





Verein Ninlil (Hrsg.)

Beratung für gewaltbetroffene Frauen* mit Lernschwierigkeiten*

Leitfaden für Beraterinnen* in Frauen*beratungseinrichtungen

Herausgegeben von:

Verein Ninlil

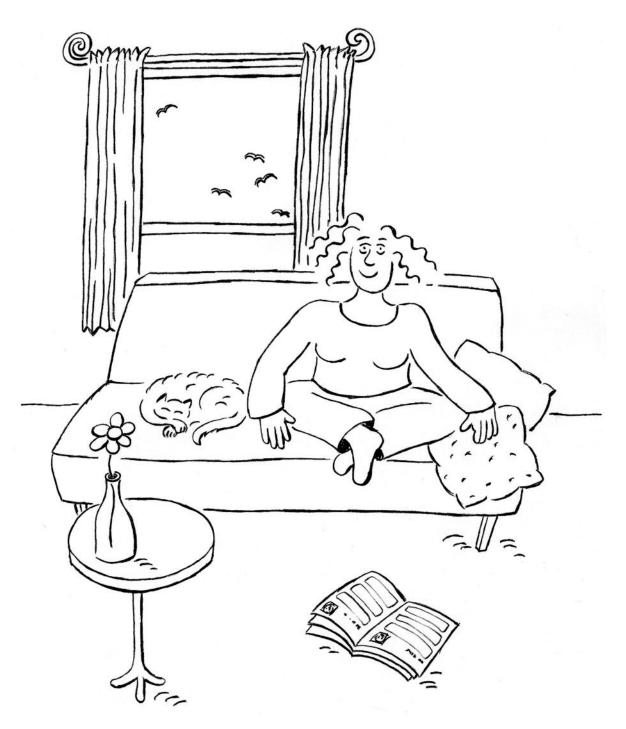


Bareich Kraftwark



1.	Einleitung und Begriffsklärung 5
	Einleitung 5
	Begriffsklärung 6
	Sternchen* 6
	Frauen* 7
	Behinderung*, behindert*, Beeinträchtigung* 8
	Lernschwierigkeiten* 9
	Mehrfachbehinderung* 10
	Und noch in eigener Sache: Ninlil, Kraftwerk und Zeitlupe 10
2	Alltag van Eravan* mit Larnschwigkeiten* die betreut leben 11
2.	Alltag von Frauen* mit Lernschwierigkeiten*, die betreut leben 11
	Leben in Betreuung – Wohnen 11
	Leben in Betreuung – Arbeiten 13
	Leben in Betreuung – Freizeit und Mobilität 14
	Gesetzliche Grundlagen und Umsetzung in Wien 15
	Sachwalterschaft – Erwachsenenvertretung 15
	UN-Konvention über die Rechte von Menschen mit Behinderungen* 16
3.	Zielgruppen und Zugänge zur Beratung bei Kraftwerk 18
	Zielgruppen 18
	Wege in die Beratung 19
4.	Grundprinzipien unserer Beratung für Frauen* mit Lernschwierigkeiten* 20
	Feminismus 20
	Selbstbestimmt Leben 21
	Diversität 21
	Empowerment 21
	Ressourcenorientierung, Interesse und Empathie 22
	Personzentrierte Grundhaltung 23

5.	Beratung für gewaltbetroffene Frauen* mit Lernschwierigkeiten* in der Praxis 25
	Vertrauen schaffen 25
	Eine gemeinsame Sprache finden 27
	Zeit nehmen und empathisch Verstehen 28
	Soziales Umfeld in den Blick nehmen 28
	Setting und Rahmenbedingungen 31
6.	Themenbereiche 34
	Gefühle 34
	Beziehungen 36
	Leben in betreuten Zusammenhängen 38
	Leben mit Behinderung* 38
	Körper und Sexualität 39
	Erfahrungen mit Gewalt und sexualisierter Gewalt 41
	Autonomie und Abgrenzung 43
7	Vielfalt an Materialien, Methoden und Interventionen 46
	Kreativität und Ausdruck 46
	Einsatz von Stofftieren und Puppen 45
	Arbeit mit Übergangsobjekten 52
	Rollenspiele 52
	Körperübungen 54
	Arbeit mit Gefühlen 54
	Materialien zu Sexualität und sexualisierter Gewalt 56
Q	Zum Abschluss 57
ο.	Zuiii Abaciiiuaa 37
9.	Literaturverzeichnis 58



Illustrationen: © Margit Krammer

1. Einleitung und Begriffsklärung

>>> Einleitung

1996 wurde der Verein Ninlil als Fachstelle gegen sexualisierte Gewalt an Frauen* mit Lernschwierigkeiten* gegründet. Die drei Bereiche, die unsere Arbeit seither prägen, sind Empowerment, Beratung und Vernetzung. Zusätzlich zum eigenen Beratungsangebot und den Empowermentseminaren war es uns von Beginn an ein zentrales Anliegen, dass gewaltbetroffene Frauen* mit Lernschwierigkeiten* auch in anderen Beratungsstellen passende Unterstützung erhalten. Aus diesem Grund war Vernetzung von Anfang an einer unserer Schwerpunkte. Das vorrangige Ziel dieser Vernetzungsarbeit ist die Sensibilisierung von Frauen*beraterinnen* für die Anliegen von Frauen* mit Behinderung*, und besonders für die Anliegen von Frauen* mit Lernschwierigkeiten*. Im Zuge unserer Austauschgespräche haben wir immer wieder festgestellt, dass bei Beraterinnen*, die bisher wenig oder keinen Kontakt mit Frauen* mit Lernschwierigkeiten* hatten, oft große Unsicherheiten bestehen – und dass diese in Folge dazu führen können, dass Frauen* mit Lernschwierigkeiten* sich von bestehenden Frauen*beratungseinrichtungen nicht als Zielgruppe angesprochen fühlen. Genau dies ist uns aber im Sinne der Gleichstellung von Frauen* mit und ohne Behinderung* sehr wichtig. Mit dem vorliegenden Leitfaden wollen wir deshalb Hintergrundwissen, das sich aus unserer langjährigen Erfahrung speist, zur Verfügung stellen. So wollen wir einen Beitrag zur Schaffung umfassender Barrierefreiheit leisten.

Dieser Leitfaden richtet sich also an Mitarbeiterinnen* in Beratungsstellen für (gewaltbetroffene) Frauen*, die auch Frauen* mit Lernschwierigkeiten* beraten oder beraten wollen und dafür auf der Suche nach spezifischem Hintergrundwissen sind. Der inhaltliche Schwerpunkt liegt daher nicht auf Basiswissen rund um psychosoziale Beratung oder Themen wie Trauma, Traumafolgen und Folgen von sexualisierter Gewalt. Wir gehen davon aus, dass unsere Leserinnen* diesbezüglich bereits über Wissen verfügen und dieses in ihrem Berufsalltag anwenden. Stattdessen beschreiben wir hier unsere Erfahrungen aus der Gewaltschutzarbeit mit der Zielgruppe Frauen* mit Lernschwierigkeiten* und stellen dar, welche spezifischen Aspekte und Hintergründe dabei zu beachten sind.

Eine Grundannahme, die sich quer durch unsere Arbeit zieht – sowohl durch die praktische Beratungsarbeit als auch durch unsere ständige Reflexion – ist, dass sich die psychosoziale Arbeit mit Frauen* mit Lernschwierigkeiten* grundsätzlich nicht von der Arbeit mit nichtbe-

•

hinderten Frauen* unterscheidet. Da wie dort gelten in der feministischen Arbeit mit gewaltbetroffenen Frauen* dieselben Grundprinzipien und Haltungen. Neben dieser Grundannahme steht die Tatsache, dass sich der Alltag von Frauen* mit Lernschwierigkeiten* in der Regel deutlich vom Alltag von nichtbehinderten Frauen* unterscheidet – vor allem aufgrund dessen, dass sie in der Alltagsorganisation oft Unterstützung brauchen und dafür auf Betreuungsstrukturen angewiesen sind. Der vorliegende Leitfaden beginnt daher mit einem Abschnitt zum Alltag von Frauen* mit Lernschwierigkeiten*, die betreut leben – gefolgt von einem Kapitel über die Zielgruppen und Zugänge zur Beratung bei Kraftwerk, das einen ersten Einblick in unsere Praxis bietet. Der darauffolgende Abschnitt zu Grundprinzipien unserer Beratung beschreibt die inhaltlichen Grundlagen unserer Arbeit, immer unter Bezugnahme auf unsere Zielgruppe. Im anschließenden Kernteil des Leitfadens sind unsere Erfahrungen aus 20 Jahren Beratungspraxis verarbeitet – mit besonderem Augenmerk darauf, wie sich ein Leben in Betreuung auf Themen, die alle Frauen* betreffen, spezifisch auswirken kann. Am Ende steht schließlich noch ein Kapitel zu Methoden und Materialien, mit denen wir gute Erfahrungen gemacht haben. Dieses Kapitel wird durch eine auf unserer Website verfügbare Online-Sammlung zu hilfreichen Materialien und Links, die wir laufend erweitern und aktualisieren, ergänzt.

>>> Begriffsklärung

Begriffe, die in unserem Arbeitsalltag eine wichtige Rolle spielen, wie etwa *Frau** oder *Behinderung**, sind über den direkten Wortsinn hinaus gesellschaftlich und kulturell aufgeladen. Personen, die mit diesen Begriffen bezeichnet werden, sehen sich mit Zuschreibungen und Rollenerwartungen konfrontiert und oft auch mit Abwertungen. Daher überlegen wir bei *Ninlil* immer wieder, welche Begriffe wir verwenden können, um diese üblichen Prozesse von Zuschreibungen und Abwertungen möglichst zu unterbrechen oder zumindest nicht noch selbst fortzusetzen. Im folgenden Abschnitt findet sich ein Teil dieser Überlegungen und damit Erläuterungen zu den Begriffen und Symbolen, die wir in diesem Leitfaden verwenden.

Sternchen*

Das Sternchen-Symbol im Schriftbild wurde als eine Variante geschlechtergerechten Schreibens eingeführt und hat als solche in den letzten Jahren mehr und mehr an Bedeutung gewonnen. Ein genaues Eingehen auf die inhaltlichen Hintergründe sowie die Vor- und Nachteile der verschiedenen Möglichkeiten geschlechtergerechter Schreibweisen würde hier den Rahmen sprengen – kurz gesagt steht das Sternchen für Vielfalt.

Wir haben uns nach eingehender Überlegung in diesem Text bei Begriffen wie Frau*, Behinderung* und Lernschwierigkeiten* für die Sternchen-Schreibweise entschieden, weil sich unserer Meinung nach das Sternchen nicht nur für eine geschlechtergerechte Schreibweise gut eignet, sondern auch, um andere Begriffe um eine zusätzliche inhaltliche Dimension zu erweitern. Für uns ist das Sternchen ein Mittel, um bei jeder Verwendung eines Begriffs darauf

hinzuweisen, dass die mit der üblichen Begriffsverwendung verbundenen Zuschreibungen und Kategorisierungen neu überdacht und in Frage gestellt werden sollten.

Frauen*

Wie schon oben gesagt, verwenden wir in diesem Leitfaden für den Begriff Frau* die Sternchen-Schreibweise – unter anderem, um auszudrücken, dass Frau* (ebenso wie Behinderung*) nicht eine Tatsache ist, die sich in gesellschaftlich geprägte Vorstellungen pressen lässt, sondern eine sozial und kulturell erzeugte Zuschreibung, innerhalb derer sich viele so Bezeichnete nicht oder nur kaum wiederfinden. Das heißt auch, dass wir mit dem Begriff Frau* alle meinen, die sich selbst in dieser Bezeichnung wiederfinden – unsere Beratungsangebote richten sich also selbstverständlich auch an Trans-Personen.

Zur Verwendung des Sternchens gibt es inzwischen viele Quellen – eine davon möchten wir hier zitieren, da dieser Text unseren Absichten bei der Verwendung der Schreibweise *Frau** sehr nahekommt. Es ist dies eine Erläuterung zum Sternchen in Leichter Sprache, gefunden auf der Website des Lady*fest Innsbruck¹:

Wir* verwenden beim Schreiben oft ein Sternchen (*).

- Was bedeutet das Sternchen?
- Das Sternchen steht für Vielfalt.
- Das Sternchen steht aber auch für Verschiedenheit.

Hier ein paar Beispiele:

- Frauen* arbeiten in verschiedenen Bereichen.
- Frauen* wohnen unterschiedlich.
- Manche wohnen alleine.
- Manche wohnen mit ihrer Freundin.
- Manche mit ihrer Familie.
- Andere wohnen in Wohn-Gemeinschaften.
- Frauen* lieben verschiedene Menschen.
- Frauen* haben verschiedene K\u00f6rper.
- Jeder Frauen*-Körper ist einzigartig.
- Frauen* sprechen verschiedene Sprachen.
- Manche sprechen eine Sprache.
- Manche Frauen* sprechen zwei, drei oder ganz viele Sprachen.
- Es gibt sehr viele Unterschiede.

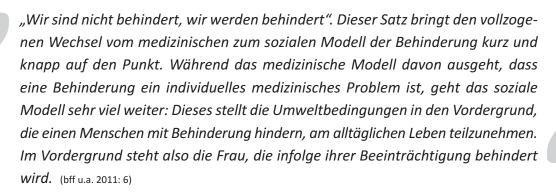
Das Sternchen steht für diese Vielfalt.

 $^{^1\ \}text{https://ladyfest-innsbruck.jimdo.com/lady-fest/leichte-sprache-lady-fest-innsbruck/}$

Behinderung*, behindert*, Beeinträchtigung*

Die Begriffe Behinderung* oder behindert* lösen in der Regel zahlreiche, oft negative und/oder angstbesetzte Emotionen aus. Das hat zur Folge, dass Personen, die im Alltag mit diesen Begriffen beschrieben werden, sich andauernd mit Zuschreibungen und Abwertungen konfrontiert sehen. Um eine wertfreie, nicht-diskriminierende Sprache zu finden, gibt es schon seit langer Zeit und von vielen Seiten Überlegungen und Vorschläge, wie diese Begriffe eingesetzt oder auch ersetzt werden können und sollen. Auch innerhalb der Selbstbestimmt-Leben-Bewegung, also den Selbstvertretungs-Organisationen von Menschen mit Behinderung*, gibt es diesbezüglich unterschiedliche Ansichten. Die größte Einigkeit besteht darin, Bezeichnungen wie der Behinderte, die Spastikerin etc. möglichst zu vermeiden – bevorzugt werden Formulierungen wie Mann* mit Behinderung, behinderte Frau* etc. Damit wird deutlich gemacht, dass die Behinderung* bzw. Beeinträchtigung* ein Teilaspekt des Lebens dieser Person ist, aber nicht die Person als Ganzes ausmacht. Konsens besteht großteils auch darüber, dass Behinderung* nicht als feststehende Eigenschaft zu sehen ist, sondern als ein Produkt aus gesellschaftlichen Verhältnissen wie beispielsweise nicht oder nur teilweise barrierefreien Umweltbedingungen und der jeweiligen Beeinträchtigung*.

Die Autorinnen* des empfehlenswerten Leitfadens "für den Erstkontakt mit gewaltbetroffenen Frauenv mit Behinderung*" schreiben dazu:



Die Formulierung behinderte* Menschen betont also, dass Behinderung* nicht eine Eigenschaft ist, sondern eine soziale und kulturelle Zuschreibung. Im Gegensatz dazu beschreibt das Wort Beeinträchtigung* ganz konkret die jeweilige Funktionseinschränkung, etwa Mobilitätsbeeinträchtigung, Sehbeeinträchtigung, psychische Beeinträchtigung usw. Es spricht also vieles dafür, die Formulierung behinderte* Menschen zu wählen.

In vielen Organisationen und Vereinen hat sich allerdings die Bezeichnung *Menschen mit Behinderung** etabliert. Hier wird der *Mensch* zuerst genannt und die *Behinderung** kommt erst an zweiter Stelle. Dies lehnt sich an die ursprünglich im amerikanischen Raum entwickelte Forderung "people first", also "Mensch zuerst", an. Menschen mit Behinderung* sind in erster Linie Menschen – die Beeinträchtigung* ist nur eines von weiteren Merkmalen, die je nach Situation mehr oder weniger Einfluss auf die Gestaltung des Lebens haben. Auch wir haben uns für diese Formulierung entschieden, ohne aber damit sagen zu wollen, dass wir alle anderen Begriffe als unpassend erachten.

Trotzdem möchten wir betonen, dass es sehr wohl unpassende Formulierungen gibt, die so stark mit Abwertung verbunden sind, dass sie keinesfalls verwendet werden sollten. Beispiele dafür sowie weitere Tipps zur Verwendung einer nicht diskriminierenden Sprache finden sich in zahlreichen Quellen im Internet, wie etwa auf der Website von *Inklusion Kärnten* unter der Rubrik *Was uns wichtig ist – Ratgeber Sprechen und Schreiben über Behinderung*². Eine empfehlenswerte Übersicht über verschiedenste Begriffe findet sich außerdem auf der Website *leidmedien.de*³.

Insgesamt haben wir uns dazu entschieden, den Begriff *Behinderung** in diesem Leitfaden immer mit einem Sternchen zu versehen, um bei jeder Verwendung auf die Problematik der gängigen Kategorisierungen und Zuschreibungen hinzuweisen, die mit dem Wort *Behinderung** verbunden sind.

Lernschwierigkeiten*

Den Begriff Lernschwierigkeiten* verwenden wir in Anlehnung an die Begriffswahl der People First-Gruppen überall dort, wo bisher üblicherweise der Begriff der sogenannten geistigen Behinderung* verwendet wird. People First-Gruppen (oder auch Mensch Zuerst-Gruppen) sind Selbstvertretungsgruppen von Menschen mit Lernschwierigkeiten*. Die ersten dieser Gruppen entstanden im englischsprachigen Raum, weshalb auch in Deutschland und Österreich oft die Bezeichnung People First verwendet wird. Inzwischen gibt es in Österreich einige People First-Gruppen (wie Vienna People First, People First Vorarlberg oder wibs Tirol). In Wien gibt es seit 2015 außerdem das Selbstvertretungs-Zentrum von Menschen mit Lernschwierigkeiten*4.

Wie der Begriff der sogenannten geistigen Behinderung* fasst die Bezeichnung Menschen mit Lernschwierigkeiten* einen sehr weiten Personenkreis. Daher lässt sich aus der Bezeichnung kein Wissen über Eigenschaften, Beeinträchtigungen oder Stärken einer Person ablesen. Es können damit Personen bezeichnet werden, die einen hohen Unterstützungsbedarf im Alltag haben und wenig verbal kommunizieren, aber auch Personen, die ihren Alltag weitgehend selbständig gestalten und nur in manchen komplexen Angelegenheiten (etwa beim Umgang mit Geld in Bezug auf größere Anschaffungen) Unterstützung brauchen.

Um bei jeder Verwendung des Begriffes darauf hinzuweisen, dass die Bandbreite an möglichen damit bezeichneten Eigenschaften immer auch sozial und kulturell bedingt ist und in keiner Weise verallgemeinerbar feststeht, verwenden wir auch den Begriff *Lernschwierigkeiten** mit dem bereits bekannten Sternchen.

² http://www.inklusionkaernten.at/Was-uns-wichtig-ist/Ratgeber-Sprechen-und-Schreiben-ueber-Behinderung

³ http://leidmedien.de/begriffe/

⁴ http://svz.wuk.at

Mehrfachbehinderung*

Von Mehrfachbehinderung* wird gesprochen, wenn eine Person ihr Leben mit Lernschwierigkeiten* und einer Körper- oder Sinnesbeeinträchtigung gestaltet. Da die Zielgruppe von Kraftwerk Frauen* mit Lernschwierigkeiten* sind und es für unsere Beratungstätigkeit unwesentlich ist, ob eine Frau* zusätzlich eine körperliche Behinderung hat, sprechen wir im weiteren Text vorrangig von Frauen* mit Lernschwierigkeiten*. Diese Benennung schließt im Leitfaden Frauen* mit Mehrfachbehinderung* mit ein.

Und noch in eigener Sache: Ninlil, Kraftwerk und Zeitlupe

Ninlil wurde im Jahr 1996 gegründet – als Ninlil – Verein gegen sexualisierte Gewalt an Frauen, die als geistig oder mehrfach behindert klassifiziert werden. Seither hat sich unsere Arbeit stetig weiterentwickelt – und auch die Untertitel zum Vereinsnamen wurden mehrfach verändert. Geblieben ist uns Ninlil, der Name einer sumerischen Göttin, die sich gegen Gewalt gewehrt hat (vgl. Rush 1985: 49f).

Die ersten Änderungen des Vereinsnamens hatten zum Ziel, die Überschrift über unsere Arbeit in Leichter Sprache zu formulieren, um die Bezeichnung für unsere Hauptzielgruppe zugänglich zu machen. Eine weitere, größere Veränderung ergab sich dann im Jahr 2012 aus der Erweiterung der Vereinsarbeit um einen neuen Bereich: zusätzlich zur bisherigen Gewaltschutzarbeit wurde im Rahmen von Ninlil eine Peer-Beratungsstelle von und für Frauen* mit Behinderungen* gegründet. Der Verein behielt dabei den Namen Ninlil, und die beiden Arbeitsbereiche bekamen jeweils eigene Namen: Kraftwerk gegen sexuelle Gewalt an Frauen mit Lernschwierigkeiten und Zeitlupe – Peer-Beratung für Frauen mit Behinderung. Im vorliegenden Leitfaden beschreiben wir in erster Linie die Erfahrungen, die wir in der Beratungsarbeit im Bereich Kraftwerk gemacht haben und verwenden daher abwechselnd die Bezeichnungen Ninlil und Kraftwerk.









2. Alltag von Frauen* mit Lernschwierigkeiten*, die betreut leben

Mit Lernschwierigkeiten* zu leben bedeutet meist, in der Alltagsbewältigung und in der persönlichen Lebensgestaltung auf Unterstützung angewiesen zu sein. Die Komplexität unseres Alltags kann für Menschen mit Lernschwierigkeiten* an unterschiedlichen Stellen eine Überforderung darstellen – etwa bei der Orientierung im öffentlichen Raum oder in Bezug auf den Umgang mit Geld. *Kulturtechniken* wie Lesen, Rechnen und Schreiben sind für manche Menschen mit Lernschwierigkeiten* selbstverständlicher Bestandteil ihres Alltags, für andere wiederum eine Herausforderung, der sie sich kaum gewachsen sehen. Ebenso die Nutzung öffentlicher Verkehrsmittel – gerade die Bewältigung unbekannter Strecken oder die Orientierung an bisher unbekannten Orten kann für manche sehr schwierig sein. Die Notwendigkeit von Unterstützung im Alltag wirkt sich für viele Frauen* deutlich auf die Beziehungen zu den Personen in ihrem Umfeld aus – so haben die Herkunftsfamilie oder aktuelle Lebenspartner*innen oft einen großen Einfluss auf die Alltagsgestaltung der Frauen*. Daraus können Abhängigkeiten entstehen, die ein selbstbestimmtes Leben noch zusätzlich erschweren.

>>> Leben in Betreuung – Wohnen

Erwachsene Menschen mit Lernschwierigkeiten* leben häufig in Wohngemeinschaften oder Wohnhäusern, dem sogenannten *vollbetreuten Wohnen*, das von Trägerorganisationen der Behindertenhilfe organisiert und geleitet wird. *Vollbetreutes Wohnen* bedeutet, dass in

der jeweiligen Einrichtung zu jeder Zeit ein oder mehrere Betreuer*innen im Dienst sind und die notwendige Unterstützung geben können. Meist wird diese Wohnform in Wohngemeinschaften angeboten, in denen durchschnittlich 10 bis 12 Menschen mit Lernschwierigkeiten* – großteils Frauen* und Männer* gemischt – miteinander leben.

Eine weitere Möglichkeit ist das *teilbetreute Wohnen* für Menschen, die in bestimmten Bereichen ihres Alltags Unterstützung brauchen, große Teile ihres Lebens aber selbständig organisieren und gestalten. Sie leben in eigenen Wohnungen und werden je nach Bedarf vor Ort unterstützt. Auch hier wird die Unterstützung über Trägereinrichtungen der Behindertenhilfe organisiert. Die Wohnungen werden dabei entweder von den Personen selbst gemietet oder von den Trägereinrichtungen, die diese an die Bewohner*innen weitervermieten.

Durch die Förderbedingungen sind Menschen mit Lernschwierigkeiten* oft gezwungen, in bestimmten Wohnformen zu leben bzw. zu bleiben. Die Zusammensetzung von Wohngemeinschaften im vollbetreuten Wohnen entscheidet sich meist nach der Verfügbarkeit von Plätzen und nur selten danach, wer mit wem zusammenwohnen und leben möchte. Menschen mit Lernschwierigkeiten* können also meist nicht selbst entscheiden, wo und mit wem sie wohnen. Im voll- und teilbetreuten Wohnen können die Bewohner*innen auch nicht selbst entscheiden, von wem sie begleitet, unterstützt und betreut werden wollen. Personalentscheidungen trifft die Einrichtungsleitung und Dienstpläne werden von den Mitarbeiter*innen der Einrichtungen erstellt, häufig ohne Rücksprache mit den Bewohner*innen.

In den meisten Einrichtungen ist ein System mit Bezugsbetreuer*innen üblich, d. h. jede Bewohner*in hat eine oder mehrere Betreuer*innen, die als Ansprechpartner*innen für persönliche Anliegen zuständig sind. Nach Möglichkeit wird bei der Einteilung von Bezugsbetreuer*innen darauf geachtet, Wünsche der Bewohner*innen einzubeziehen. So gelingt es in den meisten Fällen, dass zwischen Bewohner*innen und Bezugsbetreuer*innen ein gutes Vertrauensverhältnis besteht.

Für Frauen*, die sich ohne Begleitung im öffentlichen Raum nicht gut orientieren können, sind die Betreuer*innen auch für die Freizeitgestaltung eine wichtige Ressource. Leider steht für Begleitungen aber oft nur wenig Zeit zur Verfügung, sodass die individuelle Beweglichkeit dieser Frauen* stark eingeschränkt ist.

Dazu kommt, dass Menschen mit Lernschwierigkeiten* oft nur geringe finanzielle Mittel zur Verfügung haben. Im vollbetreuten Wohnen etwa erhalten die Bewohner*innen lediglich ein monatliches Taschengeld für persönliche Anschaffungen (Hygieneartikel, Eintrittskarten für Kino, Kaffeehausbesuche, Zigaretten etc.).

>>> Leben in Betreuung - Arbeiten

Wie die Wohnsituationen sind auch die Arbeitsstrukturen von Menschen mit Lernschwierigkeiten* vielfältig. Manche gehen einer Berufstätigkeit am ersten Arbeitsmarkt nach, viele verbringen ihre Arbeitszeit in betreuten Werkstätten, junge Menschen sind oft in Ausbildungen oder diversen Kursen, und wieder andere sind tagsüber ohne Beschäftigung. Der Begriff Werkstatt ist dabei das Wort, das in der Alltagssprache der Betroffenen als Bezeichnung für betreute Angebote im Tagesstruktur-Bereich üblich ist. Offiziell, also in der Sprache der Fördergeber*innen, wird inzwischen nur mehr ein Teil dieser Angebote als Werkstatt bezeichnet: betreute Angebote für Menschen, die "aktuell oder dauerhaft nicht in den Arbeitsmarkt integriert werden können" werden in der Fördersprache des Fonds Soziales Wien (FSW) unter dem Begriff Tagesstruktur zusammengefasst. Diese Information ist deshalb wichtig, weil die unterschiedlichen Bezeichnungen in der Kommunikation mit Frauen*, die ihren Tag in diesen Einrichtungen verbringen, für Verwirrung sorgen kann. Hier lohnt es sich, im Zweifelsfall genauer nachzufragen, wie die Arbeitssituation der betroffenen Frau* konkret organisiert ist – wie die Gruppe zusammengesetzt ist, wie viele Betreuer*innen für die Gruppe zuständig sind, ob und wieviel Spielraum es für individuelle Pausengestaltung oder auch abwechslungsreiche Tätigkeiten gibt.

Generell ist es in vielen Werkstätten so, dass die dort tätigen Menschen mit Lernschwierigkeiten* oft nur eine sehr beschränkte Mitbestimmungsmöglichkeit hinsichtlich des gewünschten Tätigkeitsfeldes sowie der Arbeitszeiten haben. Ein weiterer Nachteil des Werkstatt-Alltags ist, dass Menschen, die in einer geförderten Tagesstruktur arbeiten, keinen Lohn bekommen, sondern nur ein geringes monatliches Taschengeld, was für viele sehr einschränkend ist. Ein weiteres Problem ist, dass es sich bei der Beschäftigung in Tagesstruktur-Einrichtungen um kein sozialrechtliches Arbeitsverhältnis handelt – was über die fehlende Entlohnung hinaus bedeutet, dass auch der Zugang etwa zu Arbeitslosen- und Pensionsversicherung nicht möglich ist und somit die Beschäftigten keinen Pensionsanspruch erwerben können.

Unserer Erfahrung nach erleben Frauen* mit Lernschwierigkeiten* den Alltag in Werkstätten sehr unterschiedlich – manche finden die Arbeit dort bereichernd, haben in ihrer Werkstatt gute Wahlmöglichkeiten hinsichtlich ihrer Tätigkeiten und gehen grundsätzlich gerne hin. Andere erleben die Werkstatt als Arbeitsplatz mit allen Vor- und Nachteilen (allerdings mit dem grundlegenden Nachteil, dass die Arbeit nicht mit entsprechender Entlohnung verbunden ist). Und wieder andere erleben die Werkstatt-Strukturen als sehr einschränkend und fühlen sich dort überhaupt nicht wohl. Sie müssen das Angebot aber in Anspruch nehmen, weil Plätze im betreuten Wohnen oft nur genutzt werden können, wenn gleichzeitig eine Tagesstruktur in Anspruch genommen wird.

Problematisch kann diese Regel auch bei längeren Krankenständen werden: Fördergeber*innen finanzieren Werkstattplätze nur bei einer Mindestzahl von Anwesenheitstagen pro Jahr
– Frauen*, die diese Mindestzahl wegen eines langen Krankenstandes nicht erreichen, verlieren
den Werkstattplatz, was in weiterer Folge auch den Platz im betreuten Wohnen gefährden

⁵ www.fsw.at/p/tagesstruktur

kann. Dieses Beispiel macht deutlich, wie stark das alltägliche Leben von Menschen mit Lernschwierigkeiten* durch die jeweils gültigen Förderbedingungen für Betreuung beeinflusst wird.

In den Werkstätten und Tagesstrukturen der meisten großen Einrichtungen gibt es gewählte Vertreter*innen, die für die Anliegen und Beschwerden der dort Arbeitenden zuständig sind. Diese sogenannten Selbstvertreter*innen oder Werkstättenräte sind – ähnlich Betriebsräten – Ansprechpersonen und Anlaufstelle auf gleicher Ebene und dafür zuständig, Anliegen an Betreuer*innen und Leitungspersonen weiterzugeben und sich für die Rechte der Klient*innen einzusetzen.

>>> Leben in Betreuung – Freizeit und Mobilität

Der Rahmen, in dem sich die Möglichkeiten der Freizeitgestaltung von Menschen mit Lernschwierigkeiten* bewegt, hängt sehr stark von ihrem Unterstützungsbedarf ab. Je schwieriger die selbständige Orientierung im öffentlichen Raum ist, desto eingeschränkter sind leider auch die Möglichkeiten der selbstbestimmten Freizeitgestaltung. In diesem Bereich spielen außerdem körperliche Behinderungen* eine große Rolle, da die bauliche Barrierefreiheit im öffentlichen Raum immer noch nicht flächendeckend umgesetzt ist. Insgesamt werden viel zu wenig Unterstützungsdienste und Freizeitassistenz angeboten. Frauen*, die zur Orientierung oder Bewegung im öffentlichen Raum Unterstützung benötigen, sind dadurch in den Möglichkeiten der Freizeitgestaltung stark eingeschränkt.

Während es in Wien für Menschen mit körperlichen Behinderungen* (ab Pflegestufe 5, in Ausnahmefällen auch darunter) das Angebot von *Persönlicher Assistenz* gibt, sind Menschen mit Lernschwierigkeiten* von dieser Leistung nach wie vor ausgeschlossen. Unterstützung für individuelle Freizeitgestaltung muss daher entweder über die Betreuer*innen des Wohnbereichs organisiert werden oder über *Besuchsdienste*, was aber oft an den Finanzierungsmöglichkeiten scheitert. Wir erleben immer wieder, dass es für Frauen* mit Lernschwierigkeiten*, die sich nicht ohne Begleitung im öffentlichen Raum orientieren können, sehr kompliziert sein kann, regelmäßige Beratungstermine in Anspruch zu nehmen. Gleichzeitig erleben wir aber auch sehr engagierte Betreuer*innen, die ihr Möglichstes tun, um an diesen Stellen die mangelnden Ressourcen auszugleichen.

Eine wichtige Unterstützungsvariante im Bereich Mobilität sind in Wien die Fahrtendienste: Zusätzlich zu den *Regelfahrten* (regelmäßige Fahrten, etwa vom Wohnort zur Werkstatt und retour) können Menschen mit Behinderungen* in Wien unter bestimmten Voraussetzungen *Freizeitfahrtendienste* in Anspruch nehmen. Diese müssen allerdings rechtzeitig, also mehrere Tage im Voraus, geplant und bestellt werden und haben in Hinblick auf Pünktlichkeit Zeitfenster von bis zu einer halben Stunde (d.h., eine Frau* wird z.B. bis zu einer halben Stunde vor einem Termin in die Beratungsstelle gebracht oder erst eine halbe Stunde nach dem Termin wieder abgeholt). Zudem muss eine Freizeitfahrtendienstkarte eigens beim FSW beantragt werden und wird in der Regel nur dann genehmigt, wenn eine Person eine "mobile Einschränkung", also eine dauerhafte, schwere orthopädische Gehbehinderung* hat.

>>> Gesetzliche Grundlagen und Umsetzung in Wien

Die gesetzlichen Grundlagen für die Förderung von Leistungen der *Behindertenhilfe* sind in Österreich Landessache – es gibt also von Bundesland zu Bundesland sehr große Unterschiede in Bezug auf die grundsätzlichen Regelungen und die jeweilige Praxis dazu. In Wien gibt es das *Wiener Chancengleichheitsgesetz*, das allgemeine und spezielle Förderrichtlinien enthält. Die Umsetzung dieser Richtlinien liegt beim *Fonds Soziales Wien* (FSW), der damit eine Art hybride Organisation darstellt, die zwischen dem privaten und dem öffentlichen Sektor angesiedelt ist. Der FSW ist somit eine wichtige Anlaufstelle für Personen mit Behinderungen*, die Unterstützung brauchen – alle Leistungen müssen erst über den FSW bewilligt werden, bevor sie bei einer Trägereinrichtung in Anspruch genommen werden können. Gleichzeitig ist der FSW auch zuständig für die Finanzierung und Kontrolle der Trägerorganisationen, die diese Leistungen anbieten, sowie für die Weiterentwicklung von Angeboten, die selbstbestimmtes Leben von Menschen mit Behinderungen* im Alltag ermöglichen.

>>> Sachwalterschaft – Erwachsenenvertretung

Viele Menschen mit Lernschwierigkeiten* leben mit einer Sachwalterschaft. Die Frage, was Sachwalter*innen tun, beantwortet das *Vertretungsnetz Sachwalterschaft* in einem Infoblatt⁶ so:



Sachwalter übernehmen in einem vom Gericht bestimmten Ausmaß rechtliche Verantwortung für den Klienten. Sie kümmern sich z.B. um die finanzielle Situation, sie vertreten den Klienten bei Ämtern und Behörden, halten persönlichen Kontakt, unterstützen bei der Sicherung einer angemessenen Wohnsituation und organisieren bei Bedarf die nötige Betreuung. Sachwalter sind verpflichtet, zum Wohl des Klienten zu handeln.



Sachwalter*innen haben also oft einen großen Einfluss auf den Alltag ihrer Klient*innen. Besachwaltete Personen erleben dies ganz unterschiedlich – unserer Erfahrung nach gibt es viele Frauen* mit Lernschwierigkeiten*, die mit den jeweiligen Sachwalter*innen in gutem Einvernehmen stehen und sich gut unterstützt fühlen – aber auch zahlreiche Frauen*, die sich von den jeweiligen Sachwalter*innen eher kontrolliert und bevormundet, also in der Selbstbestimmung deutlich eingeschränkt, fühlen.

Zum Zeitpunkt der Erstellung dieses Leitfadens ist das System der Sachwalterschaft in Österreich gerade im Umbruch. Im April 2017 wurde das neue *Erwachsenenschutz-Gesetz* beschlossen, das im Juli 2018 umgesetzt werden soll. Ziel ist, das System der Sachwalterschaft durch ein neues Modell der *unterstützten Entscheidungsfindung* zu ersetzen, das unter anderem umfangreiche Unterstützungsangebote enthalten und insgesamt mehr Selbstbestimmung für

⁶ http://www.vertretungsnetz.at/fileadmin/user_upload/5_SERVICE_Materialien/SW-Informationsblatt_deutsch.pdf

die Betroffenen sicherstellen soll. Wie die Umsetzung der Änderungen sich tatsächliche auf den Alltag der Betroffenen auswirken wird, ist derzeit allerdings noch nicht abzusehen – wir empfehlen daher, sich über Quellen wie etwa die Internet-Seite des Vereins *VertretungsNetz*⁷ aktuelle Informationen einzuholen.

>>> UN-Konvention über die Rechte von Menschen mit Behinderungen

Am 26.10.2008 trat in Österreich die *UN-Konvention über die Rechte von Menschen mit Behinderung* (UNBRK) in Kraft. Zentrale Konzepte und Haltungen der Konvention sind Inklusion, Selbstbestimmung, Teilhabe, Chancengleichheit, Empowerment, Barrierefreiheit und Disability Mainstreaming. Der Grundsatz: *Nichts über uns ohne uns* zieht sich durch das gesamte Dokument. Kompromisslose Gleichberechtigung und Nicht-Diskriminierung auf allen Ebenen wird als Forderung formuliert.

Österreich hat sich mit der Ratifizierung der Konvention verpflichtet, alle diskriminierenden Gesetze aufzuheben und alle verfügbaren Mittel auszuschöpfen, um nach und nach die wirtschaftlichen, sozialen und kulturellen Rechte von Menschen mit Behinderungen* umzusetzen. Das bedeutet unter anderem, dass bei der Neuerarbeitung und oder Evaluierung von Gesetzen, Vorhaben und Entscheidungen Menschen mit Behinderungen* bzw. die sie vertretenden Organisationen aktiv miteinbezogen werden müssen. Die Konvention gilt sowohl auf Bundesals auch auf Landes- und Gemeindeebene. Es sind geeignete Schritte zu unternehmen, um angemessene Vorkehrungen gegen Diskriminierungen zu gewährleisten:



"Um Menschen mit Behinderungen ein selbstbestimmtes Leben und die volle Teilhabe in allen Lebensbereichen zu ermöglichen, treffen die Vertragsstaaten geeignete Maßnahmen mit dem Ziel, für Menschen mit Behinderungen gleichberechtigt mit anderen Zugang zur physischen Umwelt, zu Transportmitteln, Information und Kommunikation [...] zu gewährleisten [...]." (Bundesministerium für Arbeit, Soziales und Kon-



sumentenschutz 2016: 11)

Seit der Ratifizierung der Konvention wurden in Österreich zahlreiche Prozesse in Gang gesetzt, um die Ziele der Konvention auch tatsächlich zu erfüllen. Leider muss festgestellt werden, dass die Umsetzung bisher bei weitem nicht im nötigen Ausmaß gelingt. So wurde nach der Staatenprüfung im September 2013 durch das Prüfungskomitee der UNO ein Bericht vorgelegt, der zahlreiche Handlungsempfehlungen enthält⁸.

⁷ http://www.vertretungsnetz.at/home/

⁸ Download beim Broschürenservice des Sozialministeriums: https://broschuerenservice.sozialministerium.at/Home/Download?publicationId=391

Ein wichtiges Instrument im Rahmen der Umsetzung der Konvention sind Monitoringausschüsse, die auf Bundes- und Landesebene eingesetzt werden, um die Umsetzung der Konvention zu überwachen. Die Ausschüsse halten sowohl öffentliche als auch nichtöffentliche Sitzungen ab und sind zu einem wichtigen Forum für die Sichtbarmachung von mangelnder Barrierefreiheit in allen Lebensbereichen geworden.

Allerdings muss auch gesagt werden, dass es für betroffene Personen leider nicht möglich ist, die Umsetzung der Konvention in Österreich einzuklagen. Von der Staatenprüfung oder den Monitoringausschüssen beanstandete Mängel bleiben so oft weiterhin bestehen.

Nähere Informationen zur UN-Konvention, zur Staatenprüfung und zum Monitoringausschuss finden sich unter anderem beim Nachrichtenportal von *BIZEPS*⁹ oder auf der Website des Monitoringausschusses¹⁰.

⁹ bizeps.or.at

 $^{^{}m 10}$ www.monitoringausschuss.at



3. Zielgruppen und Zugänge zur Beratung bei Kraftwerk

Unsere Beratungsarbeit der letzten 20 Jahre bildet die Grundlage für diesen Leitfaden. Zur Orientierung für die Leser*innen geben wir hier einen Überblick über unsere Zielgruppen und über die Wege, wie die Beratungsklientinnen* zu unserem Angebot finden.

>>> Zielgruppen

Das Beratungsangebot bei *Kraftwerk* richtet sich an Frauen* mit Lernschwierigkeiten* oder Mehrfachbehinderung*, die von sexueller Gewalt betroffen sind, auch wenn die Gewalterfahrung lange zurückliegt.

Frauen* mit Lernschwierigkeiten*, die unsere Beratung in Anspruch nehmen, sind oder waren häufig von konkreten Übergriffen betroffen und suchen nach Unterstützung bei der Verarbeitung dieser Situationen. Es kommen aber auch Frauen*¹¹ zu uns, für die nicht ein aktuell erlebter Übergriff der Beratungsanlass ist, sondern oft eine Reihe von lang zurückliegenden Gewaltsituationen, deren Auswirkungen noch immer spürbar sind. Das Beratungsziel dieser Frauen* ist oft der Wunsch, sich in verschiedenen Beziehungen besser abgrenzen zu können und einen Weg zu finden, wie sie ihre Bedürfnisse besser artikulieren und durchsetzen können.

¹¹ Wenn wir im Beratungskontext von *Kraftwerk* von Frauen* oder Klientinnen* sprechen, meinen wir Frauen* mit Lernschwierigkeiten* oder Mehrfachbehinderung*.

Eine weitere Schiene unseres Beratungsangebots richtet sich explizit an Betreuer*innen, Angehörige und andere Bezugspersonen von gewaltbetroffenen Frauen* mit Lernschwierigkeiten*, die diese gut unterstützen möchten.

>>> Wege in die Beratung

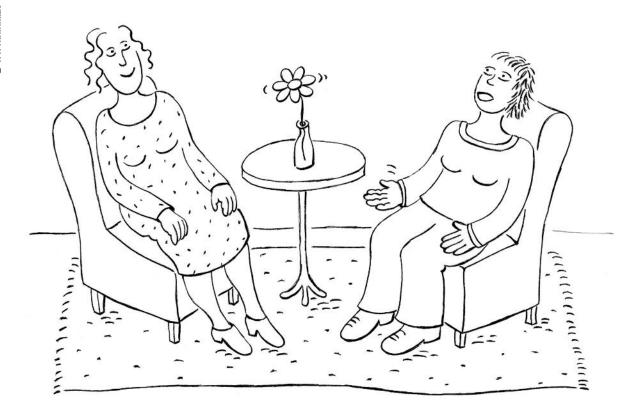
Erste Informationen zum Beratungsangebot bei *Kraftwerk* erhalten Frauen* mit Lernschwierigkeiten* häufig von Mittelspersonen aus ihrem betreuenden oder familiären Umfeld. In der Folge nehmen entweder die betroffenen Frauen* selbst Kontakt zu uns auf – oft mit intensiver Unterstützung durch die Bezugsperson – oder der telefonische Erstkontakt mit Terminvereinbarung erfolgt durch die Bezugsperson.

Manchmal kommt es auch vor, dass Frauen* mit Lernschwierigkeiten* aus eigener Initiative in der Beratungsstelle anrufen. Viele dieser Frauen* haben bereits ein oder mehrere Empowerment-Seminare bei *Ninlil* besucht und kennen daher unser Angebot, was die Kontaktaufnahme erleichtert. Frauen*, die grundsätzlich hohe Kompetenzen in der Alltagsbewältigung haben, fällt es leichter, den Weg zu *Kraftwerk* selbständig zu finden.

Viele Frauen*, die zu uns in die Beratung kommen, lassen sich bei den ersten Terminen gern von einer Bezugsperson begleiten. Oft geht es dabei vor allem um räumliche Orientierung, also den Weg zur Beratungsstelle und wieder zurück. Ist der Weg bekannt, fällt die Begleitung in vielen Fällen nach einem oder mehreren Beratungsterminen weg. Die Begleitperson kann zum Beispiel eine Betreuerin oder ein Zivildiener aus der WG, der teilbetreuten Wohnung oder – in seltenen Fällen – der Werkstatt sein. Vor allem bei jungen Frauen* erfolgt die Begleitung oft durch Familienmitglieder.

Für Frauen*, die Schwierigkeiten mit der Orientierung im öffentlichen Raum haben, kann es in der Folge schwierig sein, regelmäßige Beratungstermine bzw. die dafür nötige Wegbegleitung zu organisieren. Oft müssen sich Frauen* mit Lernschwierigkeiten* nach den Möglichkeiten ihrer Betreuer*innen richten. Für die Beraterin* bedeutet das, dass Termine häufig in Rücksprache mit Betreuer*innen vereinbart werden müssen.

Auch auf inhaltlicher Ebene wünschen sich die Klientinnen* am Beginn des Beratungsprozesses manchmal eine Orientierungshilfe. Wir erleben immer wieder Klientinnen*, die den Wunsch äußern, dass die Bezugsperson zumindest zu Beginn an der Beratung teilnimmt. Hier geht es darum, die Hürde der ersten Kontaktaufnahme zu überwinden und sich an die Beraterin* und an die Beratungssituation zu gewöhnen. Das Setting *psychosoziale Beratung* kann für die Frauen* ungewohnt oder sogar negativ besetzt sein – etwa aufgrund von schlechten Erfahrungen mit psychologischer Testung. Mitunter wünschen sich die Frauen* anfangs auch Unterstützung dabei, ihre Anliegen und Probleme gegenüber einer noch unbekannten Person zu formulieren. Wenn dieser erste Schritt gemeinsam gemacht werden kann, ist es unserer Erfahrung nach meist schon im Lauf des Erstgesprächs möglich, die Beratung zu zweit fortzuführen. Mit der Erfahrung, dass auf ihre Bedürfnisse individuell eingegangen wird, können sich die Frauen* in der Folge gut auf den Beratungsprozess im klassischen Zweiersetting einlassen.



Grundprinzipien unserer Beratung für Frauen* mit Lernschwierigkeiten*

>>> Feminismus

Haltungen der feministischen Beratungsarbeit mit nichtbehinderten Frauen* sind selbstverständlich auch in der psychosozialen Arbeit mit Frauen* mit Lernschwierigkeiten* grundlegend. Das Grundprinzip Feminismus bedeutet für uns, dass wir uns konsequent für die Umsetzung der Rechte von Frauen* einsetzen und intersektionale Sichtweisen mit einbeziehen. Das heißt, wir nehmen Frauen* in ihrer Vielfalt wahr und ernst – und sind uns dessen bewusst, dass häufig verschiedene Kategorien von Diskriminierung parallel wirksam sind und daher nicht getrennt voneinander analysiert und bekämpft werden können. Frauen* mit Behinderung* sind Frauen* mit und ohne Migrationshintergrund, sind jung, alt und alles dazwischen, sind hetero-, homo-, bi- oder pansexuell, sind Transpersonen, intersexuell, cis-gender oder gendernon-conforming. Beratung, die von einer intersektionalen Sichtweise auf Feminismus geleitet ist, bezieht all diese Aspekte und die sich daraus ergebenden Wechselwirkungen in den gemeinsamen Prozess mit ein.

In diesem Sinn ist für uns auch das solidarische Prinzip der gemeinsamen Betroffenheit handlungsleitend: Wir sind überzeugt, dass persönliches Leid kollektiv verankert ist und dass das, was der Klientin* widerfährt, grundsätzlich auch uns selbst als Frauen* passieren könnte. Gleichberechtigung kann nur gelingen, wenn Frauen* in ihrer Vielfalt und Unterschiedlichkeit gesehen und ernstgenommen werden.

>>> Selbstbestimmt Leben

Für Beraterinnen*, die auch Frauen* mit Behinderungen* beraten, ist es wesentlich, sich mit den Grundsätzen der Selbstbestimmt-Leben-Bewegung und der People-First-Bewegung auseinander zu setzen. Ein zentrales Prinzip ist der Grundsatz *Nichts über uns ohne uns* – ein Leitsatz, der vor allem deshalb so bedeutend ist, weil die Lebensgeschichten von Frauen* mit Behinderungen* sehr oft vom Gegenteil geprägt sind. Fremdbestimmung und Abhängigkeit von "Expert*innen" sind für viele Frauen* mit Lernschwierigkeiten* die Lebensrealität. Wir als Beraterinnen* müssen deshalb gezielt darauf achten, die Klientin* klar und konsequent als Expertin* für die eigenen Belange anzusprechen, nicht zuletzt auch in Hinblick auf ihre Behinderung*.

Der Leitsatz *Nichts über uns ohne uns* beinhaltet gleichzeitig eine ganz klare Präferenz für Peer-Counseling im Unterschied zu Beratungsangeboten von nichtbehinderten Personen für Personen mit Behinderungen*. Peer-Counseling als Methode der Selbstbestimmt-Leben-Bewegung geht davon aus, dass Beratungsbeziehungen dann besonders gut funktionieren, wenn die Beraterin* eine Person ist, "die einen ähnlichen Erfahrungshintergrund im Sinne von Diskriminierung aufgrund der eigenen Behinderung*"¹² hat. Leider zeigt unsere Erfahrung, dass es nicht immer möglich ist, Peer-Counseling-Situationen anzubieten. Unser Weg, mit diesem Mangel umzugehen, ist der konsequente Versuch, die fehlende Peer-Komponente durch besondere Aufmerksamkeit für das individuelle Erleben der Klientin* auszugleichen.

>>> Diversität

Gerade wenn es um Grundhaltungen in unserer Beratungsarbeit geht, ist es besonders wichtig zu betonen, dass Frauen* mit Lernschwierigkeiten* keine homogene Gruppe darstellen, über die allgemeingültige Feststellungen getroffen werden sollen oder können. Frauen*, die als Frauen* mit Lernschwierigkeiten* definiert werden, sind so unterschiedlich und vielfältig wie andere Frauen* auch – sei es nun in Hinblick auf die Gender-Definition, auf die Formen des Beziehungs- und/oder Familienlebens, auf Kategorien wie Herkunft oder sogenannte ethnische Zugehörigkeit oder in Hinblick auf die Kategorie *Behinderung**. Im Sinne von praktizierter Intersektionalität ist es für die Beratung unbedingt nötig, solche Kategorien und die damit verbundenen Zuschreibungen und strukturellen Bedingungen mitzudenken. Nur dann kann es gelingen, mit jeder Frau* eine Beratungsbeziehung aufzubauen, in der alle Aspekte ihres individuellen Seins und Erlebens Platz haben können.

>>> Empowerment

Empowerment für Frauen* in unterschiedlichsten Lebenssituationen und mit verschiedensten Hintergründen ist eines der Grundanliegen von feministischer Beratung an sich. Aus der Notwendigkeit von Unterstützung in manchen Belangen ergeben sich für Frauen* mit Lernschwierigkeiten* oft Abhängigkeiten, die in alle Lebensbereiche hineinwirken. Immer

¹² https://www.bizeps.or.at/links.php?nr=60

wieder machen sie die Erfahrung, nicht selbst entscheiden zu dürfen, von wem sie wann welche Unterstützungsleistung benötigen und erhalten wollen.

Empowerment als Grundhaltung in der Beratung für Frauen* mit Lernschwierigkeiten* bedeutet für uns als Beraterinnen* ganz besonders darauf zu achten, nicht in die "Expert*innenfalle" zu geraten. Frauen* mit Lernschwierigkeiten* brauchen keine vorgegebenen Lösungen – genauso wenig wie nichtbehinderte Frauen* diese brauchen. Im Sinn der Empowerment-Grundhaltung gehen wir davon aus, dass erwachsene Frauen* mit Lernschwierigkeiten* in der Lage sind, selbst zu entscheiden, was sie wollen und brauchen, wie sie ihren Alltag gestalten wollen und wie passende Unterstützung aussehen sollte. Die Beratung kann Frauen* helfen, einen Fokus auf die eigenen Wünsche und die eigene Expertise zu legen und Möglichkeiten der Implementierung im oft institutionalisierten Alltag zu erarbeiten.

Hilfreich kann es sein, im Blick zu behalten, wie viel die Frauen* schon bewältigt haben. Die Lebensgeschichten unserer Klientinnen* sind geprägt von Verlusten, Gewalterfahrungen, Abwertungen und Umfeldern, die wenig positive Beziehungserfahrungen bieten. Eine Empowerment-Grundhaltung, orientiert an den Stärken und Kompetenzen und unter Berücksichtigung bereits positiv bewältigter Erlebnisse, kann auch in gegenwärtigen Belastungssituationen wegweisend sein.

>>> Ressourcenorientierung, Interesse und Empathie

In unserer Beratungspraxis mit Frauen* mit Lernschwierigkeiten* erleben wir das Grundprinzip der ressourcenorientierten Arbeit als besonders wertvoll. Frauen* mit Lernschwierigkeiten* sind es gewohnt, über das definiert zu werden, was sie *nicht* können. Dieser Defizitblick prägt häufig auch das Selbstbild der Frauen*.

Demgegenüber steht unsere Erfahrung, dass die meisten Frauen* angesichts vieler belastender Lebenserfahrungen sowie der oft einengend strukturierten Lebensumfelder zahlreiche Ressourcen entwickelt haben, die ein möglichst gutes Zurechtkommen etwa in verschiedenen institutionellen Zusammenhängen und angesichts beständig abwertender Zuschreibungen von außen ermöglichen. Idealerweise gelingt es der Beraterin* und der Klientin* gemeinsam, diese Ressourcen im Verlauf des Beratungsprozesses aufzuspüren und sowohl für das konkrete Thema der jeweiligen Beratung als auch für den sonstigen Alltag der Klientin* nutzbar zu machen.

Eine gute Voraussetzung dafür auf Seiten der Beraterin* ist grundlegende Neugier im Sinn eines tatsächlichen Interesses an der Lebens- und Gedankenwelt der Beratungsklientin*. Kombiniert mit Empathie ermöglicht diese Neugier der Beraterin*, sich so auf der Klientin* einzulassen, dass sich diese wirklich verstanden fühlt.

Sehr wohltuend erleben es viele Klientinnen*, von Seiten der Beraterin* Anerkennung und Lob zu erfahren. Während dies auch für Frauen* ohne Behinderung* gilt, sind Frauen* mit Lernschwierigkeiten* in mehrfacher Weise einem permanenten Defizitblick ausgesetzt, der ihr eigenes Selbstwertgefühl stark in Mitleidenschaft zieht. Ein korrigierender Blick von

außen, der einen Fokus auf das Geleistete und auf die Fähigkeiten der Person setzt, kann nicht nur heilsam sein, sondern auch ein anderes Selbstbild begründen.

Ergänzt werden die bisher genannten Grundhaltungen idealerweise durch die Zuversicht, selbst angesichts anfangs vielleicht schwieriger Kommunikation gemeinsam einen guten Weg finden zu können. Gerade für Frauen*, für die ein defizitorientierter Blick Teil ihres Alltags ist, kann es besonders wirksam sein, in der Beratung zu erleben, dass ihre Gefühle und Gedanken ernstgenommen werden – auch und gerade wenn sie noch gar nicht klar formulierbar sind.

>>> Personzentrierte Grundhaltung

Unsere Beratungsarbeit bei *Kraftwerk* ist von einer personzentrierten Grundhaltung getragen. Ursprünglich vom humanistischen Psychologen und Psychotherapeuten Carl Rogers als psychotherapeutische Fachrichtung begründet, wurde das Konzept des personzentrierten Zugangs in der Folge sowohl von ihm selbst als auch von zahlreichen Mitarbeiter*innen und Nachfolger*innen auf verschiedenste Bereiche der Arbeit und Gesprächsführung mit Personen angewandt. Gerade in der Arbeit mit Menschen mit Lernschwierigkeiten* ist diese Herangehensweise besonders geeignet, da sie Menschen in ihrer Selbstbestimmung stärkt. Das zeigt sich unter anderem darin, dass immer mehr Betreuungseinrichtungen ein personzentriertes Menschenbild in den Mittelpunkt ihrer Leitbilder stellen.

Eine personzentrierte Grundhaltung zeichnet sich durch die drei Komponenten Empathie, Authentizität (Kongruenz) und Beachtung aller für die Person relevanten Aspekte (unbedingt positive Beachtung, Wertschätzung) aus. In einer Beziehung, die von diesen Haltungen geprägt ist, kann sich eine Person sicher und frei äußern. Ohne die Angst vor Bewertung oder Nicht-Entsprechung lernt sie sich selbst besser kennen und verstehen, gewinnt mehr Vertrauen zu sich selbst und wird selbstbewusster und eigenverantwortlicher. Es stellt sich das Gefühl ein, sich dem anzunähern, wie man wirklich ist und zunehmend freier zu werden.

Die Psychotherapeutin und Psychologin Marlies Pörtner hat diesbezüglich einen besonders wertvollen Beitrag geleistet. In mehreren Büchern hat sie sowohl ihre psychotherapeutische Arbeit mit Menschen mit Lernschwierigkeiten* als auch eine Praxis des personenzentrierten Arbeitens in Institutionen für Menschen mit Behinderungen* ausführlich beschrieben. Ihr Buch *Ernstnehmen Zutrauen Verstehen* ist als Grundlagenwerk in diesem Bereich zu sehen und enthält sowohl für die alltägliche Arbeit in Einrichtungen für Menschen mit Lernschwierigkeiten* als auch für die Praxis in Beratung und Psychotherapie viele wertvolle Hinweise. Zur Frage "Was heißt personzentriert arbeiten?" schreibt sie dort:



Personzentriert arbeiten heißt, nicht von Vorstellungen ausgehen, wie Menschen sein sollten, sondern davon, wie sie sind, und von den Möglichkeiten, die sie haben. Personzentriert arbeiten heißt, andere Menschen in ihrer ganz persönlichen Eigenart ernstnehmen, versuchen ihre Ausdrucksweise zu verstehen und sie dabei unterstützen, eigene Wege zu finden, um – innerhalb ihrer begrenzten Möglichkeiten – angemessen mit der Realität umzugehen. (Pörtner 1996: 20)



• • •

Für die Beratungspraxis bedeutet das, nahe beim Erleben des Gegenübers zu bleiben und dessen Bezugsrahmen entsprechend Handlungsmöglichkeiten zu entwickeln.

Ein weiterer wichtiger Aspekt des personzentrierten Zugangs ist die Aktualisierungstendenz. Dieser Begriff bezeichnet nach Carl Rogers "die dem Organismus innewohnende Tendenz zur Entwicklung all seiner Möglichkeiten. Und zwar so, dass sie der Erhaltung oder Förderung des Organismus dienen" (Rogers 2009: 27). Für die Beratungspraxis bedeutet das, sowohl Erhaltungstendenzen mitzutragen als auch Entfaltungstendenzen zu unterstützen. Ist eine Person auf Erhaltung fokussiert, kann diese Tendenz durch häufiges Wiederholen von Handlungsmustern, laufend wiederkehrende Themen und eine gefühlte Stagnation zum Ausdruck kommen. Die auf Entwicklung bzw. Förderung des Organismus gerichtete Aktualisierungstendenz zeigt sich durch Veränderungen aller Art, wie zum Beispiel Kontaktabbrüche, anderes Erscheinungsbild und Auftreten, neue Hobbies u.v.m.

Ein genaueres Eingehen auf diese Themen würde hier den Rahmen sprengen – gerne möchten wir aber neugierig machen und zu einer Auseinandersetzung mit der Literatur von Marlies Pörtner, Carl Rogers und anderen anregen!



5. Beratung für gewaltbetroffene Frauen* mit Lernschwierigkeiten* in der Praxis

Dass sich die psychosoziale Arbeit mit Frauen* mit Lernschwierigkeiten* grundsätzlich nicht von der Arbeit mit nichtbehinderten Frauen* unterscheidet, ist eine Grundannahme, die sich quer durch unsere Arbeit zieht – sowohl durch die praktische Beratungsarbeit als auch durch unsere ständige Reflexion. Da wie dort gelten in der feministischen Arbeit mit gewaltbetroffenen Frauen* dieselben Grundprinzipien und Haltungen.

Gleichzeitig erleben wir in unserem Arbeitsalltag einige Besonderheiten unserer Zielgruppe, wobei sich diese Besonderheiten meist aus der spezifischen Lebenssituation als Frau* mit Behinderung* mit mehr oder weniger Betreuung und/oder Assistenz ergeben. Diese Dynamiken beeinflussen alle Bereiche des täglichen Lebens und damit auch die Beratungssituation. Im folgenden Abschnitt möchten wir darstellen, wie Beraterin* und Klientin* solchen Einflüssen gemeinsam gut begegnen können.

>>> Vertrauen schaffen

Der Zugang von Frauen* mit Lernschwierigkeiten* zu unserem Beratungsangebot erfolgt in den meisten Fällen über die Vermittlung von Personen aus dem Umfeld – Betreuer*innen, Familienmitglieder oder Freund*innen. Dieser Umstand sollte in Erstgesprächssituationen konkret einbezogen werden. In unserer Praxis hat es sich bewährt, ganz direkt anzusprechen, dass es z.B. schon telefonischen Kontakt zwischen der Bezugsperson und der Beraterin* gab und

aus welchen Überlegungen heraus ein Beratungstermin vereinbart wurde. Je offener mit dieser Ausgangssituation umgegangen wird, umso weniger wird sich diese störend auf den Beratungsprozess auswirken.

Für den Beginn des Beratungsverlaufs ist es wesentlich, Vertrauen zu schaffen. Während dies eine Grundlage für gelingende Beratung mit jeder Zielgruppe ist, spielen Vertrauen und Sicherheit im Aufbau der Beratungsbeziehung mit Frauen* mit Lernschwierigkeiten* eine besondere Rolle. Frauen*, die in betreuten Zusammenhängen leben und/oder arbeiten, haben im Lauf ihres Lebens bereits vielfältige Erfahrungen mit "psychosozialem Personal" gemacht und im Zuge dessen Strategien entwickelt, wie mit neuen Vertrauenspersonen am besten umzugehen ist.

Viele Frauen* sind etwa geübt darin, "brav" zu sein und den Rollenerwartungen des jeweiligen Gegenübers möglichst zu entsprechen – nach dem Motto: *Je weniger Ansprüche ich stelle und je folgsamer ich bin, desto eher werden meine Grundbedürfnisse erfüllt.* Diese Frauen* haben wenig Übung darin, eigene Bedürfnisse differenziert wahrzunehmen oder gar einzufordern. Stattdessen versuchen sie oft, die von außen an sie gestellten Anforderungen zu erfüllen. In der Beratungssituation kann sich das etwa so auswirken, dass die Klientin* sich scheinbar mit allen angebotenen Themen und Interventionen wohl fühlt, aber keine wirkliche Vertrauensbeziehung entsteht oder dass Termine immer wieder verschoben oder abgesagt werden.

Andere Frauen* wiederum haben bereits schlechte Erfahrungen mit neuen Bezugspersonen, oft auch speziell mit Psycholog*innen¹³ etc., gemacht und sind im Umgang mit diesen vorsichtig geworden. Nicht selten berichten Klientinnen*, dass psychologisches Fachpersonal die in der Sitzung erhaltenen Informationen an die Institution weitertrug und ihnen daraus Nachteile erwuchsen. Das kann sich in der Beratung in einer verschlossenen und abwartenden Haltung äußern, die wiederum für die Beraterin* verunsichernd sein kann.

Und wieder andere Frauen* haben gelernt, jedes Angebot, das einen "guten Kontakt" verspricht, schnell und bedingungslos anzunehmen – oft um den Preis, dass es ihnen dann nicht mehr gelingt, eigene Grenzen und die Grenzen des Gegenübers wahrzunehmen.

Für den Aufbau einer tragfähigen Beratungsbeziehung ist es vorteilhaft, sich dieser Möglichkeiten bewusst zu sein, und die jeweiligen Verhaltensweisen im richtigen Kontext sehen und verstehen zu können. Wenn das gelingt, können in der Folge eigene Beratungsinterventionen gut darauf abgestimmt werden.

¹³ Frauen* mit Lernschwierigkeiten* müssen im Lauf ihres Lebens immer wieder Untersuchungen und Tests machen, anhand derer dann Diagnosen erstellt werden. Diese sind für sie oft schlecht verständlich oder nachvollziehbar, haben aber einen großen Einfluss auf ihren Alltag. Viele verbinden die Berufsgruppe der Psycholog*innen mit diesen unangenehmen Erfahrungen, sowie mit konkreten Testsituationen, die zumindest implizit oft von Leistungsdruck geprägt sind und von den Frauen* als anstrengend und überfordernd erlebt werden.

>>> Eine gemeinsame Sprache finden

Im Alltag sehen sich Frauen* mit Lernschwierigkeiten* oft damit konfrontiert, dass sie von komplexer Sprache umgeben sind, durchsetzt mit Fremdwörtern und Redewendungen. Daraus kann eine grundlegende Überforderung entstehen, die in Kombination mit dem Wunsch, sich "richtig" und adäquat auszudrücken, manchmal zu einer ungewöhnlichen und vielleicht schwer verständlichen Ausdrucksweise führt. So kommt es etwa immer wieder vor, dass Frauen* mit Lernschwierigkeiten* Redewendungen, Floskeln und Fremdwörter verwenden, die nicht ganz stimmen oder offensichtlich nicht zu den gemeinten Inhalten passen.

Beraterinnen* sind dann gefordert, mit der Klientin* mitzugehen und sich auf ihre Sprache einzustellen oder Korrekturen vorzuschlagen. Das bedeutet in erster Linie, sich genug Zeit zu nehmen, um herauszufinden, was die Klientin* jeweils wirklich meint. Gerade für den Beziehungsaufbau und das empathische Verstehen ist es lohnend, nachzufragen und mit eigenen Formulierungsvorschlägen zu überprüfen, ob das Gesagte richtig verstanden wurde. Es ist besser, mehrmals nachzufragen und das eigene Nicht-Verstehen zu thematisieren, anstatt vorzugeben, den Erzählungen folgen zu können. Unserer Erfahrung nach schätzen die Frauen* diese Vorgangsweise sehr. Aus ihrem Alltag sind sie oft gewohnt, dass Eigentümlichkeiten ihrer Ausdrucksweise übergangen oder als Unsinn abgetan werden.

Grundsätzlich ist es in der Beratung für Frauen* mit Lernschwierigkeiten* wichtig, eine einfache und gut verständliche Sprechweise zu verwenden. Das bedeutet etwa, kurze und klare Sätze zu formulieren, anschaulich und konkret zu sprechen und wichtige Informationen bei Bedarf mehrmals zu wiederholen. Unterschiedliche Formulierungen bringen den Vorteil, dass sie mehrere Möglichkeiten des Verstehens öffnen. Fremdwörter sollten grundsätzlich vermieden und nötige Fachbegriffe gut erklärt werden. Schon zu Beginn anzusprechen, dass die Klientin* jederzeit sagen kann, wenn sie einen Begriff oder eine Formulierung nicht kennt, macht das Nachfragen für die Klientin* leichter. Merkt eine Beraterin* eine Verwirrung oder Unsicherheit, kann sie diese aktiv ansprechen.

Im Schriftbereich wurde in den letzten Jahren in Zusammenarbeit von Menschen mit und ohne Lernschwierigkeiten* das Konzept der *Leichten Sprache* entwickelt. Dabei handelt es sich um eine Schreib- und Ausdrucksweise, die auf komplizierte Satzkonstruktionen und Fremdwörter verzichtet, um die transportierten Inhalte für möglichst viele Zielgruppen verständlich zu machen. Ausführliche Informationen und Beispiele dazu finden sich etwa beim *Netzwerk für Leichte Sprache*¹⁴. Wir empfehlen allen Beraterinnen* die Auseinandersetzung mit diesem Thema. Idealerweise haben Beratungsstellen diverse Publikationen in Leichter Sprache zur Verfügung – eine diesbezügliche Liste mit Empfehlungen findet sich in unserer Online-Sammlung zu Materialien und Links.

In diesem Zusammenhang ist es wichtig, sich bewusst zu machen, dass manche Frauen* mit Lernschwierigkeiten* nicht oder nur wenig lesen und schreiben können. Auch hier muss

¹⁴ http://leichte-sprache.org

ein behutsamer Umgang gefunden werden, um die Beratungsklientin* nicht mit Anforderungen oder Vorschlägen zu überfordern, die außerhalb ihrer Kompetenzen liegen, sie aber gleichzeitig nicht zu unterschätzen. Am einfachsten ist es, direkt zu fragen, wie es um Lese- und Schreibkompetenzen steht und das Beratungsmaterial darauf abzustimmen. Näheres zum Thema ist im Kapitel 7 zu Beratungsmaterialien zu finden.

>>> Zeit nehmen und empathisch Verstehen

Frauen* mit Lernschwierigkeiten* wachsen oft mit der Erfahrung auf, dass die Personen in ihrem Umfeld sich nicht ausreichend Zeit nehmen wollen oder können, um sich auf ihre Kommunikationsweise einzulassen. Gerade im Kontakt mit Psycholog*innen und anderen Fachpersonen erleben sie oft, dass ihnen nur wenig zugetraut wird und nicht genug Zeit und Geduld da ist, um sie wirklich zu verstehen. Dies sind aber besonders dann wichtige Faktoren, wenn es bei den Frauen* Gewalterfahrungen und eventuelle Traumatisierungen gibt.

Frauen*, die zu uns in die Beratung kommen, haben oft wenig Erfahrung im verbalen Austausch über eigene Gefühle und Bedürfnisse. Das kann sich auf konkrete Beratungssituationen etwa so auswirken, dass es der Klientin* schwerfällt, mit der Aufmerksamkeit "da" zu bleiben. Die Beraterin* ist dann gefordert, sich in besonderem Ausmaß auf die Gedankenwege der Klientin* einzulassen. In solchen Situationen kann es förderlich sein, Umwegen wie dem Sprechen über Alltagsbelange oder auch Hobbies in der Beratung Platz zu geben. Gerade solche Nebenerzählungen beinhalten oft wichtige Informationen über die Erlebens- und Gefühlswelt der Klientin*, die wesentlich zur Verbesserung des empathischen Verstehens beitragen können.

>>> Soziales Umfeld in den Blick nehmen

Frauen* mit Lernschwierigkeiten* sind oft in ein dichtes Netz aus Bezugspersonen eingebunden, die auf ihren ganz konkreten Alltag großen Einfluss nehmen. Diese Bezugspersonen können Betreuer*innen im Wohn- und Arbeitsbereich, Sachwalter*innen, Familienangehörige und natürlich auch Lebenspartner*innen, Freund*innen etc. sein.

Zusätzlich zu den konkreten Beratungsanlässen (z.B. Gewalterfahrungen in der Vergangenheit) stehen sie (und auch die Beraterin*) damit vor der Herausforderung, mit vielen und oft widersprüchlichen Einflussnahmen von verschiedenen Seiten umzugehen. Unserer Erfahrung nach erleben es Klientinnen* deshalb als besonders wohltuend, eine vom Alltags-Unterstützungssystem unabhängige Anlaufstelle in Anspruch nehmen zu können. Die Beratung ist ein Ort, wo diese vielfältigen Einflüsse geordnet und besprochen werden können.

Betreuer*innen

Engagierte Betreuungspersonen sind wichtige Verbündete für gewaltbetroffene Frauen* mit Lernschwierigkeiten*. Schon auf organisatorischer Ebene kann es enorm hilfreich sein,

wenn eine Betreuerin* die Beratungsklientin* dabei unterstützt, Beratungstermine wahrzunehmen – etwa durch rechtzeitige Erinnerung an den vereinbarten Termin oder durch Organisation eines Fahrtendienstes.

Aber auch auf inhaltlicher Ebene benötigen gewaltbetroffene Frauen* in ihrem Alltag Bezugspersonen, denen sie vertrauensvoll begegnen können und die gemeinsam mit ihnen Strategien entwickeln, wie sie ihre aktuelle Lebenssituation möglichst gut gestalten können. Für die Beratungssituation bedeutet das, dass es wichtig ist, diese Bezugspersonen in den Blick zu nehmen und mit der Klientin* gemeinsam darüber nachzudenken, wer in welcher Situation eine gute Unterstützung sein kann.

Umgekehrt kann es vorkommen, dass engagierte Betreuer*innen einen inhaltlichen Austausch mit der Beraterin* wünschen – etwa um gemeinsam zu überlegen, wie gute Unterstützung für die betroffene Frau* aussehen kann. In solchen Situationen ist es besonders wichtig, darauf zu achten, dass es nicht zu einem Austausch von "Expert*innen" über die Bedürfnisse der Frau* kommt. Die Beratungsklientin* selbst muss immer im Mittelpunkt aller Entscheidungen und Informationsflüsse stehen – das heißt, ohne Rücksprache mit ihr darf keine Information mit Betreuer*innen ausgetauscht werden. Im Idealfall sollten Gespräche zwischen Beraterin* und Bezugsperson ausschließlich in Anwesenheit der Beratungsklientin* stattfinden.

Familie

Familienmitglieder wie Großmütter, Tanten, Mütter, Geschwister und andere sind in der Unterstützung von Frauen* mit Lernschwierigkeiten* oft sehr engagiert und können wichtige Bezugspersonen sein. So kommt es immer wieder vor, dass Familienmitglieder Frauen* dazu motivieren, in unsere Beratungsstelle zu kommen. Wie in jeder Beratung ist jedoch die Eigenmotivation der Frau* für einen guten Beratungsverlauf unerlässlich. Kommt der Wunsch nach einer Beratung hauptsächlich von außen, wird die Beratung entweder bald zu Ende gehen oder keine echte Beziehung zu Stande kommen.

Unserer Erfahrung nach kann es gerade für sehr engagierte Familienmitglieder schwer sein, in Hinblick auf inhaltliche Informationen zum Beratungsverlauf nicht zu intervenieren oder nachzufragen. Die Gründe dafür sind meist Sorge um die Klientin*, der Wunsch, "vollständigere" Informationen über die Verfassung der Klientin* zu liefern, sowie die eigene Überforderung mit der bestehenden Situation. Im Sinne einer guten Vertrauensbasis und sicheren Beratungsbeziehung ist es wichtig, die Klientin* in solchen Situationen miteinzubeziehen und mit ihr zu besprechen, wie am besten mit den Angehörigen umzugehen sei. In unserer Beratungspraxis hat es sich bewährt, den Familienangehörigen schon beim Erstgespräch und im Beisein der Klientin* mitzuteilen, dass wir über inhaltliche Belange keinerlei Auskunft geben können. Damit sind die Rahmenbedingungen sowohl für die Angehörigen als auch für die Beratungsklientin* klar.

Jedenfalls sollte den Familienangehörigen von gewaltbetroffenen Frauen* mit Lernschwierigkeiten* empfohlen werden, auch für sich selbst Unterstützung zu suchen.

Partner*innen, Freund*innen

Neben dem unterstützenden Umfeld, seien dies nun Betreuer*innen oder Familienmitglieder, spielen im Leben von Frauen* mit Lernschwierigkeiten* natürlich auch Partner*innen und andere nahe Bezugspersonen eine wichtige Rolle. Im Unterschied zu den ersten beiden Gruppen erleben wir von dieser Seite jedoch wesentlich seltener den Versuch, auf die Beratungssituation Einfluss zu nehmen. Es kommt zwar manchmal vor, dass Frauen* fragen, ob sie gemeinsam mit ihrem Partner zu einer Paarberatung kommen können. Da wir aber keine persönliche Beratung für Männer* anbieten, verweisen wir bei solchen Anfragen an andere Stellen, was bisher immer problemlos akzeptiert wurde. Partnerinnen* könnten für eine Paarberatung mit in die Beratung kommen.

Während also Partner*innen und Freund*innen im Unterschied zum unterstützenden Umfeld nur selten versuchen, durch direkte Kontaktaufnahme mit der Beraterin* Einfluss auf das Beratungsgeschehen zu nehmen, spielt deren Meinung im Alltagserleben der Frauen* eine wichtige Rolle. Gerade wenn eine Frau* Gewalt erlebt hat, ist es besonders wichtig, die vorhandene oder fehlende Unterstützung im nahen sozialen Umfeld gemeinsam in den Blick zu nehmen – ganz unabhängig davon, ob die Beratungsklientin* Lernschwierigkeiten* hat oder nicht.

Sachwalter*innen

Sachwalter*innen nehmen im Bezugspersonen-System von Frauen* mit Lernschwierigkeiten* eine Sonderstellung ein. Sie haben einerseits großen Einfluss auf den Alltag der Frauen*, sind aber andererseits für diese oft nur schwer erreichbar und bleiben damit eine unsichere Größe. Unserer Erfahrung nach gibt es hier enorme Unterschiede, was die Vertrauensbasis zwischen Sachwalter*innen und Klient*innen betrifft. Bevor eine Einbeziehung der/des Sachwalter*in überlegt wird, gilt es, mit der betroffenen Frau* zu klären, ob Sicherheit und Vertrauen gegeben sind oder nicht.

Wichtig ist jedenfalls eine genaue Auseinandersetzung mit der aktuellen rechtlichen Lage – Sachwalterschaft bedeutet keinesfalls, dass die damit beauftragten Personen automatisch das Recht auf Information über alle persönlichen Belange der vertretenen Person haben. Im Bereich Sachwalterschaft stehen im Moment grundlegende gesetzliche Neuerungen an. Im April 2017 wurde das neue *Erwachsenenschutz-Gesetz* beschlossen, das im Juli 2018 umgesetzt werden soll. Dazu, wie der Alltag von Personen, die durch das System der Erwachsenenvertretung unterstützt werden, konkret aussehen wird, gibt es noch kein Erfahrungswissen. Wir empfehlen daher eine aktuelle Recherche, etwa bei Vereinen wie dem *VertretungsNetz Sachwalterschaft*¹⁵.

¹⁵ http://www.vertretungsnetz.at/home/

>>> Setting und Rahmenbedingungen

Wege in die Beratung

Wir erleben hier eine große Bandbreite – von Frauen*, die die Terminvereinbarung und Anfahrt zur Beratung alleine bewältigen, über Frauen*, die dies in enger Absprache mit einer Bezugsperson regeln, bis hin zu Frauen*, die zu jedem Beratungstermin von einer Bezugsperson begleitet werden und nur mit dieser gemeinsam Termine etc. vereinbaren möchten. Wie schon weiter oben festgestellt, gilt es jedenfalls, genau darauf zu achten, bei der Vereinbarung des Settings die Anliegen der Beratungsklientin* selbst im Mittelpunkt der Aufmerksamkeit zu behalten.

Termine

Ein deutlicher Unterschied zur Beratung von Frauen* ohne Behinderung* ist der Umstand, dass einige unserer Klientinnen* wesentlich früher zum vereinbarten Termin kommen. Das Eintreffen zwischen 30 Minuten und 1,5 Stunden vor Beratungsbeginn ist nichts Ungewöhnliches. Je nach eigenem Terminkalender ziehen wir als Beraterinnen* die Stunde dann vor oder bleiben bei dem vereinbarten Termin. Klientinnen* versichern uns immer wieder, dass ihnen das Warten nichts ausmacht und sie gerne in der Beratungsstelle sind. Wir verstehen das frühe Eintreffen als Möglichkeit für die Frauen*, sich in einem streng regulierten Alltag Freiräume zu verschaffen und die Ruhe und Zeit für sich alleine zu nutzen – einige Frauen* bringen für die Wartezeit auch eine Jause mit.

Bei der Vereinbarung von Terminen ist erwähnenswert, dass einige Frauen* einen Termin nach der Arbeit in der Tagesstruktur oder Werkstatt bevorzugen und daher erst ab etwa 16 Uhr kommen können. Das kann zum Beispiel damit zusammenhängen, dass sie die Beratung als Privattermin erachten oder in der Arbeit nicht zu viele Fehlstunden haben möchten. Andere Frauen* wiederum bevorzugen frühere Termine. Wir bieten jedenfalls an, bei Terminen während der Arbeitszeit eine Zeitbestätigung für die Arbeitsstätte auszustellen und haben bei der Zusammenarbeit mit Werkstätten großteils positive Erfahrungen gemacht. Vormittagstermine könnten dann von Vorteil sein, wenn eine Frau* Medikamente nimmt und nach dem Mittagessen müde ist. Diese Aspekte können beim Erstgespräch oder im Laufe der Beratung besprochen werden.

Dauer einer Beratungseinheit

Eine Beratungseinheit ist in unserer Beratungsstelle mit 50 Minuten festgelegt. In der Regel ist das auch gut einzuhalten, doch kann es in Einzelfällen zu Abweichungen kommen. So bieten wir auch längere Sitzungen von 1,5 bis 2 Stunden an, wenn Klient*innen z.B. in einer Krisensituation sind, die Anreise mit Fahrtendienst organisieren müssen oder mit großen Abständen in die Beratung kommen. Längere Beratungseinheiten können auch dann angesagt

sein, wenn eine Frau* insgesamt mehr Zeit für Tätigkeiten wie An- und Ausziehen oder Toilettengänge braucht und die Beratungszeit sonst sehr kurz wäre.

Für einige Klientinnen* sind kürzere Beratungseinheiten besser geeignet. Das ist vor allem bei Personen der Fall, für die längere Konzentrationsspannen anstrengend sind und zu inneren Anspannungen führen. Kürzer gewünschte Beratungen könnten aber auch Indiz dafür sein, dass die Frau* selbst wenig motiviert ist und dem Wunsch einer anderen Person Folge leistet. In diesem Fall bewährt es sich, vorerst an der Beziehungsgestaltung zu arbeiten und herauszufinden, was die Anliegen der Frau* sind und ob sie die Beratung für sich selbst nutzen kann. Es kann förderlich sein, den Eindruck der geringen Motivation direkt anzusprechen und die Entscheidung, Beratung weiterhin in Anspruch zu nehmen oder andere ihr wichtige Dinge zu machen, der Klientin* zu überlassen. Frauen* mit Lernschwierigkeiten* sind es oft gewohnt, dass über ihre Zeit verfügt wird und könnten glauben, dass die Beratung ein Pflichttermin ist. Hier ist es wichtig, die Freiwilligkeit des Angebots und ihr Recht auf Selbstbestimmung zu betonen. Beraterinnen* dürfen keine "Aufträge" von anderen als der Beratungsklientin* selbst annehmen. Kann die Beratungsklientin* für sich keine Motivation für die Beratung finden, wird sich das erfahrungsgemäß in häufigen Absagen, Fernbleiben oder der Beendigung äußern.

Absagen

Kurzfristig abgesagte oder ohne Absage entfallene Stunden gehören zum Alltag jeder Beraterin*. Für die Arbeit mit Frauen* mit Lernschwierigkeiten* verdient dieses Thema nochmals verstärkt Aufmerksamkeit. Termine selbst vorzumerken und den Tag so zu gestalten, dass sie eingehalten werden können, ist eine Kompetenz, die viele Frauen* mit Lernschwierigkeiten* in einem institutionalisierten Alltag nicht erlernen konnten. Das bedeutet für die Beratung, dass vor allem Frauen*, die ohne Begleitung in die Beratung kommen, Termine immer wieder nicht wahrnehmen oder kurzfristig absagen.

Es lohnt sich, die Gründe dafür näher zu besprechen und die Frau* in Hinblick auf Verbesserungsmöglichkeiten zu beraten. Gründe könnten zum Beispiel sein, dass der Weg in die Beratung überfordernd ist, die Frequenz zu häufig ist, Wege länger brauchen als angenommen und die Frau* sich schämt, zu spät zu kommen, andere Termine im Moment wichtiger sind, es Schwierigkeiten mit dem Vormerken von Terminen gibt und vieles mehr. Bei einer Klientin* hat sich zum Beispiel die Vereinbarung bewährt, dass sie ihren Kalender mit in die Beratung bringt und die Beraterin* die nächsten Termine direkt dort einträgt.

Eine Terminvereinbarung könnte auch Ausdruck für den Wunsch sein, mit der Beratungsstelle und der Beraterin* in Kontakt zu bleiben und sich so eine Anlaufstelle zu sichern. Absagen könnten dann Ausdruck davon sein, dass es derzeit keine aktuellen Anliegen gibt. Wir haben die Erfahrung gemacht, dass vor allem langjährige Klientinnen*, die immer wieder unterschiedlichste Angebote in Anspruch nehmen, häufig absagen. Mit der Aufrechterhaltung des Angebots ohne Forderung, sich für oder gegen eine Beratung zu entscheiden, möchten wir ein Gegenmodell zu einem streng strukturierten Alltag bieten, in dem immer wieder Sanktionen zum Greifen kommen.

Kosten

Wie bereits ausgeführt, verfügen Frauen* mit Lernschwierigkeiten* in der Regel nur über ein geringes Taschengeld, das sie sich durch ihre Arbeit in Werkstätten erwirtschaften. Finanzielle Angelegenheiten übernehmen häufig Sachwalter*innen, Betreuer*innen oder Angehörige oder sie unterstützen die Frau* bei der Verwaltung ihres Geldes. Für kostenpflichtige Angebote bedeutet das, dass dieses Umfeld mitberücksichtigt werden muss. Klientinnen* müssen Rücksprache halten und sind es oft gewohnt, dass andere über ihre Finanzen verfügen. Das kann die Wahl für kostenpflichtige Angebote deutlich erschweren. Wie auch bei Frauen* ohne Lernschwierigkeiten* kommt außerdem hinzu, dass es oft ein Umdenken erfordert, sich Unterstützung für sich selbst zu leisten.

34 6. Themenbereiche





6. Themenbereiche

Die Themenbereiche, die in der Beratung für gewaltbetroffene Frauen* mit Lernschwierigkeiten* vorkommen, decken sich weitgehend mit den Themen, die auch nichtbehinderte Frauen* in vergleichbaren Beratungssituationen beschäftigen – von Gefühlen wie Ohnmacht, Einsamkeit, Ärger, Wut und Traurigkeit über die Auseinandersetzung mit Bedürfnissen und Ängsten rund um die Themen Beziehung und Sexualität bis hin zu Wünschen nach mehr Selbstbestimmung und Autonomie.

Manche dieser Bereiche können allerdings im Alltag von Frauen* mit Behinderungen* anders oder verstärkt zum Thema werden. Lebens- und Arbeitsbedingungen in Institutionen sowie Dynamiken, die sich aus Unterstützungsbedarf im Alltag ergeben, wirken sich auch auf den Umgang mit verschiedensten Herausforderungen aus und sollten daher in der Beratungspraxis mit Frauen* mit Lernschwierigkeiten* mitberücksichtigt werden.

>>> Gefühle

Frauen* mit Lernschwierigkeiten* sind im Lauf ihres Lebens einer Vielzahl von Situationen ausgesetzt, in denen über sie bestimmt wird, ihnen wenig zugetraut wird und in denen sie gewaltvolle Behandlung erleben. Sowohl im öffentlichen Raum als auch im institutionalisierten Kontext sind sie häufig mit Kränkungen und Abwertungen konfrontiert und machen die Erfahrung, dass ihre Denk- und Redeweise von der Umgebung als zu umständlich, zu langwierig oder schlicht als unverständlich wahrgenommen wird.

Im betreuten Alltag bleibt oft wenig Zeit, den daraus resultierenden Gefühlen nachzuspüren und diese im Austausch mit Bezugspersonen zu reflektieren. Ganz im Gegenteil birgt das Aus-

leben von "unerwünschten" Gefühlen wie etwa Wut und Ärger auch das Risiko, sich bei Betreuungspersonen unbeliebt zu machen und in der selbstbestimmten Alltagsgestaltung noch weiter eingeschränkt zu werden. Eine Klientin* formuliert es so, dass ihr Konsequenzen drohen, wenn sie zu viel Ärger macht. Viele Frauen* haben daher gelernt, diese Gefühle gut unter Kontrolle zu halten oder ganz zu verleugnen. Eine Folge kann sein, dass die Frauen* ihre Wut und Aggression nicht nach außen tragen, sondern stattdessen selbstverletzendes Verhalten entwickeln. Schneiden, Ritzen oder Brennen sowie Selbstmordgedanken sind häufige Themen in unserer Beratungspraxis. Andere Frauen* wiederum reagieren auch auf kleine Reize von außen mit aggressivem und teilweise handgreiflichem Verhalten.

Psychosoziale Beratung kann dabei helfen, auch verwirrenden oder "komplizierten" Gefühlen und Gedankengängen Platz zu geben und diese in einem sicheren Rahmen und mit ausreichend Zeit gemeinsam zu ordnen. Die Beratung bietet eine gute Möglichkeit, Frauen* in ihrer Selbstexploration zu ermutigen und sie dabei zu unterstützen, die Vielfalt ihrer Gefühle kennenzulernen, sie Situationen zuzuordnen, lebensgeschichtlich zu begreifen und einen für sie guten Umgang damit zu finden.

Unsere Erfahrung zeigt, dass vielen Frauen* mit Lernschwierigkeiten* – wie oftmals auch Frauen* ohne Behinderung* – wenige Begriffe für ihre Gefühle zur Verfügung stehen. Es kann hilfreich sein, als Beraterin* Anregungen dafür zu bieten und die Verfassung der Frau* mit einem Gefühl zu bezeichnen. Bereits die Benennung von Gefühlen kann eine wesentliche Erleichterung bringen und ermöglichen, über den Umgang damit nachzudenken und alternative Handlungsmöglichkeiten zu entwickeln.

Hier ein Beispiel aus unserer Beratungspraxis:

Eine 35-jährige Beratungsklientin kam mit dem Anliegen, ihre Gewaltausbrüche in den Griff zu bekommen. Diese äußerten sich darin, dass sie heftig und lautstark fluchte, oft log und mit den Füßen oder ihrem Rollator gegen die Wand oder Möbel trat bzw. fuhr. Wir fanden heraus, dass dies in Situationen eintrat, wenn ihr jemand nicht zuhörte, sie überging oder wenn andere mehr Aufmerksamkeit bekamen als sie. Die Beraterin erfuhr auch, dass die Klientin dann über sich selbst sagte, sie würde lügen, wenn das Gegenüber ihr keinen Glauben schenkte. Sie hatte den Vorwurf der anderen zu einer Aussage über sich selbst gemacht. Lebensgeschichtlich zeigte sich eine Kindheit geprägt von Vernachlässigung, medizinischer Unterversorgung, Gewalt und Alkoholismus der Eltern. In Gesprächen und Rollenspielen lernte die Klientin ihre eigenen Bedürfnisse näher kennen und sich selbst besser verstehen. Sie begann, sich öfters und direkter an Betreuer*innen zu wenden, ihre Bedürfnisse zu artikulieren und Personen auch negative Gefühle mitzuteilen. Sie holte sämtliche Arztbesuche nach, die die Mutter ihr untersagt hatte, bekam einen Rollstuhl bewilligt und begann aktiv, ihre Freizeit und ihr soziales Umfeld zu gestalten. Das Schreien und Fluchen in ihrem Zimmer brauchte sie weiterhin zum Abbau ihrer inneren Anspannungen und konnte dadurch Erleichterung erfahren.

36 6. Themenbereiche

Dieses Beispiel zeigt, dass ein Verständnis für die eigenen Bedürfnisse und Gefühle den Reaktions- und Handlungsspielraum deutlich erweitert.

Um näher auf die Bandbreite von Gefühlen insgesamt einzugehen, hat sich in unserer Praxis der Einsatz von Materialien besonders bewährt. Genaueres dazu gibt es ab S. 54 sowie in unserer Online-Sammlung zu Materialien und Links.

>>> Beziehungen

In Bezug auf Liebe und Partner*innenschaft leben Frauen* mit Lernschwierigkeiten* ebenso vielfältige Realitäten wie nichtbehinderte Frauen* – sie sind in einer fixen Partner*innenschaft oder nicht, sind damit glücklich oder nicht, haben eine*n oder mehrere Partner*innen, wünschen sich andere oder gar keine, sind sehnsüchtig, eifersüchtig oder beides, lassen sich viel zu viel gefallen oder fordern gezielt ein, was sie brauchen.

Wie in anderen Bereichen entstehen aber durch die Notwendigkeit von Unterstützung auch hier Dynamiken, die die oft ohnehin komplizierte Suche nach einem Partner oder einer Partnerin noch weiter erschweren. Vielfältige Abhängigkeiten im Alltag beeinflussen selbstverständlich auch die Gestaltung von nahen sozialen Kontakten. So kommt es immer wieder vor, dass sowohl Betreuer*innen als auch Eltern großen Einfluss auf die persönliche Beziehungsgestaltung von Frauen* mit Lernschwierigkeiten* nehmen. Für die Beratung bedeutet das, besonderes Augenmerk darauf zu legen, was die Anliegen der Klientin* selbst sind, unabhängig davon, was Personen aus dem Betreuungsumfeld und Angehörigenkreis darüber sagen. Dazu möchten wir ein Beispiel aus der Beratungspraxis geben:

Eine 16-jährige Frau mit Lernschwierigkeiten* kam mit ihrer Großmutter, bei der sie wohnte, in die Beratungsstelle. Im gemeinsamen Erstgespräch ergriff hauptsächlich die Großmutter das Wort und schilderte, dass die Enkelin die Grenzen anderer nicht wahren könne. Sie würde anderen Personen zu nahe rücken und dabei immer wieder Gewalt, Ablehnung und Mobbing erfahren. Die Großmutter machte sich große Sorgen, traute der Frau nicht zu, alleine zurecht zu kommen und wollte sie beschützen. Als Folge kontrollierte sie oft ihr Handy und erlegte ihr Ausgehverbote auf. In der anschließenden Einzelberatung mit der Enkelin trat ein Aspekt zu Tage, der in der Schilderung der Großmutter keinen Platz gefunden hatte: das rege Interesse an und die Neugierde der jungen Frau für Sexualität. Das Beratungssetting bot ihr den Raum, risikofrei für Jungs zu schwärmen, von ihren ersten romantischen und sexuellen Erfahrungen zu erzählen und Fragen zu Aufklärung und Körper zu stellen. Darüber hinaus sprachen wir über ihre schmerzhaften Mobbing- und Gewalterfahrungen, wir besprachen Unterschiede zwischen Freund*innenschaften und Liebesbeziehungen und dass es unterschiedliche Formen von Nähe gibt. So beschrieb die Frau, dass sie im Wunsch nach Freund*innenschaft mitunter körperliche Nähe zuließ, ohne sie selbst zu wollen. Wir erarbeiteten Strategien, mit Hilfe derer die Frau ihre eigenen Grenzen besser wahren konnte und besprachen, bei wem ihr Bedürfnis nach Nähe und auch Sexualität gut aufgehoben war.

Dieses Beispiel zeigt, was uns in der Arbeit mit Angehörigen immer wieder begegnet: Mit der Intention, die Betroffene zu schützen, wird das Thema Sexualität grundsätzlich ausgespart. Dabei kommen sowohl Prävention als auch die freudvolle Auseinandersetzung mit der eigenen Sexualität zu kurz.

Im betreuten Alltag kann es sehr schwierig sein, Freiräume zu finden, in denen selbstbestimmte Beziehungsgestaltung möglich ist. Nicht alle Wohngemeinschaften erlauben zum Beispiel gemeinsame Übernachtungen. Je nach Einstellung der Betreuer*innen oder der Trägereinrichtungen kann es auch schwierig sein, als betreute Person ein anderes als heterosexuelles Begehren zu leben. In der Beratungssituation kann gemeinsam überlegt werden, wie persönliche Freiräume dennoch hergestellt werden könnten. Hier kann den eigenen Wünschen und Bedürfnissen nachgespürt werden, und zwar mit der Beraterin* als einer Person, die im Unterschied zu (Bezugs-)Betreuer*innen nicht in das alltägliche Leben involviert ist.

Wenn Frauen* mit Lernschwierigkeiten* (noch) keine Betreuung im Alltag in Anspruch nehmen, kann das für ihren Alltag bedeuten, dass sie besonders abhängig von Unterstützung durch die Herkunftsfamilie oder durch aktuelle Partner*innen sind. Eine Folge kann sein, dass diese Frauen* in Beziehungen bleiben, in denen sie eigentlich nicht sein möchten und wo es ihnen schwerfällt, Grenzen zu setzen und deren Einhaltung zu fordern. Für Frauen*, die schon früher Gewalt erlebt haben, ist es ohnehin meist schwierig, sich aus einer missbräuchlichen Beziehung zu lösen – je mehr persönliche und finanzielle Abhängigkeit dazukommt, umso komplizierter wird dies.

Hier gilt es, gemeinsam zu überlegen, welche Unterstützung nötig ist, um den Alltag unabhängig von missbräuchlichen Personen oder Systemen bewältigen zu können. Wir empfehlen Beraterinnen* in solchen Fällen, sich einen Überblick über spezifische Unterstützungsangebote in der Umgebung zu verschaffen, um im Bedarfsfall gezielt an geeignete Stellen weiterverweisen zu können (in Wien etwa Beratungsstellen wie Zeitlupe – Peer-Beratung für Frauen mit Behinderungen¹6, oder direkt das Beratungszentrum Behindertenhilfe¹7 des Fonds Soziales Wien.

Am anderen Ende des Spektrums stehen aber auch positive Beziehungen, die für Frauen* mit Lernschwierigkeiten* eine besonders wichtige Ressource sein können. Gerade angesichts einer oft als abwertend und feindselig empfundenen Außenwelt ist es für Frauen* mit Lernschwierigkeiten* wertvoll, wenn sie eine Partner*innenschaft leben können, in der sie angenommen werden, wie sie sind. In der Beratung kann in diesem Fall gemeinsam erarbeitet werden, ob und wie diese Ressource genutzt werden kann, um andere Belastungen besser bewältigen zu können.

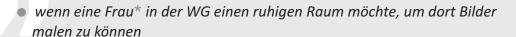
¹⁶ http://www.ninlil.at/zeitlupe/

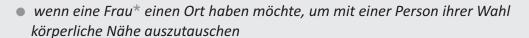
¹⁷ https://www.fsw.at/p/behinderung

>>> Leben in betreuten Zusammenhängen

Für die Beratungssituation ist immer zu bedenken, dass die Betreuungsstrukturen einen großen Einfluss auf die alltäglichen Möglichkeiten haben. Frauen* mit Lernschwierigkeiten* erleben oft, dass Entscheidungen, die sie für ihr Leben treffen oder treffen möchten, nur in Kooperation mit den zuständigen Betreuungspersonen umgesetzt werden können. Wenn also in der Beratung in Richtung Empowerment und Selbstbestimmung gearbeitet wird, sollte auch gemeinsam überlegt werden, wie Wünsche oder Entscheidungen im Alltag umgesetzt werden können. Das beinhaltet die Fragen, wem die Entscheidungen wann wie mitgeteilt werden, mit welchem "Gegenwind" eventuell zu rechnen ist und wer als "Bündnispartner*in" in Frage kommt.

Beispiele für Themen, die mit dem Leben in Betreuung in Zusammenhang stehen, wären etwa:





- wenn eine Frau* eine Beschwerde über einen Arbeitskollegen oder eine Mitbewohnerin einbringen möchte
- wenn eine Frau* durchsetzen möchte, dass sie ihr Zimmer nachts absperren kann, auch wenn das bisher in der WG nicht üblich war
- wenn eine Frau* Unterstützung außerhalb der Beratung und zusätzlich zur bisherigen Betreuung braucht – z.B. zusätzliche Freizeitbegleitung
- wenn eine Frau* eine Freizeitfahrtendienstkarte beantragen möchte, um mobiler zu sein

In manchen Fällen kann es sinnvoll sein, auf Wunsch der Klientin* einen Beratungstermin anzubieten, bei dem eine Bezugsperson (etwa Bezugsbetreuer*in) dazukommt. Entscheidungen, Wünsche und Bedürfnisse können dann gemeinsam besprochen werden, etwa mit dem Ziel, die Bezugsperson als Partner*in für die Umsetzung zu aktivieren.

>>> Leben mit Behinderung*

Der Umgang von Frauen* mit Lernschwierigkeiten* mit ihrer eigenen Lernschwierigkeit* oder Mehrfachbehinderung* umfasst eine große Bandbreite. Einige Frauen* sagen von sich, sie hätten Schwierigkeiten mit Mathematik und Englisch und umschreiben damit, dass die Komplexität der Umwelt sie oft überfordert. Andere sprechen ihre Behinderung* offen an, bewerten sie aber häufig als defizitär. Immer wieder hören wir Sätze wie Ich bin eben so, ich kann ja auch nichts dafür oder Ich kann es halt nicht anders. Mit einigen Frauen* begegnet uns das

Thema ihrer Behinderung* in der Beratungssituation gar nicht. Wieder andere Frauen* formulieren deutlich, was sie können und in welchen Bereichen sie welche Art von Unterstützung benötigen. Dann gibt es wieder Frauen*, die sagen: "Ich bin so, wie ich bin. Für mich ist es normal, ich kenne es nicht anders", die aber trotzdem mit den Anforderungen des sozialen Umfelds zu kämpfen haben, das sich für die Frau* "mehr" wünscht und nicht akzeptieren mag, dass sie zum Beispiel in einer Werkstatt arbeitet.

Oft korreliert das Maß der Akzeptanz der eigenen Behinderung* mit dem Maß, mit dem Familie oder Bezugspersonen der Frau* das Gefühl vermittelten, trotz und mit ihrer Lernschwierigkeit* akzeptiert und wertvoll zu sein. Ein Umfeld, das die Bedürfnisse einer Frau* beachtet und ihr auf sie abgestimmte Entwicklungsmöglichkeiten bietet, ermöglicht es ihr, sich selbst zu kennen und zu beachten. Wir hören viele Lebensgeschichten, in denen die Familie nicht darauf eingeht, dass eine Frau* eine Lernschwierigkeit hat*, sondern die ihr den Eindruck vermittelte, sie wäre ungeschickt, dumm oder insgesamt "falsch". Viele Frauen* identifizieren sich dann mit diesen Zuschreibungen, während sie eigentlich klare Bezeichnungen für ihre Behinderung* und ihre damit zusammenhängenden Bedürfnisse und Eigenschaften benötigen würden. Ist das der Fall, kann die Beratung helfen, zur Sprache zu finden und auszuformulieren, was eine Frau* benötigt.

Es ist beeindruckend, eine Frau* dabei zu begleiten und mitzuerleben, wie sie nach und nach das Selbstbewusstsein entwickelt, ihre behinderungsbedingten Bedürfnisse klar zu formulieren. Im Unterschied zum oben beschriebenen Defizitblick bedeutet das etwa, selbstbewusst nachzufragen, was ein bestimmtes Wort bedeutet, darauf hinzuweisen, dass sie eine Information in anderer Form benötigt oder bei gewissen Tätigkeiten Unterstützung braucht. Im Sinne der Selbstbestimmt Leben-Bewegung wird es für die Frau* möglich, Expertin ihrer selbst zu sein und auch so wahrgenommen zu werden.

>>> Körper und Sexualität

Kinder und Jugendliche, die mit einer Behinderung* aufwachsen, erleben schon früh, dass "Expert*innen" wie etwa Physiotherapeut*innen oder Ärzt*innen über ihren Körper bestimmen. Eine altersadäquate Auseinandersetzung mit ihrem Körper und ihrer Sexualität wird ihnen häufig nicht zugetraut und dadurch erschwert oder überhaupt verunmöglicht. Jugendlichen mit Lernschwierigkeiten* wird Sexualität oft abgesprochen – etwa mit den Worten "Das interessiert sie/ihn doch gar nicht", oder "Er/sie ist doch auf dem Stand eines 5-Jährigen, da ist Sexualität kein Thema". Aufklärung und/oder Sexualität werden kaum thematisiert. Der Grund dafür ist oft die Scheu von Angehörigen und Betreuungspersonen, sich mit dem Thema Sexualität zu befassen sowie große Unsicherheit, wie die "Aufklärung" gut umgesetzt werden kann.

Im Unterschied zu Jugendlichen ohne Behinderung* wiederum haben Jugendliche mit Behinderung* wesentlich weniger unkontrollierte Freiräume und damit auch weniger Möglichkeiten, sich selbst an entsprechendes Wissen heranzutasten und erste Erfahrungen zu sam-

meln. All das führt dazu, dass viele Erwachsene mit Lernschwierigkeiten* nur sehr lückenhaftes Wissen über ihren Körper und über Sexualität haben. Diese Lücken müssen gerade in Hinblick auf Gewaltprävention dringend geschlossen werden.

Die Vorstellung, viele Menschen mit Lernschwierigkeiten* würden sich nicht für Sexualität interessieren, ist nicht nur falsch, sondern aus gewaltpräventiver Sicht auch gefährlich. Ebenso falsch ist die umgekehrte Klischeevorstellung, nach der Erwachsene mit Lernschwierigkeiten* ihre Sexualität "triebgesteuert" ausleben würden und keine Möglichkeit hätten, einen für sie selbst und für ihre Beziehungspartner*innen passenden Umgang zu finden. Mangelnde Auseinandersetzung mit den Themen Sexualität und Grenzen – mit eigenen Grenzen sowie mit denen von anderen – führt jedoch zu Problemen und erhöht das Risiko, von Gewalt betroffen zu werden.

Ein Beispiel aus unserer Beratungspraxis ist eine etwa 45-jährige Frau, die seit einiger Zeit eine Beziehung zu einem Mann hat und mit diesem nun auch sexuell aktiv werden will. Sie wurde von der Bezugsbetreuerin in unsere Beratung vermittelt, da sich in Gesprächen zwischen den beiden herausgestellt hatte, dass die Frau noch nie Informationen über Sexualität bekommen hatte. In der Beratung konnte sie sich anhand von Bildmaterial, anatomischen Puppen und Literatur in Leichter Sprache ausführlich mit dem Thema auseinandersetzen und in der Folge auch für sich selbst bestimmen, wie sie ihre Sexualität leben wollte.

Ein im institutionalisierten Alltag häufiges Thema ist der Mangel an Räumlichkeiten, an denen Menschen mit Lernschwierigkeiten* ihre Sexualität ausleben können. Hier gibt es je nach WG oder Tagesstruktur große Unterschiede. Einige Wohneinrichtungen lassen es ihren Bewohner*innen offen, auswärts zu übernachten oder jemanden bei sich übernachten zu lassen, andere haben bestimmte Bettzeiten und erlauben keine Übernachtungen. In solchen Fällen weichen Paare mitunter auf Tageswerkstätten aus, um Zärtlichkeiten auszutauschen, doch auch dort ist es meistens untersagt. In der Beratung kann es dann zum Beispiel darum gehen, das Bedürfnis nach einem Ort für Sexualität an zu äußern und zu überprüfen, ob und wo sich Vorgaben abändern lassen.

Auch in der Beratung von Frauen*, die sexualisierte Gewalt erlebt haben, wird die grundsätzliche Auseinandersetzung mit Sexualität oft Thema – vielen Frauen* geht es neben der Bearbeitung der erlebten Gewalt auch darum, nachzuspüren, wie selbstbestimmte Sexualität für sie aussehen kann und was sie sich diesbezüglich wünschen. Dabei kann der Einsatz von Materialien in Leichter Sprache, die sich gezielt an Erwachsene mit Lernschwierigkeiten* richten, sehr nützlich sein. Tipps und Empfehlungen dazu finden sich in unserer Online-Sammlung zu Materialien und Links.

Als Beraterin* lohnt sich ein genaues Nachfragen, welche Bedeutung eine Klientin* bestimmten Begriffen zuschreibt. In der Bemühung, sich sprachlich anzupassen, verwenden Klientinnen* oft gängige Begriffe wie Sex oder miteinander schlafen und benennen damit ihre

Handlungen. Konkret können diese Handlungen aber von dem abweichen, was üblicherweise mit diesen Begriffen benannt wird. So könnte eine Frau* damit zum Beispiel Aktivitäten wie Küssen oder Kuscheln meinen. Diese eventuelle Divergenz im Kopf zu behalten und bei Bedarf nachzufragen, was genau eine Klientin* meint, kann in Beratungsgesprächen zu größerem Verständnis führen.

Inzwischen gibt es gerade für erwachsene Menschen mit Lernschwierigkeiten* eine ganze Reihe von Angeboten, die eine Beschäftigung mit der eigenen Sexualität ermöglichen. Die Bandbreite reicht von sexualpädagogischen Workshops, die direkt in den Einrichtungen angeboten werden, über themenspezifische Einzelberatung bis hin zu Angeboten wie Sexualbegleitung und Sexualassistenz. Auch in den Institutionen, die betreutes Wohnen und Arbeiten für Menschen mit Lernschwierigkeiten* anbieten, setzt sich ein konstruktiver und offener Umgang mit dem Thema Sexualität immer mehr durch.

>>> Erfahrungen mit Gewalt und sexualisierter Gewalt

Frauen* mit Behinderungen* sind im Vergleich zu nichtbehinderten Frauen* deutlich häufiger von Gewalt betroffen. Eine großangelegte Studie zur Lebenssituation von Frauen* mit Behinderungen* in Deutschland, die im Jahr 2013 herausgegeben wurde, kommt unter anderem zu folgendem Ergebnis:



Frauen mit Behinderungen und Beeinträchtigungen waren im Lebensverlauf allen Formen von Gewalt deutlich häufiger ausgesetzt als Frauen im Bevölkerungsdurchschnitt. Auffällig sind die hohen Belastungen insbesondere durch sexuelle Gewalt in Kindheit und Jugend sowie im Erwachsenenleben (Schröttle, Hornberg 2013: 264).



Eine Ursache für die hohe Gewaltbetroffenheit von Frauen* mit Behinderung* dürfte darin liegen, dass Frauen*, die im Alltag Unterstützung brauchen, in hohem Maß von struktureller Gewalt betroffen sind. Obwohl es nicht zuletzt auch in der UN-Konvention über die Rechte von Menschen mit Behinderungen* klar festgehalten ist, dass Menschen mit Behinderungen* das Recht auf gleichberechtigte Teilhabe in allen Lebensbereichen besitzen, ist die Lebensrealität vieler Menschen mit Behinderung* davon noch weit entfernt. Das hohe Ausmaß an erlebter Gewalt ist als direkte Folge davon zu sehen. Strukturelle Gewalt begünstigt jede andere Form von Gewalt.

Darüber hinaus sind Frauen* mit Behinderung* ebenso wie nichtbehinderte Frauen* von den patriarchalen Machtstrukturen betroffen, die unsere Gesellschaft prägen. Für Frauen* mit Lernschwierigkeiten* ist es manchmal besonders schwierig, sich aus Gewaltbeziehungen zu lösen. Zu den komplizierten Dynamiken, die Gewaltbeziehungen ohnehin prägen, kommt für sie oft noch eine Abhängigkeit in Bezug auf Unterstützung bei Alltagsabläufen hinzu. Für die Beratung bedeutet dies unserer Erfahrung nach vor allem, dass es wichtig ist, einen sicheren Rahmen zu schaffen, in dem mit viel Geduld an Ressourcen gearbeitet und über mögliche

42 6. Themenbereiche

Unterstützungspersonen nachgedacht werden kann. Diese Prozesse dauern eventuell länger als in der Beratung von nichtbehinderten Frauen*, unterscheiden sich aber inhaltlich bzw. in der Herangehensweise nicht wesentlich.

Die hohe Betroffenheitsrate bei Frauen* mit Lernschwierigkeiten* in Hinblick auf sexualisierte Gewalt ist in engem Zusammenhang damit zu sehen, dass Sexualität von Menschen mit Lernschwierigkeiten* immer noch ein Tabuthema ist, das im betreuten Alltag oft zu wenig Platz hat. Wie oben beschrieben, kommt noch dazu, dass das Wissen um Aufklärung und Sexualität im Durchschnitt geringer ist als bei nichtbehinderten Frauen*. Für die Beratung von gewaltbetroffenen Frauen* mit Lernschwierigkeiten* bedeutet dies, dass es schwierig sein kann, dieses Thema überhaupt zu besprechen. Oft muss erst eine Sprache für Körperliches und Sexualität gefunden werden und es kann lange dauern, bis eine Beratungsklientin* genug Vertrauen gefasst hat, um über erlebte Gewalt zu sprechen. Daher kann es in der Beratung von Frauen* mit Lernschwierigkeit erforderlich sein, Basiswissen zu Themen wie Körper, Sexualität, Verhütung oder Gewalt zu vermitteln. Das Wissen um den eigenen Körper und die eigenen Grenzen ist auch die beste Prävention gegen sexualisierte Gewalt. Frauen*, die wissen, wie Geschlechtsverkehr abläuft, ob, wie und mit wem sie ihre Sexualität ausleben wollen, was sie nicht möchten und welche Formen von sexualisierter Gewalt es gibt, sind für bedrohliche Situationen besser vorbereitet. Bedauerlicherweise werden Frauen* mit Lernschwierigkeiten* aber oft erst dann über diese Themen informiert, wenn sie sexualisierte Gewalt erlebt haben.

Viele Frauen* mit Lernschwierigkeiten*, die in den letzten Jahren unser Beratungsangebot in Anspruch genommen haben, waren sowohl in ihrer Kindheit als auch im Erwachsenenalter von sexuellen Übergriffen aus ihrem nahen familiären Umfeld (Lebensgefährte der Mutter, Großvater, Vater, Freund der Familie ...) betroffen. Sich aus Gewaltverhältnissen zu lösen kann oft nur gelingen, wenn gleichzeitig der Absprung in ein von der Familie unabhängiges Leben gesichert ist, wie etwa der Umzug in eine WG oder in teilbetreutes Wohnen. Immer wieder erleben wir, dass der Auszug aus dem Elternhaus in eine betreute WG gewaltbetroffene Frauen* erstmals in die Lage bringt, Alternativen zu den bisher erlebten Gewaltverhältnissen kennenzulernen. Mit Unterstützung von Betreuer*innen können sie beginnen, sich aus diesen Verhältnissen zu lösen. Auch für diese Frauen* kann psychosoziale Beratung eine wichtige zusätzliche Stütze sein.

Für Beraterinnen* ist es dabei besonders wichtig zu bedenken, dass Frauen* mit Lernschwierigkeiten* aufgrund der vielfältigen Abhängigkeiten von verschiedensten Formen von sexualisierter Gewalt betroffen sein können. Wie auch bei nichtbehinderten Frauen* sind die Täter*innen oft Personen aus dem nahen sozialen Umfeld, aber manchmal auch Zufallsbekanntschaften.

Beispiele für sexuelle Gewalt, die mit dem Leben in Betreuung in Zusammenhang stehen, können sein:

- Der Fahrtendienstfahrer erzählt der Klientin über Sex mit seiner Frau oder zeigt Videos mit pornographischem Inhalt.
- Der Fahrtendienstfahrer berührt eine Frau im Rollstuhl beim Anlegen der Gurte zwischen den Beinen.
- Ein Kollege in der Werkstatt greift Frauen* immer wieder auf das Gesäß.
- In einer WG ist eine Frau mit einem Mitbewohner befreundet. Er sperrt das Bad zu und es kommt zu sexuellen Handlungen. Die Frau wirkt im Anschluss verstört, kann oder möchte aber den Betreuer*innen nicht erzählen, was vorgefallen ist und sagt, sie braucht keine Unterstützung.
- Eine Frau erzählt, dass ein WG-Mitbewohner immer wieder anzügliche Bemerkungen macht und versucht, sie auf sexualisierte Weise zu berühren. Sie versucht im Alltag, ihm so gut es geht auszuweichen in der gemeinsamen Wohnung ist das aber nur bedingt möglich und auch nachts fühlt sie sich nicht sicher. Versuche seitens der Betreuer*innen, auf den Mitbewohner einzuwirken, waren bisher erfolglos. Da es aber zu keinen "Gewalt-Übergriffen" gekommen ist, zögert die WG-Leitung, weitere Schritte (etwa Auszug des Mannes aus der WG) zu unternehmen.

Die Erfahrung zeigt, dass Betreuer*innen, die mit gewaltbetroffenen Frauen* arbeiten, auch selbst mit den Dynamiken in Kontakt kommen, die in Gewaltbeziehungen wirken. Beispiele dafür sind Ohnmacht, Sprachlosigkeit, Unsicherheit oder ein vages Gefühl, dass etwas nicht ganz stimmt. Wir empfehlen Betreuer*innen daher, selbst Unterstützung in Anspruch zu nehmen, um handlungsfähiger zu werden. Möglichkeiten dafür sind etwa Intervision, Team- und Einzelsupervision oder auch Beratung bei Beratungsstellen, die auf die Themen Gewalt in Institutionen und/oder sexualisierte Gewalt spezialisiert sind.

>>> Autonomie und Abgrenzung

In der Beratung von Frauen* mit Lernschwierigkeiten* kommt der Beschäftigung mit den Bedürfnissen nach Autonomie und Abgrenzung besondere Bedeutung zu. Mit Autonomie ist gemeint, innerhalb des benötigten Unterstützungssystems so viel wie möglich mitbestimmen und entscheiden zu können. Der Leitsatz der UN-Konvention über die Rechte von Menschen mit Behinderung* und der Selbstbestimmt-Leben-Bewegung Nichts über uns ohne uns dient uns dabei als Grundprinzip (siehe Seite 16 und 21). Wir möchten Frauen* darin unterstützen, genauer hinzusehen, wo Unterstützung nötig ist, was sie selbst wie tun können und wo sie sich gegen Erwartungen und Forderungen anderer abgrenzen möchten.

Marlis Pörtner weist darauf hin, dass Autonomie von Betreuungspersonen oft als "Selbständigkeit" und "bestimmte Verrichtungen selber erledigen" können missverstanden und ein-

gefordert wird, aber selten danach gefragt wird, was die betroffene Person selbst will (Pörtner 1996: 66–67). Pörtner fordert Stützen für selbständiges Handeln, die dort Hilfestellung geben, wo es nötig ist, anstatt Personen mit Aufgaben entweder allein zu lassen oder ihnen nichts zuzutrauen und sie ihnen ganz abzunehmen (Pörtner 1996: 72).

Die Beratungsstelle ist ein geeigneter Ort, um Wege zu mehr Autonomie und Selbstwirksamkeit zu erarbeiten. Das bedeutet nicht automatisch, aus Unterstützungsstrukturen auszusteigen, sondern genauer hinzusehen, was die Klientin* belastet und gemeinsam Wege zu finden, was sie machen oder unterlassen könnte. Diese Differenzierung führt auch weg vom Selbstbild, ausgeliefert zu sein, ständig zu versagen und nichts alleine zu schaffen.

Häufige Themen sind zum Beispiel Streit mit oder Übergriffe durch Kolleg*innen in der WG und in der Werkstatt, Unzufriedenheit mit Betreuer*innen oder Sachwalter*innen, belastende Vorschriften, Gefühl der Bevormundung durch Angehörige, Angst vor Fahrtendienstfahrer*innen, Überforderungen z.B. mit Tätigkeiten im Haushalt etc. In diesen Fällen erarbeiten wir mit den Frauen* Möglichkeiten, wie sie Gefühle der Ohnmacht und des Ausgeliefertseins verringern und in der jeweiligen Situation selbstbestimmter agieren können – sei es, indem sie alternative Reaktionsweisen ausprobieren, sich an jemanden wenden, eine Meldung machen oder aus der Situation gehen.

Zwei Beispiele zum Thema Autonomie und Abgrenzung aus unserer Beratungspraxis sind:

In der Werkstatt wird regelmäßig in der gesamten Gruppe ferngesehen. Eine Klientin möchte das nicht, die Filme erlebt sie auch als belastend. Wir besprechen, mit wem sie darüber reden kann und welche Alternative es für sie gibt. Sie beginnt, sich nach Rücksprache mit ihrem Betreuer auf das Sofa in den Ruheraum zu legen, während die anderen fernsehen. Nicht automatisch dem vorgeschriebenen Programm zu folgen, sondern zu sagen, dass sie etwas nicht möchte, gibt der Frau das Gefühl, mitbestimmen und sich freier entscheiden zu können.

Einer 21-jährigen Frau, die ohne Betreuung alleine lebt, wird von ihrer Mutter immer wieder angedroht, dass sie eine Betreuerin und einen Sachwalter zugewiesen bekommt, wenn sie gewisse Anforderungen nicht erfüllt. Gleichzeitig ist die Klientin auf die Hilfe der Mutter angewiesen. Wir erarbeiten in der Beratung, in welchen Bereichen sie genau Unterstützung benötigt (Einkaufen, Kochen, Finanzen). Die Beraterin informiert sie, dass sie das Ausmaß und die Bereiche einer eventuellen Sachwalterschaft selbst bestimmen kann und eine Betreuung auch als Hilfe zur Selbsthilfe verstanden werden kann. Langsam verändert sich ihr Bild, dass sie nur dann selbständig sein kann, wenn sie weder betreut noch besachwaltet ist.

Diese Beispiele zeigen, wie mehr Autonomie auch innerhalb bestehender Strukturen umgesetzt werden kann und dass gerade das Eingeständnis, etwas nicht zu können, zu mehr Freiheit führen kann.

Handelt es sich um strukturelle Bedingungen, die die Frau* belasten, könnte es hilfreich sein, die Rechte von Menschen mit Behinderung* im Sinne der UN-Behindertenrechtskonvention zu betonen. Viele Frauen* in unserer Beratungspraxis wissen nicht Bescheid darüber. Kann eine Frau* lesen und hat Interesse daran, kann sie eine Beraterin* auf die UN-Behindertenrechtskonvention in Leichter Sprache¹ hinweisen oder ihr ein ausgedrucktes Exemplar mitgeben. Von großem Interesse sind in Hinsicht auf die UN-Behindertenrechtskonvention und deren Umsetzung in Österreich auch die Tagungen des Monitoringausschusses, bei der über den Stand der Implementierung berichtet wird. Viele Menschen mit Behinderung* nutzen diese Veranstaltung, um öffentlich auf ihre Anliegen hinzuweisen, sich auszutauschen und Informationen einzuholen. Das Wissen, ein gesetzlich verankertes Recht auf gute Behandlung, Meinungsfreiheit, Entwicklungsmöglichkeit, Barrierefreiheit, Teilhabe u.v.m. zu haben, kann einer Frau* mit Lernschwierigkeiten helfen, ihre Position besser zu behaupten und mit mehr Selbstbewusstsein aufzutreten.

Für die Stärkung der eigenen Position kann auch Vernetzung und Weiterbildung von großer Bedeutung sein. Es gibt eine Reihe an Beratungsstellen und Vereinen, die spezifische Angebote zur Verfügung stellen und Veranstaltungen anbieten. Für eine Beraterin* ist es lohnend, einige davon zu kennen und bei Bedarf weiterzuvermitteln. Dazu gehören in Wien etwa Zeitlupe – Peer-Beratung für Frauen mit Behinderungen¹⁹, BIZEPS – Zentrum für selbstbestimmtes Leben²⁰, Selbstvertretungszentrum Wien²¹, Beratungszentrum Behindertenhilfe²² des Fonds Soziales Wien oder biv – die akademie für integrative Bildung²³ u.a. Vor allem bei Themen wie Selbstbestimmt Leben, Persönliche Assistenz (dzt. nur für Menschen mit körperlicher oder Sinnes-Behinderung* verfügbar), betreutem Wohnen, WG-, Wohnungs- oder Werkstattwechsel, Sachwalterschaft, Freizeitgestaltung, Kursangeboten und vielem mehr können Frauen* dort Informationen und Beratung bekommen.

¹⁸ https://www.behindertenarbeit.at/wp-content/uploads/UN-Behindertenrechtskonvention-LL.pdf

¹⁹ http://www.ninlil.at/zeitlupe/

²⁰ https://www.bizeps.or.at/

²¹ http://www.svz.wien/

²² https://www.fsw.at/p/behinderung

²³ https://www.biv-integrativ.at/



7. Vielfalt an Materialien, Methoden und Interventionen

Wir haben in der Praxis gute Erfahrung damit gemacht, Klientinnen* eine Vielfalt an Ausdrucksmitteln und Methoden zur Verfügung zu stellen – also z.B. in der Beratung auch Methoden einzusetzen, bei denen es nicht um *reden* und *erklären* geht. So werden auch schwierige oder noch nicht im Bewusstsein befindliche Themen zugänglicher. Das Angebot ermöglicht es den Klientinnen* außerdem, Neues auszuprobieren und ihre eigene spezielle Ausdrucksform zu finden.

Einige dieser Methoden und Interventionen sowie eine Reihe von Materialien, mit denen wir in unserer Praxis gute Erfahrungen gemacht haben, wollen wir hier vorstellen. Diese Auflistung ist keinesfalls umfassend – gut einsetzbar sind immer vor allem jene Methoden, die sowohl der Beraterin* als auch der Klientin* entsprechen.

>>> Kreativität und Ausdruck

In der Arbeit mit Frauen* mit Lernschwierigkeiten* kann es lohnend sein, kreative Medien wie Malen, Collagen, Schreiben oder Fotos und Videos zum Einsatz zu bringen. Damit können sich Frauen* als aktiv gestaltend erleben und diese Erfahrung durch das gemeinsame Reflektieren darüber in ihren Selbsterfahrungsprozess integrieren. Insgesamt bringt kreatives Arbeiten Freude, Entspannung und Anregung und stärkt das Selbstbewusstsein.

Malen und Gestalten

Kreative und die Phantasie anregende Ausdrucksmittel wie Malen und Gestalten oder Arbeiten mit Knetmasse oder Ton können eine gute Möglichkeit sein, Zugang zum eigenen Erleben und zum eigenen Ausdruck zu finden. Eine Stärke dieser Methode ist die Möglichkeit des nonverbalen Ausdrucks von Gefühlen, Empfindungen und Erinnerungen. Darüber hinaus können kreative Zugänge auch die wichtige Erfahrung bringen, selbst etwas Stärkendes und Kraft Bringendes zu schaffen. Inneren Bildern eine äußere Form zu verleihen kann das Gefühl der Selbstwirksamkeit, des Selbstvertrauens und der Individualität stärken. Für Frauen* mit Lernschwierigkeiten* ist das eine besonders wichtige Erfahrung.

In unseren Beratungen hat sich gezeigt, dass selbst Frauen*, die anfänglich Scheu haben, kreativ tätig zu werden, nach einiger Zeit sehr bestimmt zu gewissen Farben oder Materialien greifen. Ein Vorschlag für den Einstieg könnte sein, das Nicht-Wollen oder Nicht-Können zum Ausdruck zu bringen. Auch das Anfertigen von Collagen ist eine sanftere Form, sich der eigenen Kreativität zu nähern, bei der es darum geht, Ansprechendes zusammenzutragen und selbst zu gestalten. Mit der Zeit machen die Frauen* die Erfahrung, dass es weder ein Richtig noch ein Falsch gibt und sie nichts können müssen. Der einzige Richtwert ist die eigene Vorstellung. Damit wird auch der bei Frauen* mit Lernschwierigkeiten* oft stark ausgeprägte Wunsch nach Normalität und Entsprechung relativiert und die individuelle Ausdrucksfähigkeit betont.

Mögliche Motive für Malen und Gestalten könnten sein:

- die momentane Stimmungslage
- Wünsche und Sehnsüchte
- ein Selbstbild
- ressourcenorientierte Bilder wie "Krafttiere" oder ein innerer sicherer Ort
- negative Gefühle wie Wut können in Form eines "Wutbildes" oder durch "Einhauen" auf Ton zum Ausdruck kommen
- beliebt sind auch bildhafte Gegenüberstellungen von Pro und Kontra, um in schwierigen Entscheidungssituationen unterschiedliche Aspekte und Ambivalenzen zu veranschaulichen

Kreative Ausdrucksmittel können natürlich auch prozesshaft und über mehrere Stunden hinweg eingesetzt werden.

So fügte zum Beispiel eine Klientin im Laufe mehrerer Beratungsstunden einem ursprünglich dunklen und düsteren Bild, das ihre innere Erfahrungswelt abbildete, nach und nach helle, aufheiternde Elemente hinzu.

Damit die Klientin* das kreativ zum Ausdruck Gebrachte besser verstehen und gut in das eigene Selbsterleben integrieren kann, hilft ein gemeinsames Reflektieren. Die Beraterin* kann

•

zum Beispiel nachfragen, was gewisse Elemente bedeuten, auf Farben, Formen und ihre Anordnung auf dem Papier eingehen, die eigene Wahrnehmung mitteilen oder eventuell Zusammenhänge mit lebensgeschichtlichen Erfahrungen der Klientin* herstellen.

Fotos, Videos und Körperschema

Eindrückliche Erfahrungen haben wir mit Fotos und Videoaufnahmen gemacht. Im Rahmen von Übungen, in denen der Zusammenhang zwischen Mimik, Körperhaltung und innerer Einstellung herausgearbeitet wird, zeigt sich, wie schwer es vielen Frauen* fällt, ein "inneres Nein" auch körperlich zum Ausdruck zu bringen. Die Übereinstimmung von Gefühlen und Ausdruck ist oft nur schwer umsetzbar. Daher sind Fotos von sich selbst mit verschiedenen Gefühlsausdrücken oder vom eigenen "Ja-Gesicht" und "Nein-Gesicht" bei der Arbeit zu den Themen Gefühlen und Grenzen sehr wirksam.

Videos von sich selbst vertiefen die Selbstexploration nochmals weiter. Eine Frau sieht und hört sich selbst, ihren Gang, ihre Stimme, ihre Ausstrahlung. Sie bekommt die Möglichkeit, sich von außen zu betrachten: So schaue ich aus, so hört sich meine Stimme an. Sie kann sich ihr eigenes Urteil über sich bilden, die innere Selbstwahrnehmung mit dem äußeren Bild in Übereinstimmung bringen. Sie entscheidet selbst, was ihr an sich gefällt und was nicht. Diese Erfahrung kann ein wichtiger Empowerment-Schritt sein.

Ähnliche Selbsterfahrungen können Frauen* mit einem sogenannten Körperschema machen. Dafür legt sich eine Frau* in bequemer Haltung auf einen großen festen Papierbogen und die Beraterin* zeichnet ihre Umrisse nach, wobei das Körperschema umso beeindruckender ist, je präziser Details wie Finger, Haare oder Kleidung abgebildet sind. Danach wird das Bild ausgeschnitten und aufgehängt. Für viele Frauen* ist es ein einprägsames Erlebnis, "sich selbst" gegenüberzustehen, die eigene Größe und Form zu sehen.

Das Körperschema kann auf verschiedene Arten ausgestaltet werden. Ein Beispiel dafür ist Biographiearbeit, um die eigene Lebensgeschichte darzustellen. Dabei können die Beine für die eigenen Wurzeln, der Bauchbereich für Schwieriges, der Herzbereich für Bedeutsames und der Kopfbereich für Träume und Zukünftiges stehen. Von der Klientin* mitgebrachte Fotos, Bilder oder Texte, die auf das Körperschema aufgeklebt werden, machen es noch persönlicher (vgl. Czarski 1999: 57–60).

Phantasiereisen und Märchen

Es gibt eine Vielzahl von Büchern mit Phantasiereisen. Bei der Arbeit mit Frauen* mit Lernschwierigkeiten* ist darauf zu achten, leicht verständliche Texte zu verwenden. Das bedeutet, kurze Sätze in Leichter Sprache, keine Fremdwörter, wenige Relativsätze. Wer schon etwas Erfahrung mit Phantasiereisen hat, kann auch eigene Imaginationen anleiten und die Klientin* einladen, ihrer Vorstellungskraft zu folgen. Wir haben die Erfahrung gemacht, dass viele Frauen* eine Phantasiereise auch dann genießen und Bilder mitnehmen, wenn sie ihr mit geöffneten Augen lauschen.

Wir bekommen von unseren Klientinnen* oftmals die Rückmeldung, dass Phantasiereisen für sie ein ganz besonderes Erlebnis sind. Für die Zeit des Vorlesens können sie entspannen, innere Bilder entstehen lassen und in ihrer Welt der Imagination herumreisen. Sie müssen sich nicht mit den Anforderungen des Alltags auseinandersetzen und können ihre Probleme beiseitelassen. Die Imagination bietet ihnen einen Raum der Freiheit und Autonomie.

Hier ein Beispiel aus unserer Praxis:

Eine Klientin berichtete in der Beratung davon, dass ihr Ex-Freund sie hinter ihrem Rücken verleumdete und Unwahrheiten über die Art ihrer Beziehung erzählte. Der Ex-Freund und dessen aggressives Verhalten war schon oftmals Thema in der Beratung gewesen. In dieser Sitzung erwies sich eine Imaginationsübung eines sicheren Ortes als heilsam, in der sich die Klientin eine schützende Glaskugel vorstellte. Die Klientin stattete das Innere der Kugel mit einem bunten Garten aus, in dem sie Blumen goss, während sie den Ex-Freund außerhalb der Kugel zwar sah, aber nicht hören konnte. Sie schien Freude daran zu haben, sich selbst geschützt und den Ex-Freund ohne Zutrittsmöglichkeit zu wissen.

Dieses Beispiel macht deutlich, dass Imaginationsübungen nicht nur zur Entspannung, sondern auch zur inneren Stärkung genutzt werden können.

In der Arbeit mit traumatisierten Frauen* stellen Übungen wie der innere Ort der Geborgenheit, innere hilfreiche Wesen, die Tresorübung, der innere Garten (Reddemann 2016, 57–67) oder das Krafttier (Berg 2013: 35–39) eine gute Stütze für innere Stabilität dar, bevor schmerzhafte Erfahrungen besprochen werden. Als gut umsetzbar hat sich erwiesen, schwierige Themen mit einer Phantasiereise oder Imagination einzuleiten und darin auftauchende Bilder im Anschluss malen zu lassen oder zu besprechen. Bei Frauen* mit traumatischen Erfahrungen ist allerdings darauf zu achten, sie nicht zu überfordern und es ihnen selbst zu überlassen, inwieweit sie in die Entspannung gehen möchten bzw. inwieweit ihnen Entspannung möglich ist.

Ein guter Einstieg in schwer zugängliche Themen könnte auch der Einsatz von Märchen sein, wenn eine Frau* sich dafür begeistern kann. Ein Lieblingsmärchen kann auf wesentliche Grundthemen einer Frau* hinweisen und diese eröffnen. Oft ist es für Frauen* leichter, unter Bezugnahme auf eine andere Erzählung über ihre eigenen Erfahrungen zu sprechen. Die Schweizer Psychologin Verena Kast, die sich in vielen ihrer Bücher mit dem therapeutischen Einsatz von Märchen befasst, formuliert es so:

Konflikte, die wir nicht wirklich ins Wort fassen können, die uns oft nur mit Unbehagen erfüllen, können im Symbol eines Märchens ein Bild finden. [...] Dieses Märchenbild kann angeschaut werden. Es ist unser Bild und ist auch nicht unser Bild, und das gibt uns oft die nötige Distanz, um mit unserem Problem, das sich in diesem Bild ausdrückt, umzugehen. (Kast 2016:12)

Anhand einer externen Geschichte können Geschehnisse und Gefühle besprochen, Parallelen zum eigenen Leben aufgezeigt und alternative Handlungsmöglichkeiten überlegt werden. Die Frau* entscheidet selbst, wie persönlich es wird. Die Identifikation mit den verschiedenen Märchenfiguren macht es außerdem möglich, in eine andere Rolle hineinzuschlüpfen, andere Verhaltensweisen auszuprobieren und eventuell Zugang zu eigenen unterschiedlichen Persönlichkeitsanteilen zu finden. Eine weitere entgegenkommende Eigenschaft von Märchen ist, dass sie Lösungspotential in sich tragen. Typischerweise kommt es für die Hauptfiguren nach einem langen und beschwerlichen Weg zu einem guten Ende. Dieser Verlauf kann in der Beratung genutzt werden, um eigene Lösungsmuster zu entwickeln.

Lesen, Schreiben und Bildmaterialien

In der Beratung mit Frauen* mit Lernschwierigkeiten* ist individuell zu erfragen, ob und in welchem Maße Lesen und Schreiben für die Klientin* möglich sind. Es gilt, keine voreiligen Schlüsse zu ziehen oder Verallgemeinerungen zu treffen. Am einfachsten ist es, die Klientin* direkt darauf anzusprechen, wie es um Lese- und Schreibkompetenzen steht, wie sie Informationen vermittelt bekommen möchte und dann das Beratungsmaterial darauf abzustimmen.

Für einige Frauen* mit Lernschwierigkeiten* sind Lesen und Schreiben eine selbstverständliche Alltagskompetenz und der Einsatz von Smartphone und SMS stehen auf der Tagesordnung. Schreiben kann für sie eine gute Möglichkeit sein, Erlebtes zu verarbeiten, tagebuchartige Einträge zu machen oder fiktive Geschichten zu schreiben. Für einige Klientinnen* ist Lesen und Schreiben sogar eine wichtige und selbst erarbeitete Ressource und sie schätzen es, darin erkannt und bestärkt zu werden. Eine lobende Erwähnung dieser Fähigkeiten erleben viele Klientinnen* als aufbauend. In einigen Fällen kann es auch für den Beratungsprozess nützlich sein, wenn Frauen* Dokumentationen erstellen oder erstellen lassen, die im Falle einer etwaigen Anzeige bei Gericht eingebracht werden können. Einer Klientin*, die sich durch häufige SMS eines Ex-Freundes belästigt fühlte, half das Mitdokumentieren zum Beispiel, sich als selbstwirksamer und aktiver zu erleben.

Wieder andere Frauen* können nicht oder nur kaum lesen und schreiben – hier kann es besonders sinnvoll sein, in der Beratung gutes Bildmaterial zur Verfügung zu haben. Gleichzeitig gilt es jedoch darauf zu achten, die Klientinnen* nicht zu unterschätzen. Frauen*, die in Leichter Sprache kommunizieren, machen häufig die Erfahrung, dass sie nicht "für voll genommen" und nicht als erwachsene Frauen* angesprochen werden. Hier ist es für die Beraterin* wichtig, ihr eigenes Handeln laufend zu reflektieren und dabei zu überprüfen, ob bzw. in welchem Ausmaß es ihr gelingt, die Grundhaltungen des Empowerments und der Ressourcenorientierung umzusetzen.

In unserer Online-Sammlung zu Materialien und Links stellen wir eine Reihe von Bildmaterialien zu einer Vielzahl von Themenbereichen vor. Diese Materialien eignen sich zur Thematisierung bestimmter Erlebnisse und damit verbundener Gefühle, Gedanken und Fragen. Als Einstieg in schwierige Themen kann es leichter sein, anhand von Bildmaterial über eine externe Situation zu sprechen als über selbst Erlebtes.

>>> Einsatz von Stofftieren und Puppen

Objekte wie Puppen oder Stofftiere werden von einigen Klientinnen* als förderlich erlebt. Sie können dazu eingesetzt werden, Erlebtem oder Erwünschtem eine Stimme zu verleihen, die Befindlichkeit auszudrücken oder in schwierigen Situationen Trost zu spenden. Nicht selten sind Frauen* mit Lernschwierigkeiten* Stofftiere oder Puppen auch aus dem Privaten vertraut und sie kennen sie als trostspendende und verlässliche Begleiter*innen. Diese Hilfsobjekte können einen stabilen Faktor darstellen, wenn etwa im Betreuungssystem viele wechselhafte und auch negative Beziehungserfahrungen gemacht wurden. Es lohnt sich, Frauen* darauf anzusprechen und einige Exemplare in der Beratungspraxis zur Verfügung zu haben.

Ein Beispiel für den lohnenden Einsatz von Stofftieren ist eine Klientin von 50 Jahren, die sich in einer der ersten Beratungsstunden Stofftiere auswählte – einen kleinen und einen großen Fuchs. Diese holte sie daraufhin zu Beginn jeder Beratungsstunde zu sich. Während der Beratung nahm sie die Stofftiere immer wieder in die Hand und agierte kleine Szenen aus oder sprach sie direkt an, um Gesagtes zu veranschaulichen. Auf diese Weise behandelte Themen waren zum Beispiel der Wunsch, respektvoll behandelt zu werden oder die Trauer um ein verlorenes Kind.

Auf ähnliche Weise suchte sich eine Klientin von 23 Jahren einen flauschigen Hasen aus, den sie entweder als Kopfkissen verwendete oder zwischendurch fest an sich drückte. Bei ihr ging es unter anderem um Themen wie die Aufarbeitung einer Gewalterfahrung und dem starken Wunsch nach Geborgenheit und Sicherheit.

Stofftiere und Puppen können auch gut für Rollenspiele eingesetzt werden – zum Beispiel, um Beziehungsproblematiken und -konstellationen zu veranschaulichen oder schwierige Situationen zu bearbeiten. Klientinnen* suchen sich Figuren aus und weisen ihnen Rollen zu, um etwa Konflikte darzustellen und auszuagieren. Vorwürfe können gemacht, Forderungen gestellt, Wut ausgelassen und Trauer gezeigt werden. Dieses konkrete Ausprobieren ist praxisnah und ermöglicht neue Erfahrungen im Umgang mit Konflikten und angstbesetzten Situationen.

Auch eigene innere Anteile können auf diese Weise anschaulich gemacht und näher exploriert werden.

Ein Beispiel dafür ist eine Klientin, die mit Hilfe von Puppen mehrere innere Persönlichkeitsanteile identifizierte: die Ängstliche, die Brave, die Wütende, die Böse. Die Wütende war unbeherrscht und machte Dinge, die ihr später leidtaten. Die Böse hingegen bezeichnete sie als die, die cool war und sich verbal verteidigen konnte, den anderen die Meinung sagte, ohne sich zu sehr aufzuregen oder wütend zu sein. Es wurde deutlich, dass die Ängstliche alles bestimmte und sich die Böse hauptsächlich in Form der Wütenden zeigte. Für die Klientin wurde der Wunsch deutlich, der Bösen, also der Souveränen und Selbstbestimmten, mehr Raum zu geben.

Wichtig ist bei dem Einsatz von Stofftieren und Puppen, die Klientinnen* als erwachsene Frauen* anzusprechen und gleichzeitig eventuell aufkommende jüngere hilfsbedürftige Anteile und Zustände zu beachten. Es gilt, die Frauen* in ihren kindlichen Bedürfnissen wahrzunehmen und die Ernsthaftigkeit davon zu verstehen, gleichzeitig aber auf das Hier und Jetzt hinzuweisen und den erwachsenen Anteil anzusprechen. Nicht anders als in der Beratung für Frauen* ohne Lernschwierigkeiten* sollte der Fokus auf die Stärkung der erwachsenen Anteile gelegt werden, um die Integration der inneren kindlichen Anteile zu ermöglichen.

>>> Arbeit mit Übergangsobjekten

In der Beratung von Frauen* mit Lernschwierigkeiten* kann es nützlich sein, Übergangsobjekte zum Einsatz zu bringen. Das Konzept des Übergangsobjekts geht auf den englischen Kinderarzt und Psychoanalytiker Donald Winnicott zurück. Es bezeichnet ursprünglich den ersten *Nicht-Ich-Besitz* eines Säuglings, wie Decken oder Stofftiere, der ihm hilft, sich als eigenständiges, nicht mit der Mutter identes Wesen zu begreifen. Das Objekt stellt eine Verbindung zwischen der inneren und der äußeren Welt des Kindes dar und gilt als Symbol für den Übergang von der Mutter zur Welt (Wirtz 2017: 1739).

In der Beratung können Übergangsobjekte dazu dienen, den Frauen* in schwierigen und angstbesetzten Situationen außerhalb der Beratungssituation etwas Unterstützendes in die Hand zu geben. Objekte wie kleine Figuren oder Steine erinnern sie an das in der Beratung Besprochene oder an die wohlwollende und zutrauende Haltung der Beraterin*, sind Symbol für den Übergang von der Sicherheit der Beratungssituation in die Welt. Sie dienen der Stabilisierung und können die Frau* darin bestärken, sich Anforderungen der äußeren Welt zu stellen und innere Zustände der Angst oder Ohnmacht auszuhalten. Damit begünstigen sie die Erfahrung, eine schwierige Situation bewältigt zu haben und fördern das Gefühl der Selbstwirksamkeit.

>>> Rollenspiele

Für die Bearbeitung von Konflikten mit konkreten Personen oder eigenen Persönlichkeitsanteilen bringen wir gerne Rollenspiele zum Einsatz. Monologisch kann eine Klientin* die Möglichkeit ergreifen, einer Person in Form eines leeren Stuhles das zu sagen, was sie sich bisher nie zum Ausdruck zu bringen traute. Das erfordert viel Mut und oft einige Anläufe, da sich schnell strenge innere Anteile zu Wort melden, die es verbieten, Negatives über enge Bezugspersonen zu sagen. Konflikte können auch in Dialogform bearbeitet werden – entweder von der Klientin* alleine, indem sie zwischen Stühlen hin- und herwechselt und damit in die unterschiedlichen Rollen schlüpft – oder mit Hilfe der Beraterin*, die eine der Rollen einnimmt. Es können reale Szenen re-inszeniert und so der Aufarbeitung leichter zugänglich gemacht werden, aber auch korrigierende Erfahrungen zur Verfügung gestellt werden.

Hier ist ein Beispiel für den Einsatz von Rollenspielen aus unserer Beratungspraxis:

Eine Klientin von 35 Jahren ist von einer Mitbewohnerin in der WG stark belastet. Dieser werden ihrer Einschätzung nach von der Bezugsbetreuerin, die für beide Frauen zuständig ist, mehr Rechte zugestanden als ihr. Gleichzeitig wird auf ihren eigenen Unterstützungsbedarf (Wäsche aufhängen, Küchenarbeiten) wenig Rücksicht genommen, und ihre Fertigkeiten als selbstverständlich angesehen. Als Reaktion darauf schreit sie laut, verspottet die Mitbewohnerin oder schlägt sich selbst auf den Kopf. In Rollenspielen mit abwechselnden Rollen probieren wir aus, wie es wäre, der Betreuerin direkt zu sagen, wo sie Unterstützung benötigt und wie wichtig ihr mehr Lob wäre. Es fällt ihr sichtlich schwer, ihre Bedürfnisse auszudrücken. In der Rolle der Betreuerin agiert die Beraterin sehr verständnisvoll und aufbauend und lobt die Klientin dafür, ihre Wünsche direkt auszusprechen. Nach mehreren Sitzungen mit Rollenspielen, in denen Ärger über unterschiedliche Personen zum Ausdruck kommt, fällt es der Klientin in der WG leichter, Konflikte anzusprechen.

Dieses Beispiel zeigt, dass das Ausprobieren alternativer Handlungsweisen in einem geschützten Rahmen das Sprungbrett dafür sein kann, auch im realen Leben neue Schritte zu wagen. Ein wiederholtes Erleben positiver Reaktionen kann korrigierende Erfahrungen bringen.

Sehr wirksam erleben wir es immer wieder, erfundene Szenarien zur Verfügung zu stellen, die zur Aufgabe machen, sich durchzusetzen und auf die eigenen Grenzen zu achten. Zum Beispiel um mehr Taschengeld zu fragen, unangenehme Berührungen abzuwehren, eine Bitte abzuschlagen oder eine Beschwerde vorzubringen. Für einige Frauen* ist es eine spannende Erfahrung, in die Rolle der Betreuerin zu schlüpfen und sich mächtig zu fühlen oder ihre eigenen Interessen oder Grenzen durchzusetzen. Wir empfehlen Beraterinnen*, den Frauen* gegenüber zu betonen, dass es nur ein Spiel ist, die Rolle am Ende deutlich abzulegen, das Spiel zu beenden und sich die Hände zu schütteln. Es kann für Klientinnen* sonst irritierend sein, die freundliche Beraterin* in der Rolle einer strengen Betreuerin* zu erleben.

Für Frauen* mit Gewalterfahrungen ist die sogenannte Stopp-Übung ein wichtiges Instrument präventiver Arbeit. Sie dient dazu, Grenzen spielerisch zu erfahren und aktiv zu setzen. Zwei Personen stehen sich gegenüber. Eine beginnt, auf die andere zuzugehen, die andere bleibt stehen und sagt Stopp, wenn ihre Grenze des eigenen Wohlfühlraums erreicht ist. Diese Übung kann in mehreren Variationen mit unterschiedlichem Fokus durchgespielt werden – kam das Stopp zu früh oder zu spät, war es überzeugend, welchen Einfluss haben Mimik und Lautstärke, was löst es aus, wenn die andere weitergeht? Umgekehrt ist es auch eine wichtige Erfahrung, die Grenzen der anderen zu erkennen und zu beachten.

>>> Körperübungen

Wie auch in der Beratung von nichtbehinderten Frauen*, die sexualisierte Gewalt erfahren haben, ist bei Körperübungen sorgsam vorzugehen und darauf zu achten, die Grenzen der Frauen* zu wahren und sie nicht zu überfordern. Bei Frauen* mit Lernschwierigkeiten* kann nochmals erschwerend hinzukommen, dass sie ein Leben kennen, das stark von Fremdbestimmung geprägt ist. In diesem Umfeld haben sie wenig Möglichkeit, das Bewusstsein auszubilden, dass ihr Körper ihnen gehört und sie selbst darüber bestimmen können. Sind noch dazu Erfahrungen mit Gewalt und/oder sexualisierter Gewalt im Spiel, kann es schwierig sein, dem eigenen Körper wohlwollend zu begegnen und sich auf Übungen einzulassen.

Für jede Beraterin* ist es ein gutes Rüstzeug, einige Basisübungen aus der Traumatherapie zu kennen und zu wissen, wie eine Person im Falle eines Flashbacks oder einer Dissoziation wieder ins Hier und Jetzt zurückgeholt werden kann. Diese Übungen können auch mit Frauen* mit Lernschwierigkeiten* zum Einsatz gebracht werden. In unserer Beratungspraxis kommen Frauen* mit einfachen Körperübungen wie Abklopfen des gesamten Körpers, angefangen mit den Füßen bis hin zum Kopf, gut zurecht. Auch einfache Atemübungen können helfen, in schwierigen Situationen ruhiger zu werden. In unserer Online-Sammlung zu Materialien und Links sind dazu einige Übungen gelistet.

>>> Arbeit mit Gefühlen

Hier beschreiben wir einige Materialien für die Arbeit mit Gefühlen, die sich in unserer Beratungspraxis in der Arbeit mit erwachsenen Frauen* mit Lernschwierigkeiten* gut bewährt haben.

Bücher

Es gibt eine Vielzahl von Kinderbüchern, in denen die unterschiedlichen Arten von Gefühlen thematisiert werden. In der Beratung ist abzuklären, ob für eine Klientin* Material mit kindlichen Darstellungen geeignet ist. Einige Frauen* kennen es nur zu gut, dass sie auf kindliche Weise angesprochen und behandelt werden und lehnen das ab. Für andere wiederum ist genau dieser spielerische Zugang ansprechend. Ist das der Fall, sind diese Bücher gut dafür geeignet, unterschiedliche Gefühle zu besprechen und herauszufinden, in welchen Situationen welche Gefühle auftauchen und wie sie – je nach Anliegen – gefördert, vermindert oder zum Ausdruck gebracht werden können.

Kärtchen

Eine Alternative zu Büchern sind Kärtchen von Menschen mit unterschiedlichen Gefühlsausdrücken. In unserer Beratungsstelle haben wir selbst Bilder zusammengesucht und laminiert. Anhand dieser Kärtchen besprechen wir, wie sich eine Person fühlen kann. Interessant ist es für Frauen* auch, sich selbst auf einem Foto mit einem fröhlichen, ängstlichen, wütenden oder angeekelten Gesichtsausdruck zu sehen (siehe S. 48 Fotos und Videos).

Skills und Notfallkoffer

Für die Arbeit mit starken Gefühlen und Spannungszuständen hat es sich in unserer Beratungspraxis bewährt, Klientinnen* verschiedene *Skills* vorzustellen und gemeinsam zu überlegen, welche für sie geeignet sein könnten. Der Begriff *Skills* kommt aus der Verhaltenstherapie und bezeichnet eine Methode, die in der Arbeit mit Klient*innen mit der Diagnose Borderline entwickelt wurde, um Achtsamkeit, Stresstoleranz und Emotionsregulation zu fördern²⁴. *Skills-Training* ist aber auch für andere Zielgruppen gut anwendbar.

Skills sind zum Beispiel Materialien, welche die fünf Sinne herausfordern und zum Spannungsabbau dienen. Das könnten Eiswürfel, Gummibänder, scharfe Kaugummis, Chilischoten, scharfe Öle zum Riechen sowie Ablenkendes für die Augen und Ohren sein. Auch Methoden zum Wutablassen wie Einschlagen auf ein Polster, Papier zerknüllen oder Schreien sowie Achtsamkeits-, Atem- und Körperübungen sind für diese Arbeit nützlich. Klientinnen* können die von ihnen ausgewählten Skills in Situationen, in denen sie starke Gefühle und Anspannungen erfahren, selbst anwenden und in ihr Verhaltensrepertoire einbauen. Es ist aber auch möglich, sie gleich im Rahmen der Beratung auszuprobieren und damit bestimmte Situationen zu bearbeiten.

Wir ermutigen Klientinnen*, sich einen sogenannten "Notfallkoffer" zusammenzustellen, in dem sich die ausgewählten *Skills*, Krisennummern und eventuell Bedarfsmedikation befinden. In schwierigen Situationen kann die Klientin* auf diesen Notfallkoffer zurückgreifen und damit der eigenen Ohnmacht entgegenwirken.

Zwei Beispiele aus unserer Praxis über den erfolgreichen Einsatz von *Skills* und anderen Methoden sind:

Eine Klientin kam mit dem Wunsch, ihre Wutausbrüche in den Griff zu bekommen. Immer wieder war es zu Vorfällen gekommen, bei denen sie auf WG-Betreuerinnen* einschlug oder diese biss. Ihr waren bereits polizeiliche Konsequenzen angedroht worden. Im Gespräch konnten wir herausfinden, in welchen Situationen sie wütend wurde. Ihre Wut galt bestimmten Personen, die ihr nicht zuhörten, keinen Glauben schenkten oder sich über ihre Wünsche hinwegsetzten. Wir erarbeiteten Möglichkeiten, ihre Wut ohne Gewaltübergriffe zum Ausdruck zu bringen, sich in der Situation abzugrenzen und ihre Wünsche an anderer Stelle zu deponieren. Mit dieser Klientin erwies sich auch ein "Gefühlsbarometer" als praktisch, um die unterschiedlichsten Arten von Gefühlen wie Traurigkeit oder Angst zu erforschen und mit Lebensereignissen zu verbinden. So fanden wir heraus, dass hinter ihren Wutausbrüchen auch Gefühle wie Ohnmacht oder Angst standen. Mit Hilfe von Methoden aus dem "Skills-Training" (Igelball, Wut ausagieren) und von kommunikativen Ansätzen (Bedürfnisse ausdrücken, sich an Betreuer*in ihres Vertrauens wenden) gelang es der Klientin schließlich sehr gut, ihre Wutausbrüche besser zu verstehen und alternative Umgangsformen damit zu finden.

²⁴ http://borderline-plattform.de/index.php/skills

Einer jungen Klientin, die in der Schule Übergriffe durch drei Burschen erfahren hatte, half es, auf Polster und Decken einzuschlagen und dabei ihrer Wut freien Lauf zu lassen. Dadurch erlebte sie das Gefühl, "zurückschlagen" zu können und es gelang ihr, das Ohnmachtsgefühl abzulegen und stattdessen Stärke und Kraft zu erfahren.

Zu beachten ist, dass das Ausagieren von Gefühlen für einige Frauen* bedrohlich sein kann und sie das Besprechen anhand externer Materialien wie Bilder oder Geschichten bevorzugen. In unserer Online-Sammlung stellen wir eine Reihe an Materialien und Links zur Arbeit mit Gefühlen vor.

>>> Materialien zu Sexualität und sexualisierter Gewalt

Mittlerweile gibt es eine Reihe von Informationsmaterialien in Leichter Sprache, die mit Bilddarstellungen und einfachen Texten sexualpädagogische Aufklärung bieten und zum Teil auch schwierige Themen wie sexualisierte Gewalt behandeln. Diese gehen explizit auf die Lebenswelten und die nicht selten auch schmerzhaften Erfahrungen von Frauen* mit Lernschwierigkeiten* ein. Einfache kindliche Darstellungen, wie sie oft in Aufklärungsmaterial für Kinder und Jugendliche zu finden sind, sind für erwachsene Frauen* mit Lernschwierigkeiten* nur bedingt geeignet. Ganz grundsätzlich sind "Leichte Sprache" und "Kindersprache" nicht gleich zu setzen – und gerade beim Thema Sexualität ist von entscheidender Bedeutung, erwachsenen Menschen mit Lernschwierigkeiten* Materialien an die Hand zu geben, die sich mit erwachsenen Körpern und erwachsener Sexualität auseinandersetzen. In unserer Online-Materialsammlung sind geeignete Materialien aufgelistet.

8. Zum Abschluss 57



8. Zum Abschluss

Dieser Leitfaden hat Ihnen hoffentlich einen guten Überblick über unser Erfahrungswissen aus über 20 Jahren Beratung für gewaltbetroffene Frauen* mit Lernschwierigkeiten* gegeben. Nach einem Überblick über die alltäglichen Lebensbedingungen von Frauen* mit Lernschwierigkeiten* haben wir die Grundprinzipien unserer Beratung dargelegt. Auf dieser Grundlage sind wir im Anschluss ausführlich auf unsere konkrete Beratungspraxis und die häufigsten Themenbereiche eingegangen, um letztlich unsere Erfahrungen im Einsatz verschiedener Materialien, Methoden und Interventionen darzustellen. Wir hoffen, dass die Lektüre dieses Leitfadens erfahrene Beraterinnen* in dem Wissen bestärkt, dass die Grundsätze einer feministischen Gewaltschutzberatung für Frauen* mit Lernschwierigkeiten* sich nicht von denen der Beratung für Frauen* ohne Behinderungen* unterscheiden. Die bereits vorhandenen Kompetenzen und bisher erarbeiteten Erfahrungen können selbstverständlich auch hier gut zum Einsatz gebracht werden. Gleichzeitig hoffen wir, dass Beraterinnen*, die sich bisher unsicher waren, ob sie auch für diese Zielgruppe ein gutes Angebot machen können, im vorliegenden Leitfaden das benötigte Hintergrundwissen finden, um in Zukunft auch Frauen* mit Lernschwierigkeiten* in ihrer Beratung willkommen zu heißen.

Darüber hinaus möchten wir dieses Nachwort aber auch nutzen, um nochmals auf die Wichtigkeit der Möglichkeit von Peerberatung hinzuweisen. Nach dem Grundsatz "Nichts über uns ohne uns" empfehlen wir allen Beratungseinrichtungen, Vernetzung und Zusammenarbeit mit den lokalen Zweigen der Selbstbestimmt Leben-Initiative zu forcieren. Gleichzeitig sollte bei der Erweiterung von Teams darauf geachtet werden, Frauen* mit Behinderung* ganz gezielt als mögliche Beraterinnen* anzusprechen.

© www.ninlil.at

9. Verwendete Literatur

- Berg, Fabienne (2013). Mut, Kraft und Liebe wünsche ich dir. Paderborn, Junfermann Verlag.
- bff: Bundesverband der Frauenberatungsstellen und Frauennotrufe, Frauenhauskoordinierung, Weibernetz (Hrsg.) (2011): *Leitfaden für den Erstkontakt mit gewaltbetroffenen Frauen mit Behinderung*. Verfügbar als Download (pdf).
- Bundesministerium für Arbeit, Soziales und Konsumentenschutz (2011). *UN-Konvention.*Übereinkommen der Vereinten Nationen über die Rechte von Menschen mit

 Behinderungen. Erklärt in Leichter Sprache. Wien, BMASK.
- Bundesministerium für Arbeit, Soziales und Konsumentenschutz (2016). *UN-Behinderten*rechtskonvention. Übereinkommen über die Rechte von Menschen mit Behinderungen und Fakultativprotokoll – Neue deutsche Übersetzung. Wien, BMASK.
- Czarski, Rosemarie u.a. (1999). So seh' ich meine Welt. Frauen mit geistiger Behinderung tauschen sich aus. Marburg, Lebenshilfe-Verlag.
- Kast, Verena (2016). Märchen als Therapie. München, Deutscher Taschenbuch Verlag.
- Ladyfest Innsbruck. Website: https://ladyfest-innsbruck.jimdo.com
- Pörtner, Marlies (1996). Ernstnehmen Zutrauen Verstehen Personzentrierte Haltung im Umgang mit geistig behinderten und pflegebedürftigen Menschen. Stuttgart, Klett-Cotta.
- Reddemann, Luise (2016). Imagination als heilsame Kraft. Stuttgart, Klett-Cotta.
- Rogers, Carl (2009). Eine Theorie der Psychotherapie, der Persönlichkeit und der zwischenmenschlichen Beziehungen. Mit einem Vorwort von Jürgen Kriz. München u.a., Reinhardt Verlag, 2009 (Original 1959).
- Rush, Florence (1985). Das bestgehütete Geheimnis: Sexueller Kindesmissbrauch. Berlin, Sub Rosa.
- Schröttle, Monika und Hornberg, Claudia (2013). *Lebenssituation und Belastungen von Frauen mit Behinderungen und Beeinträchtigungen in Deutschland. Ergebnisse der quantitativen Befragung. Endbericht.* Herausgegeben vom Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend. Verfügbar als Download (pdf).
- Wirtz, Markus Antonius (Hrsg.) (2017). *Dorsch Lexikon der Psychologie*. 178. überarb. Auflage. Bern, Verlag Hans Huber.
- Zemp, Aiha und Pircher, Erika (1996). "Weil das alles weh tut mit Gewalt". Sexuelle Ausbeutung von Mädchen und Frauen mit Behinderung. Wien, Schriftenreihe der Frauenministerin Band 10.

Für den Inhalt verantwortlich



Hauffgasse 3−5, 1110 Wien

01/714 39 39

@ office@ninlil.at

www.ninlil.at

Text: Barbara Zorman, Elisabeth Udl

Elisabeth Buxhofer, Maria Köberl, Marion Maidorfer

Redaktion: Barbara Zorman, Elisabeth Udl

Lektorat: Eva Kuntschner
Grafik: Gisela Scheubmayr
Illustrationen: Margit Krammer

Danke für Anregungen, Inputs, Rückmeldungen und fürs Mitdenken an:

Angela Zwettler, David Haselberger, Elisabeth Löffler, Elisabeth Magdlener, Gabriele Denk, Linda Schüchner, Melanie Zeller, Werner Zorman

© Verein Ninlil, 2017

Ninlil wird finanziert von:









