

Beratungsstelle

Frauen helfen Frauen e. V.

Neben unseren spezifischen Angeboten für Frauen und Mädchen mit Essstörungen richtet sich das Angebot der Beratungsstelle an alle Frauen und Mädchen mit den unterschiedlichsten Anliegen.

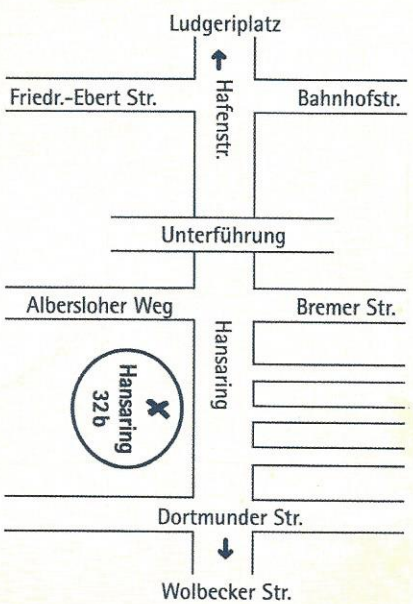
Unsere Schwerpunkte

- Psychische und physische Gewalt
- Sexualisierte Gewalt, Vergewaltigung
- Stalking
- Dissoziative Identitätsstörung
- Persönlichkeitsstörungen
- Essstörungen
- Psychosomatische Störungen
- Ängste, Selbstzweifel, Depressionen
- Ehe- und Partnerschaftskonflikte
- Trennungssituationen
- Akute Krisensituationen

Offene Sprechzeiten

Frauen können mit uns in den Offenen Sprechzeiten einen Termin vereinbaren.

Mo	15 bis 17 Uhr
Di	10 bis 12 Uhr
Mi	10 bis 12 Uhr
Do	16 bis 18 Uhr



Anschrift

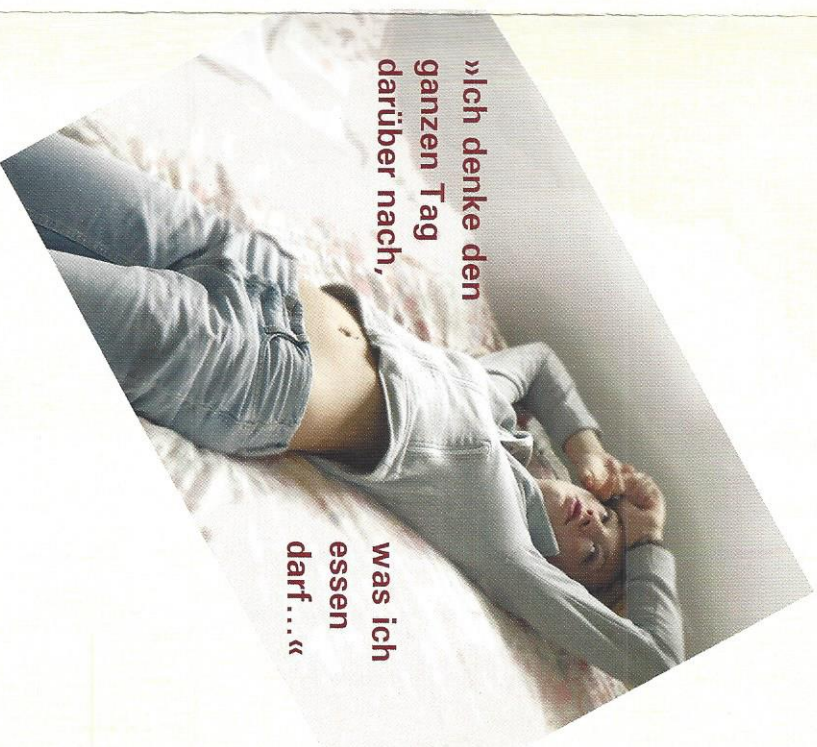
Hansaring 32 b
48155 Münster
Tel: (02 51) 6 76 66
Mail: frauenberatung-muenster@t-online.de
Web: www.frauenhelfenfrauen-ev.de

Bankverbindung

Beratungsstelle Frauen helfen Frauen e. V.
Konto 400 45 86
Sparkasse Münsterland-Ost
BLZ 400 501 50

Wir sind auf kleine und große Spenden angewiesen. Spendenbescheinigungen werden ausgestellt.

Beratung/Therapie für Frauen und Mädchen mit Essstörungen



»Ich denke den
ganzen Tag
darüber nach,

was ich
essen
darf...«



Beratungsstelle
Frauen helfen
Frauen e. V.



Unser Angebot richtet sich an

- Frauen und Mädchen (ab 16 Jahre), die eine Essstörung
 - ◆ Magersucht (Anorexia nervosa)
 - ◆ Ess-Brechsucht (Bulimia nervosa)
 - ◆ Esssucht (Binge eating disorder)
 - ◆ Übergewicht (Psychogene Adipositas)
 - ◆ Mischformen (Atypische Essstörungen)
- entwickelt haben.
- an Partnerinnen und Familienangehörige, Freundinnen und pädagogische Fachkräfte.

Wir bieten an

- Informations- und Orientierungsgespräche
- Krisenintervention
- Beratung
- Einzeltherapie
- Gruppentherapie
- Vorträge und Informationsveranstaltungen
- Fortbildungen

Unser Verständnis von Essstörungen

Wir verstehen Essstörungen als Überlebens- und Bewältigungsstrategie von Frauen und Mädchen auf für sie konflikthafte oder schwierig erlebte Lebenssituationen. Essstörungen sind psychosomatische Erkrankungen mit Suchtcharakter, denen innerfamiliäre und innerpsychische Konflikte wie auch Traumatisierungen zugrunde liegen können.



Ziele unserer therapeutischen Arbeit

Im Mittelpunkt der Therapie stehen:

- Die spezifische Funktion und Symbolik der Essstörung zu erkennen und zu verstehen
- Bedürfnisse und Gefühle wahrzunehmen und auszudrücken
- Schritte zur Bedürfnisbefriedigung – der Stillung des emotionalen Hungers – zu entwickeln
- gesundes Essverhalten zu erlernen
- den Körper wahrzunehmen und anzunehmen
- emotionale und anderweitige Gewaltverfahren zu verarbeiten
- Autonomie und Abgrenzungsfähigkeit zu gewinnen
- ein selbstbestimmtes Leben zu führen

Wir orientieren uns

an einem humanistischen Menschenbild. Unsere beraterische und therapeutische Arbeit ist auf ein persönliches Wachstum ausgerichtet. Wir sehen unsere Aufgabe darin, Frauen und Mädchen, die eine Essstörung entwickelt haben, bei ihren kleinen und großen Schritten auf der Suche nach ihrem eigenen Selbst zu begleiten. Getragen wird unsere Arbeit von dem Respekt vor jeder Frau, ihrer Einzigartigkeit, ihren persönlichen Zielen und ihrer Entwicklung. In der Therapie gewinnen die Frauen und Mädchen wieder Zugang zu ihrer Kraft und erfahren Unterstützung dabei, Verantwortung für ihr eigenes Leben zu übernehmen und nicht länger Opfer gesellschaftlicher, familiärer oder psychischer Strukturen zu bleiben.

Wir sind

- Therapeutinnen mit pädagogischem und sozialwissenschaftlichem Hintergrund und unterschiedlichen therapeutischen Zusatzausbildungen. In die konkrete Beratungs- und Therapiearbeit integrieren wir unterschiedliche Methoden aus
- Gestalttherapie
 - Psychodrama
 - Gesprächspsychotherapie
 - Körperorientierte Verfahren
 - Traumatherapie

