

# Beratung für gewaltbetroffene Frauen mit Lernschwierigkeiten

Nash Bonosevich MSc und Kaja Vozelj MSc

---



# Ninlil



- Beratung  
(für: gewaltbetroffene Frauen mit  
Lernschwierigkeiten, BetreuerInnen,  
Angehörige)
- Seminare
- Frauen-Gruppen
  - Empowerment-Gruppe
  - Kraftgruppe
- Vernetzung
- Ninlil-Tag

„Ein Betreuer will das ich immer auf  
seinem Schoß sitze“

„Ein Betreuer nennt mich Mausi und ich mag das nicht“

„Mein Partner\* In schreit mich an  
und zwingt mich zum Sex.“

Ein Trauma ist ein Erlebnis,  
das so schlimm ist,  
dass ein Mensch es eigentlich  
gar nicht aushalten kann.

Bei einem Trauma  
reagiert der Körper  
ganz von selbst.

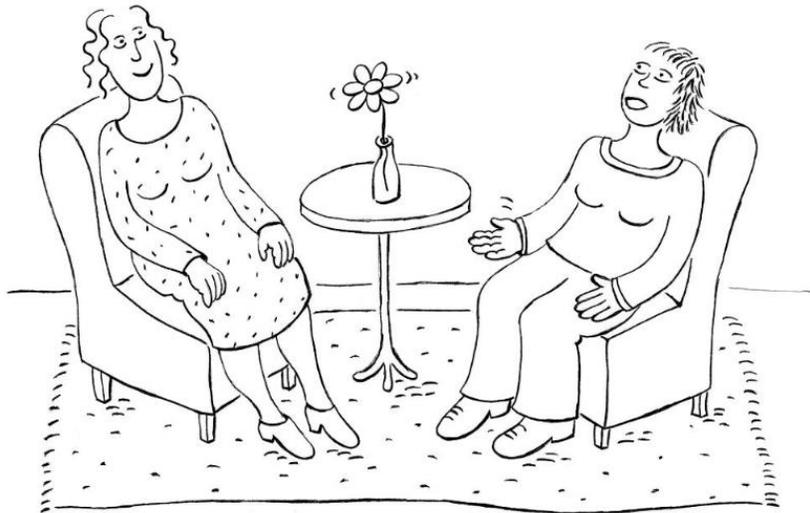
Viele Menschen machen sich  
danach Vorwürfe.

Ein Trauma kann  
noch lange Zeit danach  
Folgen haben.

# Beispiele für Trauma-Folgen:

- Angst
- Traurig Sein
- Wut und Ärger
- Sich schuldig fühlen oder sich schämen
- Körperliche Folgen

# Beispiele aus der Beratung



# Ideen: Was kann ich tun?

## Bewegung



Spazieren gehen.  
 Spazieren fahren.  
 In der Stadt  
 oder in der Natur.



Sport machen.  
 Zum Beispiel: Laufen,  
 Fahrrad-Fahren,  
 Schwimmen, Ballspielen.



Tanzen.

## Kreativität



Ins Tagebuch schreiben.



Singen.  
 Zum Beispiel ein  
 Lieblingslied hören  
 und laut mitsingen.



Basteln.



Malen oder zeichnen.  
 Ausmal-Bilder bemalen,  
 oder eigene Bilder malen.  
 Mit wenigen Farben  
 oder mit sehr vielen Farben.

**Ninlil** Empowerment und Beratung  
für Frauen mit Behinderung



[www.ninlil.at](http://www.ninlil.at)