von FrauenLeben und große Teile der Kölner Bevölkerung stellten sich quer!

- Offene Briefe an den Rat der Stadt Köln und an die Oberbürgermeisterin
- Offener Brief des Vorstands von FrauenLeben an alle Ratsmitglieder
- Offener Brief der Else-Falk-Preisträgerinnen an die Oberbürgermeisterin
- Vernetzungs- und Planungstreffen mit anderen - von Kürzungen betroffenen - Frauenhilfeeinrichtungen sowie Planung und Durchführung von gemeinsamen Aktionen
- Öffentlichkeitswirksame Petitionsübergabe an den Finanzausschuss des Rats der Stadt Köln.

Das bedeutete konkret:

- Teilnahme an verschiedenen Demonstrationen
- Zahlreiche Gespräche mit Politiker*innen
- Erstellung einer Petition (von Anfang Dezember 2024 bis 17.01.2025 über 16.000 Unterschriften)
- Mehrfache Sammlung von Unterschriften an verschiedenen Orten in der Stadt
- Beantwortung von Presseanfragen (Printmedien, Radio, Fernsehen)
- Ständige Aktualisierung der Website
- Posts auf Instagram
- Schreiben von aktuellen Newslettern

Letztendlich erfuhren die Mitarbeiterinnen von FrauenLeben am 17.01.2025 vor dem Treffen des Finanzausschusses, dass alle Kürzungen für zwei Jahre zurückgenommen wurden.

Damit ist der Stand von davor wieder hergestellt und FrauenLeben existiert weiter.

Ein riesengroßer Erfolg!

Dennoch ist die Beratungsstelle auch jetzt weiterhin auf Spenden angewiesen!



Frauenberatung

Auftrag der Frauenberatungsstelle

Ziel ist es, Frauen* in psychischen und sozialen Notlagen einen geschützten Rahmen zu bieten, in dem unter besonderer Berücksichtigung des weiblichen Lebenszusammenhangs, professionelle und fachspezifische Beratungen von Frauen für Frauen* angeboten werden. Hilfe wird vor allem bei der Bewältigung von sexualisierten und häuslichen Gewalterfahrungen, Essstörungen, psychischen Erkrankungen und sozialen Problemlagen geboten. Seit 2024 wird auch in türkischer Sprache beraten. Darüber hinaus wird im Rahmen der Prävention Information und Aufklärung, psychosoziale Vernetzung und Öffentlichkeitsarbeit zu frauen*spezifischen Problemfeldern umgesetzt. FrauenLeben e.V. unterstützt und solidarisiert sich mit allen Frauen* – unabhängig von Alter, Kultur-, Schicht-, Religionszugehörigkeit oder sexueller Orientierung.



Träger der Einrichtung

Träger der Einrichtung ist der seit 1980 bestehende Verein FrauenLeben e.V. Der Trägerverein ist ein gemeinnütziger Verein, dessen Satzungszweck es ist, „Initiativen zu ergreifen und Maßnahmen durchzuführen, die zur aktuellen, präventiven und grundsätzlichen Verbesserung der Lage von Frauen und Mädchen in sozialen und psychischen Notlagen dienen“ (Satzung §2, Abs.1). Dieser Zweck wird durch die seit 1981 bestehende Frauenberatungsstelle FrauenLeben e.V. Köln erfüllt.

Dachverbände

Die Frauenberatungsstelle ist verschiedenen übergeordneten Dachverbänden angeschlossen:

- Der Paritätische NRW
www.paritaet-nrw.org
- Bundesverband Frauennotrufe und Frauenberatungsstellen (bff):
www.frauen-gegen-gewalt.de
- Dachverband der autonomen Frauenberatungsstellen NRW:
www.frauenberatungsstellen-nrw.de
- Bundesfachverband Essstörungen (bfe):
www.bundesfachverbandessstoerungen.de

Genaueres entnehmen Sie bitte den Webseiten der Dachverbände.

Frauen: Transidente Menschen, die sich in der großen Bandbreite von Geschlechterzuschreibungen und -erfahrungen selbst eher als Frau definieren bzw. damit vertraut oder sichtbar sind, sind bei FrauenLeben herzlich willkommen.*

Finanzierung

Die Personalkosten für die Fachkraftstellen der Frauenberatungsstelle werden vom Land NRW pauschal, jedoch mit maximal 85 % der Personalkosten + anteiligen pauschalen Sachkosten bezuschusst. Seit 2005 besteht aufgrund eines Kooperationsvertrages mit dem Jobcenter Köln zusätzlich der spezifische Auftrag zur psychosozialen Betreuung und Beratung von Empfängerinnen von Bürgergeld gem. § 17 i.V.m. § 16a Nr. 3 SGB II. Die institutionelle Förderung vom Jobcenter der Stadt Köln unterstützt FrauenLeben im Rahmen der Personal- und Sachkostenfinanzierung. Die Stadt Köln ergänzte in 2024 die Landesfinanzierung der Sach- und Personalkosten im Themenschwerpunkt der sexualisierten Gewalt und förderte die Kampagne zum Thema Consent.

Darüber hinaus ist FrauenLeben auf Spenden angewiesen!

Personalausstattung

Das Team der Frauenberatungsstelle besteht aus:

- 1,5 Fachkraftstellen für die allgemeine Frauenberatung (Neubeantragung jährlich beim LVR Rheinland)
- 1,5 Fachkraftstellen für die Arbeit mit weiblichen Opfern sexualisierter Gewalt. Davon eine 50 % Fachkraftstelle zum Themenbereich der Prävention von sexualisierter Gewalt (Neubeantragung jährlich beim LVR Rheinland)
- 30 Stunden-Fachkraftstelle für die psychosoziale Betreuung von Bürgergeldempfänger*innen des Jobcenters Köln (Neubeantragung jährlich beim Jobcenter Köln).

Die Fachkräfte kommen aus unterschiedlichen psychosozialen Grundberufen und verfügen über Beraterische oder psychotherapeutische Zusatzqualifikationen.



Rahmenbedingungen der Frauenberatungsstelle



Haltung der Frauenberatungsstelle

Grundlage ist die inzwischen anerkannte Auffassung, dass frauen*spezifische Problemlagen untrennbar vom weiblichen Lebenszusammenhang sind. Problemlagen und Erkrankungen von Frauen* müssen deshalb im Kontext subtiler und offener Diskriminierung bzw. ungleicher Teilhabe an gesellschaftlichen Möglichkeiten und Ressourcen verstanden werden. Dieser Aspekt setzt sich im öffentlichen Bewusstsein immer mehr durch und wird in seiner Bedeutung für die gesellschaftliche Entwicklung anerkannt. In der konkreten Beratungssituation wird er in der Beratung, Diagnostik und Interventionsplanung einbezogen und angemessen berücksichtigt. Mit der Frauenberatungsstelle bietet der Verein ein umfassendes, offenes und niederschwelliges Angebot an frauen*spezifischer Beratung. Einem ganzheitlichen Ansatz folgend zielen die frauen*spezifischen Hilfsangebote darauf ab, Ressourcen und Selbsthilfekompetenzen von Frauen* zu fördern, um Krankheitsentwicklungen abzubauen bzw. präventiv zu vermeiden. FrauenLeben e.V. leistet darüber hinaus gezielt Präventionsarbeit in der Stadt Köln zur Verhinderung und Reduzierung sexualisierter Gewalt an Frauen*. Dabei sind zwei Zielsetzungen zentral. Die Präventionsmaßnahmen zielen einerseits auf eine Verhältnisänderung (gesellschaftliche Ebene) und andererseits auf eine Verhaltensänderung (individuelle Ebene) ab.

Die Präventionsarbeit von FrauenLeben lässt sich in drei Bereiche untergliedern:

1. Im Sinne primärer Prävention ist und war es das Anliegen von FrauenLeben, in Kooperation mit anderen Institutionen und Arbeitskreisen ein Konzept zur Verbesserung der Sicherheit von Frauen* in Köln zu erarbeiten.
2. Die sekundäre Prävention beinhaltet den Ausbau von Unterstützungs- und Interventionsmaßnahmen und ermöglicht eine qualifizierte, fachliche Begleitung bei der Aufdeckung und Beendigung von sexualisierter Gewalt gegen Frauen*.
3. Im Sinne der tertiären Prävention stellt die Frauenberatungsstelle zeitnah Hilfen zur Verarbeitung von erlebten Gewalterfahrungen bereit. Dadurch können Traumafolgen gemindert und einer erneuten Viktimisierung entgegengewirkt werden. Die tertiäre Prävention beinhaltet sowohl individuelle Beratungen und Gruppenangebote, als auch die Unterstützung beim Antrag „Fonds Sexueller Missbrauch“ und die Anhörungsbegleitung bei der „Unabhängigen Kommission zur Aufarbeitung sexuellen Kindesmissbrauchs“.



Leistungen der Frauenberatungsstelle

Niedrigschwelliges Beratungsangebot:

FrauenLeben bietet 5x pro Woche eine telefonische Sprechzeit an. Darüber hinaus können ratsuchende Frauen* einen telefonischen und persönlichen Beratungstermin wahrnehmen. Die offene Sprechzeit wird 1x in der Woche für 2 Stunden angeboten.

Krisenintervention:

In Krisensituationen erfolgt zeitnah eine hochfrequente Folge von (telefonischen) Beratungsgesprächen und in Fällen von Gewalt, bei notwendigen Aktivitäten (z.B. ärztliche Untersuchung, Polizei-/Gerichtskontakte, Ämterkontakte u.a.) eine Begleitung der Frau* außerhalb der Einrichtung.

Beratungsreihen:

Bei entsprechender Indikation erfolgt eine Reihe von fortlaufenden Beratungsgesprächen zur Problemlösung oder Begleitung und Stabilisierung bis notwendige Maßnahmen (Psychotherapie, Klinikplatz, u.a.) zur Verfügung stehen.

Psychosoziale/psychoedukative Gruppenangebote:

Zu verschiedenen Themen wurden im Jahr 2024 Gruppen angeboten. Neben einer fortlaufenden Gruppe für Frauen* mit Essstörungen, gab es eine Gruppe, die das Thema Beziehungen in den Vordergrund stellte. Außerdem gab es unterschiedliche Workshops zum Thema Selbstbehauptung, Consent, Stimm- und Sprechtraining, neue Kraft durch Yoga, zwei Vorträge zum Thema Wechseljahre und zwei Abende für Angehörige von Frauen* und Mädchen* mit Essstörungen.

Rechtsinformation:

Regelmäßig und nach Bedarf steht eine ehrenamtlich tätige Rechtsanwältin telefonisch für Rechtsinformationen zur Verfügung.

Hierbei handelt es sich um eine kurzfristige, unbürokratische Orientierungshilfe über eigene Rechte und Möglichkeiten juristischer Intervention, insbesondere im Bereich der sexualisierten Gewalt und bei Trennung/Scheidung.

Angehörigenberatung:

Im Problemfeld Essstörungen wurde speziell für Angehörige die Möglichkeit von Informationsveranstaltungen angeboten. Aufklärung über das Krankheitsgeschehen, Förderung konstruktiver Beziehungsgestaltung gegenüber den erkrankten Frauen* und Mädchen*, Verbesserung der Konfliktfähigkeit und der Aufbau von Copingstrategien für die eigene Belastung wurden vermittelt.

Öffentlichkeitsarbeit und Prävention:

In 2024 wurden Fachveranstaltungen und Schulungen für die unterschiedlichsten Zielgruppen zur Aufklärung über gesellschaftliche Bedingungen, die die Problem- und Konfliktlagen von Frauen* verursachen, insbesondere zum Thema Gewalt gegen Frauen* regelmäßig durchgeführt.

Außerdem: Fortführung und Erweiterung der großen Öffentlichkeitskampagne zum Thema: „Nur Ja Heißt Ja!“ mit der Eröffnung der Wanderausstellung.

Kooperation/Vernetzung:

FrauenLeben kooperierte mit der Kommune, Behörden, Polizei, Medizin, Justiz, sozialen Diensten und Einrichtungen in Köln. Es besteht eine Zusammenarbeit mit anderen Projekten, Organisationen und Institutionen zu frauen*spezifischen Themenschwerpunkten und eine Mitwirkung bei Fachtagungen, Veranstaltungen, Fortbildungen, Gremien etc.

Beratung und Schulung von Fachkräften:

Die Frauenberatungsstelle unterstützt Fachkräfte bei Fragen zu sexualisierter und/oder häuslicher Gewalt und beim Themenbereich der Essstörungen.

Verwaltung/geschäftsführende Aufgaben:

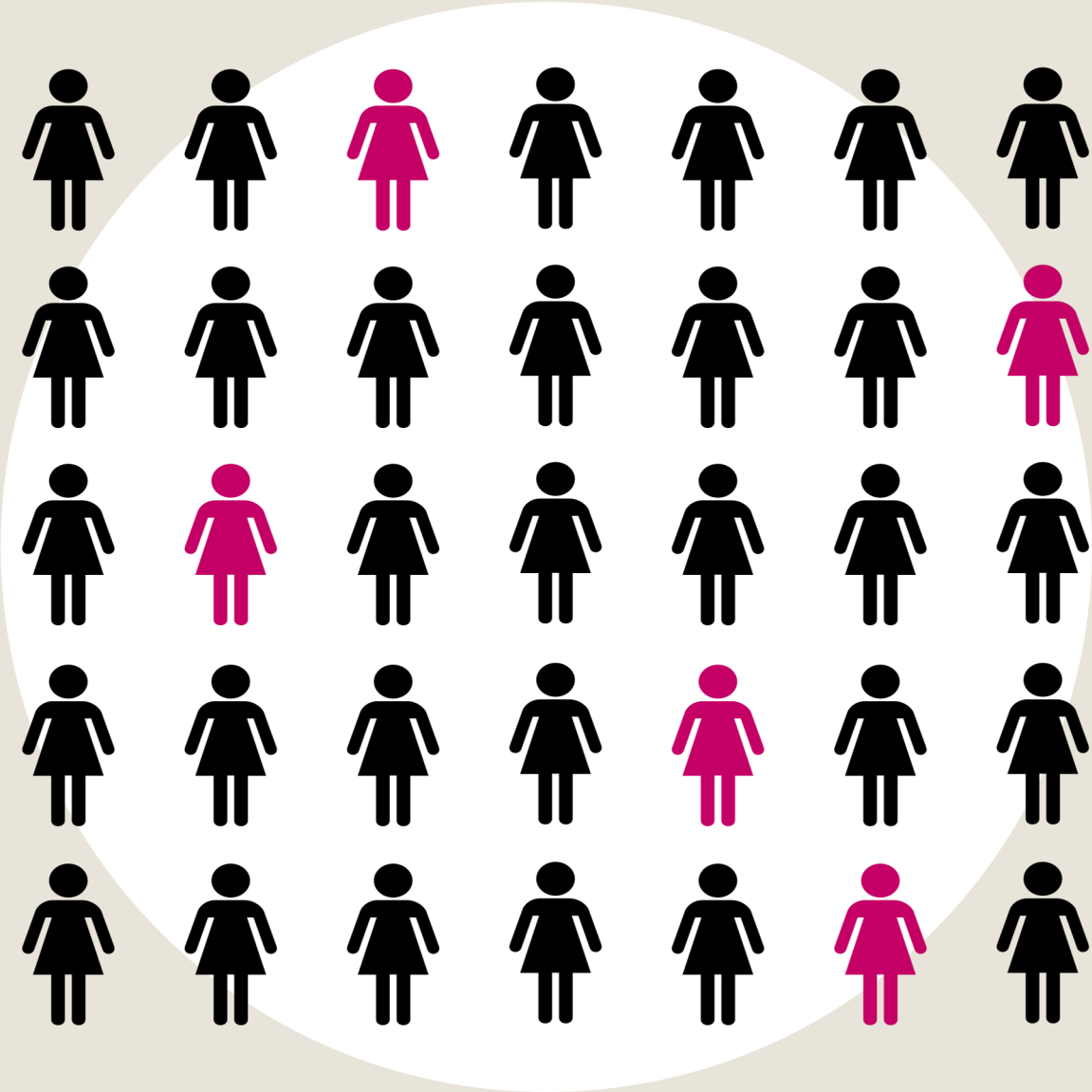
Das Finanzwesen, Personalwesen, die Büroorganisation, Jahresberichte/ Statistiken, Sachberichte/ Verwendungsnachweise nehmen einen Teil der Arbeitszeit in Anspruch. Leider gibt es weiterhin keine Finanzierung einer Verwaltungskraft, so dass diese Tätigkeiten von den Mitarbeiterinnen abgedeckt werden müssen.

Qualitätssicherung:

Die Frauenberatungsstelle arbeitet stets an der Weiterentwicklung bestehender Konzeptionen in Bezug auf die Bedarfe von Frauen* und reagiert auf regionale Anforderungen. Darüber hinaus gibt es Team- und Fallbesprechungen, Supervision, Fort- und Weiterbildung und ein Dokumentations- und Berichtswesen.



Das Jahr 2024 in Zahlen





1.707
Gespräche



952
Frauen*

2024 konnten Erstgespräche nach Vereinbarung telefonisch oder persönlich durchgeführt werden. Die Notwendigkeit, Krisenintervention zur Verfügung zu stellen, war nach wie vor hoch.

Es zeigte sich

- eine Komplexität und ein stetiger Schweregrad der Problematiken und Krankheitssymptome, mit denen Frauen* in die Frauenberatungsstelle kamen
- die Schwierigkeit, dass bei bestehender Behandlungsindikation für Psychotherapie die Überleitung in ambulante oder stationäre Maßnahmen zeitnah weiterhin sehr schwierig war. In der ambulanten und stationären psychotherapeutischen Versorgung bestanden nach den Erfahrungen der Frauenberatungsstelle immer noch erhebliche Versorgungsschwierigkeiten, im Speziellen bei komplextraumatisierten Frauen*.

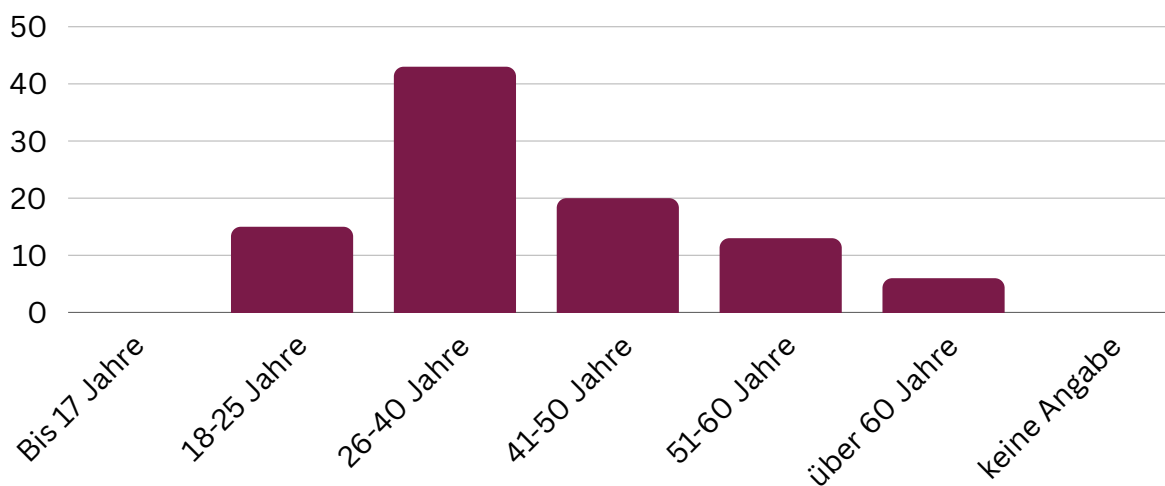
69,5 % der Frauen* hatten die deutsche Staatsangehörigkeit; 15 % waren Deutsche mit Zuwanderungsgeschichte und 15,5 % hatten eine andere als die deutsche Staatsangehörigkeit.

Die Lebensformen der Frauen* waren vielfältig. 33 % lebten alleine, 33 % in Partner*innenschaft mit und ohne Kinder, 14 % waren alleinerziehend, 11% lebten in sonstigen Lebensformen z.B.

Wohngemeinschaften, 5 % lebten bei der Ursprungsfamilie und 4 % machten keine Angaben.

Hinsichtlich der Tätigkeit ist zu berichten, dass 26 % der Frauen* arbeitslos, erwerbsunfähig, zeitweise erwerbstätig oder SGB XII- Empfängerinnen waren.

24,5 % arbeiteten in Vollzeitbeschäftigungen. 16,5 % der Frauen* befanden sich in Ausbildung/ Umschulung, 17 % arbeiteten in Teilzeit, 10,5 % waren Hausfrau, Rentnerin oder in Elternzeit und 5,5 % machten keine Angaben.

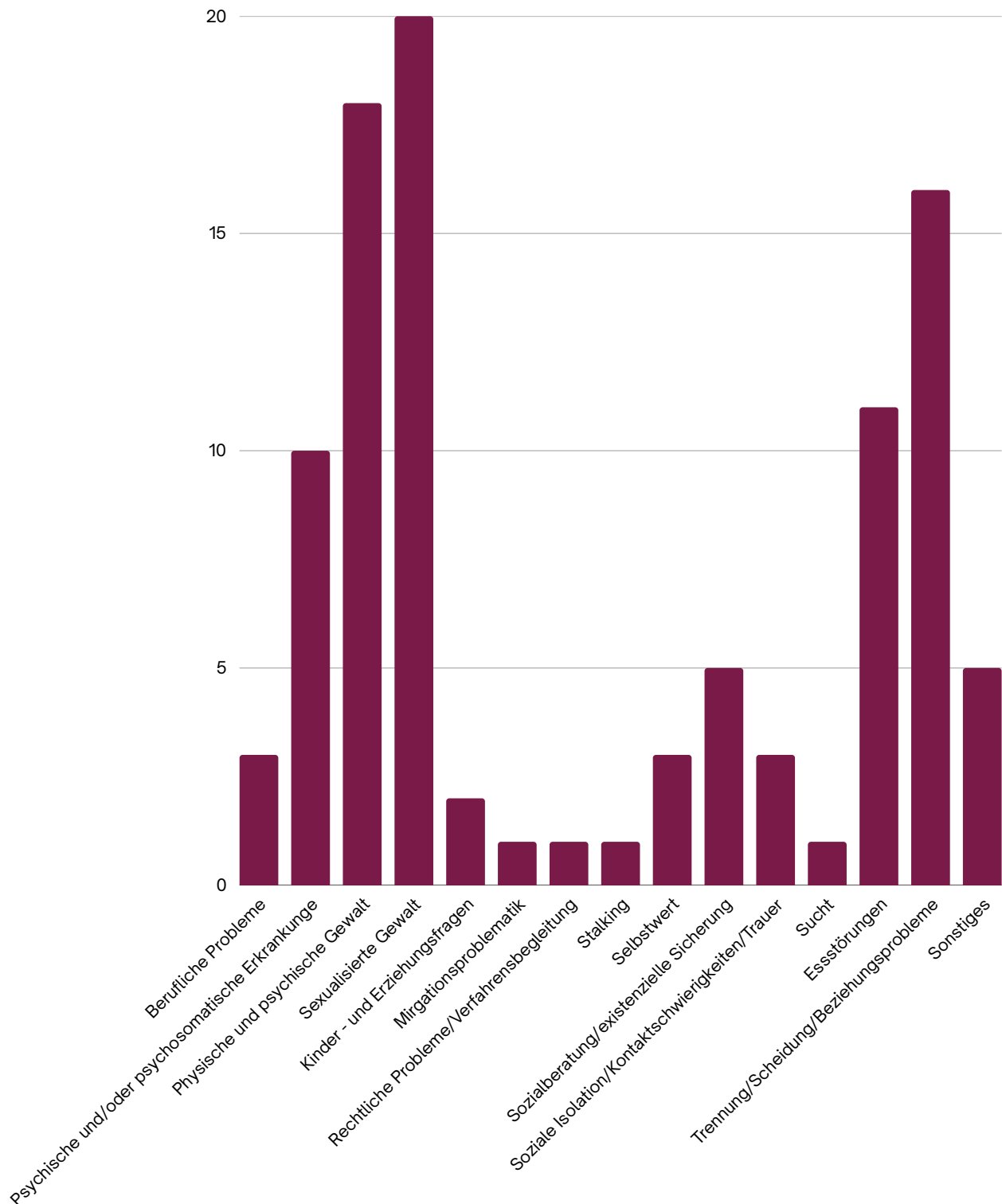


Altersverteilung der Ratsuchenden 2024 in %



Beratungsfelder 2024

Bei den Problemfeldern zeigt sich eine komplexe Verflechtung unterschiedlicher sozialer Schwierigkeiten und psychischer Problemlagen. In der Regel lagen mehrere Problembereiche vor.



Verteilung der Beratungsfelder 2024 in %

In 92 % der Fälle gaben die gewaltbetroffenen Frauen an, dass es sich um männliche Täter handelt, die die Gewalt ausgeübt haben. In 4% der Fälle waren es Frauen, von denen die Gewalt ausging. 4% gaben an, dass es sich um Täter*innengruppen handelte.

Bei den Fällen von sexualisierter Gewalt war in 19 % der Lebensgefährte (z.B. Ehepartner, Expartner, Freund) der Täter, in 38 % handelte es sich um Verwandte (z.B. Vater, Bruder, Onkel), in 32 % um Bekannte und professionelle Helfer, sowie in 9 % um Fremdtäter. 2 % machten keine Angaben zum Täter.



Arbeitsbereiche der Frauenberatungsstelle



Allgemeine Frauenberatung

Die Frauenberatungsstelle ist Anlaufstelle für Frauen* in psychosozialen Krisen und Notlagen. Die Themen, die sich für Frauen* krisenhaft anfühlen, können sehr unterschiedlich sein. Als Schwerpunktthemen haben sich herauskristallisiert:

Konflikte in Partner*innenschaft und Familie, Trennung/Scheidung, physische, psychische und sexualisierte Gewalt, Gewalt in Partner*innenschaften/ Häusliche Gewalt, Essstörungen, Depressionen, Ängste und andere psychische oder psychosomatische Erkrankungen.

Die Beratungsgrundsätze sind:
Frauen* beraten Frauen*: parteilich, wertschätzend, feministisch, vertraulich. Die Beratung ist anonym und kostenlos.

Gewalt in Partner*innenschaften/ Häusliche Gewalt (psychische, sexualisierte und physische Gewalt)

Jeder 4. Frau* in Deutschland ist Gewalt durch aktuelle oder frühere Beziehungspartner*innen widerfahren; in 91 % der Fälle ist der männliche (Ex-) Partner der Täter.

Die Frauenberatungsstelle hat 2024 in insgesamt 232 Fällen zum Thema Gewalt in Partner*innenschaften/häusliche Gewalt beraten. Themen hierbei waren: Warnsignale häuslicher Gewalt, Klärung der aktuellen (Bedrohungs-) Situation, Verhalten in Gefahrensituation, Erarbeiten eines Sicherheitsplans, Informationen zu Polizeieinsatz, Wegweisung, Gewaltschutzgesetz, Trennung/Scheidung, Sorgerecht, soziale, materielle und berufliche Situation, Klärung der Beziehung zum*r Partner*in, emotionale Verarbeitung der Gewalterfahrungen, bei Bedarf Weiterleitung an andere Institutionen (Frauenhäuser, Rechtsanwält*innen, Ärzt*innen, Therapeut*innen, andere Beratungsstellen).

Die Zahl der betroffenen Frauen* ist konstant hoch.

Darüber hinaus berät FrauenLeben Angehörige, Unterstützer*innen und Fachkräfte im Themenfeld häusliche Gewalt.

Gesundheit: psychische und/oder psychosomatische Erkrankungen

Im Jahr 2024 wurde in 125 Fällen Unterstützung beim Umgang mit einer psychischen und/oder psychosomatischen Erkrankung gesucht. Hier wurde erneut deutlich, wie schwierig es ist einen notwendigen Platz für eine ambulante oder stationäre psychotherapeutische Behandlung zu erhalten. FrauenLeben unterstützt die Frauen* bei der Suche nach einem Therapieplatz und bieten bei Bedarf stabilisierende Gespräche zur Überbrückung an.

Trennung/Scheidung

Beziehungskonflikte, Trennung und Scheidung spielten auch im Jahr 2024 in den Beratungsgesprächen eine große Rolle. In 197 Fällen wurde zu diesem Themenfeld die Frauenberatungsstelle aufgesucht. Neben den psychischen Belastungen einer Trennungssituation spielten bei Frauen* mit Kindern Konflikte um Sorgerechts- und Umgangsregelungen, Unterhaltszahlungen für die Kinder und gemeinsam zu treffende Entscheidungen bezüglich wichtiger Fragen wie die Wahl einer geeigneten Schule etc. eine große Rolle.

Hier war oftmals die rechtliche Beratung durch eine ehrenamtlich für FrauenLeben tätige Rechtsanwältin sehr hilfreich.



Frauen* mit Essstörungen

In die Frauenberatungsstelle kommen viele Frauen*, die mit dem Thema Essen ein Problem haben. Alle Störungsbilder sind vertreten, von Anorexie über Bulimie, Binge Eating Disorder, Orthorexie, Adipositas bis hin zu sogenannten Atypischen Essstörungen. Außerdem kommen Frauen* zu Erstgesprächen, die sich unsicher sind, ob sie eine Essstörung haben und die nicht sofort eine ärztliche oder psychologische Diagnose bekommen möchten. In Gesprächen hilft die Beraterin herauszufinden, was die nächsten Schritte für die betreffende Frau* sein können. Oft ist eine psychotherapeutische Begleitung sinnvoll und auch von den Frauen* gewünscht. Teilweise ist ein stationärer Aufenthalt notwendig. Dennoch kann die ratsuchende Frau* immer selbst entscheiden, welcher Weg für sie der passende ist.

Die Aufarbeitung einer Essstörung ist kein schneller Weg, aber einer, der sich immer lohnt und bei dem die Frauenberatungsstelle Anregungen und Impulse geben kann.

Neben den Einzelberatungen bietet FrauenLeben seit vielen Jahren kontinuierlich eine Gruppe für Frauen* mit Essstörungen an.

Fachberatung zu sexualisierter Gewalt

Beratung und Unterstützung von Frauen*, denen sexualisierte Gewalt widerfahren ist

Die psychosoziale Beratung (persönlich und telefonisch) in diesem Bereich dient vor allem der psychischen Stabilisierung und dem Aufbau von Handlungsperspektiven. Hierbei dient die Beratungsstelle in erster Linie als ein sicherer Ort für die Betroffenen, an dem sie ihre Erfahrungen ohne Angst und Stigmatisierung oder Schuldzuweisungen teilen können.

Ein wichtiger Aspekt der Beratung ist die Traumasensibilität. Sie hilft dabei, die Auswirkungen der sexualisierten Gewalt zu verstehen und mit den Folgen schrittweise umgehen zu lernen. In der Beratung wird stärkend und ressourcenaktivierend vorgegangen. Hierzu werden Informationen und Beratung zu den rechtlichen Möglichkeiten (Anzeige, Beweissicherung, Gerichtsverfahren) sowie zu ambulanten und stationären Behandlungsmöglichkeiten zur Traumaverarbeitung (z.B. Traumatherapie) zur Verfügung gestellt. Bei Bedarf begleiten Mitarbeiterinnen von FrauenLeben zu Kooperationspartner*innen wie Ärzt*innen, Polizei etc. Darüber hinaus berät die Frauenberatungsstelle Angehörige, Unterstützer*innen und Fachkräfte im Themenfeld der sexualisierten Gewalt.

Insgesamt wurde in 255 Fällen Unterstützung nach Erfahrung von sexualisierter Gewalt in Anspruch genommen. Hier war in 78 Fällen Vergewaltigung/sexuelle Nötigung der Beratungsgrund. In 27 Fällen lag sexuelle Belästigung vor, in 4 Fällen kam es zu sexualisierter Gewalt nach Verabreichung von K.O.-Tropfen. In 149 Fällen waren die psychischen Spätfolgen von zurückliegendem sexuellem Missbrauch Anlass, die Beratungsstelle aufzusuchen. In 6 Fällen lagen sonstige Gründe (wie die Klärung der Ursache) vor.

Beratung zur Antragsstellung „Fonds Sexueller Missbrauch“ (FSM)

Seit 2017 bietet FrauenLeben Beratung und Hilfestellung bei der Antragsstellung zum „Fonds Sexueller Missbrauch“ an. Die Nachfrage nach entsprechender Unterstützung ist weiter gestiegen. Im Jahr 2024 wurden 26 Erstanträge bewilligt. Darüber hinaus wurden weitere Frauen* zum Antrag beraten, für die bis Ende des Jahres noch keine Bewilligung vorlag.



Außerdem hat die Beratungsstelle zwei Informationsveranstaltungen zu FSM für Psychotherapeut*innen und Heilpraktiker*innen für Psychotherapie angeboten. Diese Veranstaltungen waren gut besucht und stießen auf reges Interesse. Für das Jahr 2025 sind weitere Infoveranstaltungen zum Fonds Sexueller Missbrauch geplant. In der Beratung zur Antragstellung finden neben konkreten Fragen auch psychosoziale Anliegen und Themen, die durch den Antrag berührt werden, Raum.

Nach einer Bewilligung stehen den Frauen* verschiedene Unterstützungsmöglichkeiten wie Psychotherapie und weitere therapeutische und medizinische Verfahren, aber auch Qualifizierungsmaßnahmen oder lebenspraktische Unterstützung zur Verfügung.

Im Rahmen der Beratung zum FSM begleitet FrauenLeben auch den Übergang in diese Hilfsangebote und bietet Unterstützung bei weiteren Fragen zu Abrechnung und Änderungsanträgen.

Anhörungsbegleitungen bei der „Unabhängigen Kommission zur Aufarbeitung sexuellen Kindesmissbrauchs“

Um die psychosoziale Belastung der Frauen*, die vor der „Unabhängigen Kommission zur Aufarbeitung sexuellen Kindesmissbrauchs“ über ihre Erfahrungen von sexuellem Missbrauch in Kindheit und Jugend berichten zu minimieren, wird angeboten den Anhörungstermin stabilisierend zu begleiten. In Köln führen weiterhin die Rechtsanwältinnen Petra Ladenburger und Martina Lörsch als Anhörungsbeauftragte Anhörungen für die Kommission durch. Im Jahr 2024 hat FrauenLeben vier Anhörungen begleitet. Die Beraterin trat vorab mit den Frauen* in Kontakt, vereinbarte Vorgespräche, begleitete zum Anhörungstermin und stellte bei Bedarf die akute psychosoziale Nachsorge sicher.

Ombudsperson im Themenbereich sexualisierte Gewalt

Seit Juli 2022 ist eine Mitarbeiterin von FrauenLeben Ombudsperson der Grünen Köln im Themenbereich sexualisierte Gewalt. Ombudspersonen sind für alle Parteimitglieder, hauptamtlich Beschäftigte der Partei und Besucher*innen die Ansprechpersonen, die bei Grenzverletzungen gegen die sexuelle Selbstbestimmung und/oder bei sexuellen Übergriffen angesprochen werden können und dann zum weiteren Vorgehen beraten. Dies war in 2024 nicht notwendig.

Psychosoziale Betreuung und Beratung für Bürgergeldempfänger*innen

Die Frauenberatungsstelle entwickelte im Jahr 2005 in Kooperation mit dem Jobcenter Köln ein Projekt zur psychosozialen Beratung und Betreuung von Frauen*, die Bürger*innengeld beziehen. Aufgebaut und seitdem kontinuierlich weiterentwickelt wurde ein spezialisiertes Betreuungs- und Beratungsangebot für erwerbslose Frauen*, die u.a. durch familiäre Probleme und/oder traumatisierende Gewalterfahrungen gravierend in ihrer Leistungsfähigkeit eingeschränkt sind, und bei denen psychische Voraussetzungen für eine Erwerbstätigkeit erst (wieder-)hergestellt werden müssen.

Arbeitsplatzverlust und Langzeiterwerbslosigkeit gelten als Risikofaktoren für die Gesundheit und begünstigen vor allem psychische Erkrankungen. Besonders Frauen* neigen aufgrund ihrer Sozialisation, ihres Rollenbildes und der individuellen und gesellschaftlichen Rahmenbedingungen zu Bewältigungsmechanismen, die die eigene psychische – und in der Folge auch körperliche – Gesundheit beeinträchtigen und schädigen.



Die Frauenberatungsstelle FrauenLeben greift in ihrem Kooperationsprojekt mit dem Jobcenter diese Problematik auf und versucht, durch fortlaufende Einzelberatungsgespräche erwerbslose Frauen* psychisch zu stabilisieren, um die persönlichen Voraussetzungen zur Aufnahme einer Erwerbstätigkeit bzw. zur Teilnahme an Qualifizierungsmaßnahmen zu verbessern.

Als spezifische Zielsetzung der Intervention sind zu nennen:

- Abbau/Reduzierung von sozialer und/oder psychischer Belastung
- Aufbau relevanter Handlungskompetenzen für Alltagsbewältigung
- emotionale Stabilisierung
- Aufbau von Problemlösefertigkeiten
- Wahrnehmung und Förderung von Ressourcen
- Stärkung der Motivation
- Zielklärung und Handlungskompetenz für einen eigenen Berufs- und Erwerbsweg
- eigenverantwortliches Engagement zur Aufnahme einer Erwerbstätigkeit.

In 2024 wurden insgesamt 36 Leistungsempfänger*innen mit Zuweisung durch das Jobcenter Köln im Rahmen des Kooperationsprojekts nach § 16a Nr. 3 SGB II intensiv begleitet. Mit 20 Frauen* konnte der Beratungsprozess in 2024 abgeschlossen werden: 60 % der abgeschlossenen Beratungsreihen hatten einen Umfang von 6 – 12 Monaten.

Darüber hinaus nahm ein Fall einen Beratungsumfang über 12 Monate in Anspruch. In den übrigen Fällen konnte im Zeitraum unter 6 Monaten eine erste Stabilisierung und/oder Überleitung in andere Hilfsangebote erreicht werden. Weiterhin wurden mit 18 Frauen*, die entweder durch das Jobcenter vermittelt oder anders auf das Angebot aufmerksam wurden, ein Erstgespräch durchgeführt, das aus unterschiedlichen Gründen keine Aufnahme in das Projekt zur Folge hatte (z.B., weil bereits ausreichende psychotherapeutische Versorgung bestand).

Insgesamt wurden in 2024 mit den hier aufgeführten Frauen* 385 Einzelberatungen realisiert. Im Ergebnis wurde bei den abgeschlossenen Einzelberatungen deutlich, dass die Selbstwahrnehmung und das Verständnis für die eigene Situation und Problematik differenzierter, ein Wissen um die individuellen Bedingungen und Risiken psychischer Gesundheit gewachsen, das Wahrnehmen der gesundheitsbezogenen Selbstfürsorge gesteigert, Motivation für notwendige Behandlungsmaßnahmen aufgebaut, eigene Ressourcen bewusst und zugänglich geworden sind.

In den meisten Fällen entwickelte sich zunehmend die Fähigkeit zu konkreter Zielplanung und Erarbeitung von (fehlenden) Handlungskompetenzen, so dass (erste) Schritte zur Aufnahme einer Qualifizierungsmaßnahme oder Erwerbstätigkeit möglich wurden. Tragend für diesen konstruktiven Bewältigungs- und Veränderungsprozess waren grundlegend die in der Beratung kontinuierlich angestrebte Verbesserung des Selbstwertgefühls und der Selbstwirksamkeitserwartung, sowie die Verbesserung der Problem- und Konfliktlösefähigkeiten.

Für jede Frau* wurde zum Ende des Beratungsprozesses ein Abschlussbericht erstellt, der u.a. eine individuelle Einschätzung der Integrationsperspektive enthielt. Von Bedeutung für die erfolgreiche Beratung war die gute Kooperation mit Integrationsfachkräften und (DIMA-) Fallmanager*innen des Jobcenters, um Interventionen und Zuständigkeiten differenziert miteinander abzustimmen.

Kontinuierlich wird die Zusammenarbeit/ Vernetzung mit folgenden Kooperationspartner*innen in diesem Arbeitsgebiet gepflegt:

- Kölner Arbeitslosenzentrum (KALZ)
- Frauen gegen Erwerbslosigkeit
- Diakonie Michaelshoven
- Sozialdienst katholischer Frauen (SKF)
- Claro
- Kölner Freiwilligenagentur
- Tages- und Abendschule Köln
- Agisra e.V. – Beratungsstelle für Migrantinnen.



Präventions- und Öffentlichkeitsarbeit



Präventionsarbeit

Präventionskampagne NUR JA HEISST JA zum Thema Consent

Im Rahmen der Präventionsarbeit konzipierte FrauenLeben im Herbst 2021 eine Kampagne zum Thema Consent: Nur Ja heißt Ja. Diese Kampagne wurde über das Kalenderjahr 2024 weiterentwickelt und vergrößert. Bereits im Jahr 2023 wurde FrauenLeben in den Gleichstellungsausschuss der Stadt Köln eingeladen, um die Consent Kampagne als best practice Beispiel für eine Präventionskampagne gegen sexualisierte Gewalt vorzustellen. Es gab sehr viel Zuspruch für die Kampagne und FrauenLeben wurde ermutigt, neue Ideen zur Erweiterung der Kampagne, sowie die Erstellung einer Wanderausstellung mit mehrsprachigem Informationsmaterial zu verwirklichen.



Der Gleichstellungsausschuss der Stadt Köln hat FrauenLeben dafür mit einer Summe von 10.000 € gefördert. Das Thema Consent ist in feministischen und politischen Diskursen, wissenschaftlichen Studien und natürlich auch in der Präventionsarbeit weiterhin hochaktuell.

Die Kampagne ist darauf ausgelegt, eine breite Zielgruppe zu sensibilisieren, zu informieren und zu empowern.

Sie wurde in folgenden Bereichen erweitert:

- Es wurden drei weitere Motive entwickelt sowie ein Motiv überarbeitet
- Alle Motive wurden in sieben Sprachen übersetzt: Englisch, Französisch, Spanisch, Arabisch, Russisch, Polnisch, Türkisch sowie leichte Sprache
- Es wurde eine Wanderausstellung entwickelt

Die “Nur Ja heißt Ja”-Kampagne gliedert sich jetzt in 4 Schwerpunkte.

Consent im Alltag

- „Ein Lächeln ist kein Ja“



Dieses Motiv wurde komplett überarbeitet.

Zudem ist ein neues Motiv entwickelt worden:

- „Ein Lebensstil ist kein Ja“



Consent, Aussehen und Victim Blaming

- „Ein Outfit ist kein Ja“



Neu hinzugekommen ist das Motiv:

- „Wehrlos sein ist kein Ja“



Consent in Dating, Beziehung und Ehe

- „Eine Beziehung ist kein Ja“



Consent im Job

Durch die Weiterentwicklung der Kampagne ist ein neuer Schwerpunkt entstanden.

- „Ein Job ist kein Ja“



Alle Motive wurden als Postkarten, Sticker sowie Poster in den Größen A4 und A3 entworfen und gedruckt.

Die neuen Motive und Übersetzungen wurden im Rahmen des 25.11., dem Internationalen Tag gegen Gewalt an Frauen und Mädchen, bei der Eröffnung der Wanderausstellung vorgestellt. Diese fand am 26.11. im Bürgerhaus MüZe in Köln-Mülheim statt und wurde von InterKultur e.V. organisiert.

Für die Wanderausstellung wurden acht Roll-Ups entworfen.

Die Ausstellung kann bei FrauenLeben als Wanderausstellung ausgeliehen werden kann.



Große Resonanz riefen in 2024 die Materialien (Postkarten, Plakate und Sticker) auch bei Mitarbeiter*innen in Schulen, Jugendeinrichtungen, Fachschaften unterschiedlicher Universitäten und anderen sozialen und kulturellen Einrichtungen innerhalb und außerhalb Kölns hervor. FrauenLeben erhielt zahlreiche Anfragen zur Nutzung der Materialien, und konnte diese weiterhin kostenfrei zur Verfügung stellen.

Mit 13 Frauenberatungsstellen und Frauennotrufen in NRW und bundesweit wurden bisher Nutzungsvereinbarungen über die Nutzung und Anpassung der Materialien auf die örtlichen Gegebenheiten und Bedürfnisse abgeschlossen.

So erreicht die Consent Kampagne eine immer größere Reichweite und wird von Akteur*innen in unterschiedlichen Arbeits- und Lebensbereichen genutzt und weiterverbreitet.

Öffentlichkeitsarbeit

Die Arbeitskreise, in denen die Frauenberatungsstelle FrauenLeben mitarbeitet, gestalten und organisieren regelmäßig öffentlichkeitswirksame Aktionen in Köln, um ihre Anliegen zu verdeutlichen.

Im Jahr 2024 war FrauenLeben an der Planung und Durchführung der Veranstaltung „One Billion Rising“ am 14.02. beteiligt, die auf die Situation der eine Billion Frauen*, die weltweit von Gewalt betroffen sind, aufmerksam macht. Dazu fand eine Veranstaltung am Chlodwigplatz statt, um durch Redebeiträge, Gesangs- und Tanzperformances auf Gewalt gegen Frauen aufmerksam zu machen. FrauenLeben war vor Ort außerdem als Teil von „Lila in Köln“ am Infostand vertreten.



Feministisch Kämpfen – Gegen Patriarchat, Krise und Faschismus. Unter diesem Motto fand eine Demonstration zum Internationalen Frauentag am 8. März auf dem Roncalliplatz statt.



Das „Aktionsbündnis IFT“ der Stadt Köln lud außerdem erneut in das Historische Rathaus ein. Neben Fachvorträgen fand am 09.03. der Markt der Möglichkeiten statt, auf dem FrauenLeben bei einem Infostand von Lila in Köln vertreten war. Es wurde die Gelegenheit genutzt, sich mit interessierten Besucher*innen und Kolleg*innen auszutauschen, neue Kontakte zu knüpfen und Kooperationsmöglichkeiten zu vertiefen.

Am 10. März veranstaltete „Lila in Köln“ zusammen mit Interkultur e.V. außerdem einen Brunch für Frauen* im Bürgerzentrum MüZe.



Auch 2024 beteiligte sich FrauenLeben wieder aktiv an den Aktionen zum 25.11., dem Internationalen Tag gegen Gewalt an Frauen* und Mädchen*, den Orange Days. Vertreten war FrauenLeben mittags am Infostand am Severinskirchplatz und organisierte die Demonstration „Wir nehmen uns die Nacht“ als Teil von „Lila in Köln“.



Arbeitskreis- und Netzwerkarbeit

Neben den Kernaufgaben der psychosozialen Beratung und Prävention nimmt das Engagement in unterschiedlichen Gremien im psychosozialen Netz der Stadt Köln einen wichtigen Stellenwert ein. Insbesondere im Bereich Vernetzungsarbeit zum Problemfeld Gewalt und Essstörungen war die Frauenberatungsstelle in verschiedenen Arbeitskreisen mit anderen Institutionen aktiv, und setzte sich für Aufklärung, Information und eine ständige Verbesserung des Angebotes für betroffene Frauen* ein.

Im Bereich Öffentlichkeitsarbeit/präventive Maßnahmen wurden außerhalb der Beratungsstelle Beiträge in verschiedenen Medien (TV, Radio und Printmedien) platziert, um über das Problemfeld „Gewalt gegen Frauen“ aufzuklären, zu informieren und Fachwissen zu vermitteln.

Die Frauenberatungsstelle ist in folgenden **Arbeitskreisen und Zusammenschlüssen** aktiv:

- Arbeitskreis Anonyme Spurensicherung
- Arbeitsgruppe Essstörungen als Teil der Kommunalen Gesundheitskonferenz KGK
- Netzwerk Essstörungen
- Arbeitskreis gegen Gewalt an Frauen
- Arbeitskreis K.O.-Tropfen
- Bündnis autonomer Frauenprojekte gegen Gewalt an Frauen und Mädchen – „Lila in Köln“
- Dachverband der autonomen Frauenberatungsstellen NRW e.V.
- Kölner Initiative gegen sexualisierte Gewalt-EDELGARD
- Kölner Netzwerk gegen Häusliche Gewalt und
- Netzwerk Schwanger und Gewalt.



Dankesbrief

Ein herzliches Dankeschön an die Frauenberatungsstelle FrauenLeben e.V. Köln und meine psychosoziale Beraterin

Ich möchte meine tiefe Dankbarkeit gegenüber der Frauenberatungsstelle FrauenLeben e.V. Köln und insbesondere meiner **psychosozialen Beraterin** ausdrücken. Ich befand mich in einer schwierigen Lebenslage - neben den emotionalen Herausforderungen der Integration war ich auch mit einer Situation häuslicher Gewalt konfrontiert.

Meine Beraterin begleitete mich während unserer sechsmonatigen Beratung mit so viel Einfühlungsvermögen und Unterstützung, dass ich mir nicht vorstellen kann, diesen Weg ohne sie allein gegangen zu sein. Nicht nur ihre **Professionalität, ihr Feingefühl und ihre Empathie** haben mich beeindruckt, sondern auch ihre **warme, menschliche Art, ihr feiner Humor und ihr Charisma**. All das hat wesentlich zu meiner positiven Entwicklung beigetragen.

Da meine Deutschkenntnisse nicht ausreichen, um über so komplexe und sensible Themen frei zu sprechen, war ich besonders dankbar, dass sie ihre Sprache stets an mein Niveau anpasste. Sie fand immer die richtigen Worte, sodass ich sie gut verstehen konnte und Vertrauen zu ihr aufbauen konnte.

Mit großer Sensibilität und Empathie unterstützte mich **meine Beraterin** sowohl in Beziehungsthemen als auch bei meiner beruflichen Integration. Und als es um meinen dringend notwendigen Umzug (aufgrund der Gewalt) ging, war sie bereit, mir ein **Empfehlungsschreiben** auszustellen - ich bin mir sicher, dass es eine wichtige Rolle bei der Genehmigung meiner neuen Wohnung spielte.

Heute habe ich sowohl eine eigene **Wohnung als auch eine Arbeitsstelle**. Ich konnte mich aus einer destruktiven Beziehung befreien - und diesen gesamten Weg bin ich mit der Unterstützung **meiner Beraterin** und der **Frauenberatungsstelle FrauenLeben e.V. Köln** gegangen.

Ich wünsche der Beratungsstelle von Herzen weiterhin viel Erfolg bei seiner wertvollen Arbeit, **Frauen in schwierigen Lebenssituationen zu helfen**. Gleichzeitig möchte ich jeder Frau ans Herz legen: **Versucht nicht, alles allein durchzustehen. Habt den Mut, euch Unterstützung zu holen - hier seid ihr in den besten Händen ♥**



**Qualitätssicherung der
Frauenberatungsstelle:**

FrauenLeben ist bemüht die eigene Arbeit kontinuierlich zu verbessern. Zur internen Qualitätssicherung gehört fortlaufend die kollegiale Intervention und regelmäßige, extern begleitete Fall- und Teamsupervision. Darüberhinaus hat die Fort- und Weiterbildung des Teams in unterschiedlichen fachlichen Kontexten einen hohen Stellenwert. Die Mitarbeiterinnen von FrauenLeben nahmen in 2024 an zahlreichen Fortbildungen teil.

S. Lange

Köln, März 2025
Frauenberatungsstelle FrauenLeben Köln e.V.



Frauenberatungsstelle
FrauenLeben e.V. Köln

