

## **Gesprächsgruppe für Frauen, denen als Mädchen sexuelle Gewalt widerfahren ist**

*„Es tut gut, einen Raum zu haben, in dem alle wissen, was mir passiert ist, und alle verstehen, was es bedeutet, ohne dass ich viel erklären muss.“*

(Zitat einer Teilnehmerin)

Frauen, die als Kind oder Jugendliche sexuelle Gewalt erlitten haben, fühlen sich oft allein und isoliert. Sie haben den Eindruck, anders zu sein als andere. Probleme, die als Folge der widerfahrenen sexuellen Gewalt auftreten, nehmen viele Betroffene als persönliches Versagen wahr.

Die Gesprächsgruppe gibt ihnen die Möglichkeit, andere Frauen kennen zu lernen, sich auszutauschen und zu erfahren, dass andere Betroffene ähnliche Belastungen erleben.

In der fachlich angeleiteten Gruppe geht es nicht um das Erzählen und Durcharbeiten der sexuellen Gewalterfahrungen. Sie ist kein Ersatz

für eine Therapie, sondern soll im Alltag unterstützend wirken und helfen, eigene Quellen und Kräfte zu finden, sich zu erholen, neue Energien zu schöpfen.

An jedem Abend steht ein von den Teilnehmerinnen gewünschtes Thema im Mittelpunkt. In den bisherigen Gruppen ging es z.B. um Krisenbewältigung, Umgang mit Gefühlen, Beziehung zum Partner / zur Partnerin oder Zukunftspläne.

Die Vermittlung von Informationen über Auswirkungen und Folgen von traumatischen Ereignissen sowie Übungen, die dazu beitragen können, mehr Entspannung und Sicherheit im Leben zu erreichen, sind weitere Inhalte der Gruppe.

Rückmeldungen von Teilnehmerinnen beschreiben die Ziele der Gruppe am besten:

***„Ich habe mich sehr aufgehoben  
geföhlt und das hat mir Mut gemacht,  
von meinen Problemen zu erzählen.“***

***„Durch die Gruppe habe ich  
viele Anregungen für mein Leben  
bekommen.“***



Fachberatungsstelle gegen sexuelle  
Gewalt

Dostojewskistr. 10  
65187 Wiesbaden

Tel: 0611 - 80 86 19

info@wildwasser-wiesbaden.de  
www.wildwasser-wiesbaden.de

Auskunft über den Termin des Beginns der nächsten Gesprächsgruppe erhalten Sie bei Wildwasser Wiesbaden e.V..

Am ersten Abend besteht die Möglichkeit, die anderen Teilnehmerinnen kennen zu lernen. Erst danach entscheiden Sie, ob sie teilnehmen möchten.

**Sie können sich näher informieren und bei Interesse anmelden bei Wildwasser Wiesbaden e.V. unter der Rufnummer:  
0611 - 80 86 19**

Anmeldung und ein Vorgespräch mit einer Mitarbeiterin der Beratungsstelle sind vor Beginn der Gruppe erforderlich.



**Gruppentreffen:**  
Die Gesprächsgruppe umfasst zehn Termine, immer mittwochs von 19.00 – 21.00 Uhr

**Gruppengröße:**  
6 - 10 Frauen

**Teilnahmebeitrag:**  
50,00 – 75,00 Euro je nach Selbsteinschätzung (am zweiten Abend zu bezahlen)

**Ort:**  
Fortbildungszentrum  
Wildwasser Wiesbaden e.V.  
Dostojewskistr. 14  
65187 Wiesbaden

**Anleiterin:**  
Brigitte Weiss  
Diplom-Sozialarbeiterin,  
Mitarbeiterin von Wildwasser  
Wiesbaden e.V.

## **Angeleitete Gesprächsgruppe**

**für Frauen,  
denen als  
Mädchen  
sexuelle Gewalt  
widerfahren ist**

