



## Projektbericht: **Deinem Leben zuliebe**

Im Jahr 2022 konnten wir das bewährte Seminar „Deinem Leben zuliebe – Eine Woche zur Selbststärkung für inhaftierte Frauen“ aufgrund der Unterstützung der Boesken-Stiftung in zwei Durchgängen angeboten.

Hierfür sprach die große Nachfrage und der große Bedarf, Reflektionsräume für Frauen zu schaffen, die von der Inhaftierung betroffen sind. Gerade das Selbstbewusstsein dieser Frauen leidet unter der Inhaftierung. Häufig gehen durch die Inhaftierung Partnerschaften auseinander und Familiensysteme sind besonders gefordert. Schuld und Scham wegen der Straftat belasten das Verhältnis der Frauen zu ihren Kindern, der Familie und der Öffentlichkeit. Oftmals erschweren traumatische Gewalt und Missbrauchserfahrungen sowie andere Beziehungstragödien das Leben der Frauen.



Das Seminar fand vom 25.09.-02.10.2022 statt und wurde von einem multiprofessionellem Team geleitet. An dem Seminar haben insgesamt 12 inhaftierte Frauen teilgenommen. Im Plenum aber auch in zwei festen Kleingruppen wurden Sie von dem Trainer\*innenteam begleitet.

Die Teilnehmerinnen kamen aus den unterschiedlichen Frauenanstalten und wurden homogen in Kleingruppen aufgeteilt. Die Frauen reisten eigenständig aus den jeweiligen Haftanstalten an. Sie waren zwischen 27 und 46 Jahren alt und wegen unterschiedlichster Tatbestände inhaftiert. Von der Konzeption her können die teilnehmenden Frauen ihre Straftat thematisieren – dies ist aber in dem genannten Setting nicht verpflichtend.

Mit Hilfe von unterschiedlichsten Materialien und Methoden, beispielsweise Emotions- und Ressourcenkarten, wurden die Frauen an die Themenbereiche (z.B. Ressourcen, Emotionen, Stärken, individuelle Ziele) herangeführt. Sie erlebten durch die methodischen Zugänge, oft zum ersten Mal, dass auch sie über vielfältige Ressourcen verfügen, welche ihnen in ihrem bisherigen Alltag nicht bewusst waren.



Durch kreative Visualisierung mit abwechselnden Werkstoffen, welche den Frauen zur Verfügung gestellt wurden, konnten Ereignisse versprachlicht und eine individuelle Auseinandersetzung ermöglicht werden (z.B. durch Erstellung eines Körperbildes).

Diese Ergebnisse und Bilanzierungen stehen den Teilnehmerinnen auch nach der Woche zur Selbststärkung weiterhin zur Verfügung. Erarbeitete Materialien können mitgenommen werden und als verdichtete Perspektiven in den Lebenskontext einfließen. Im Seminar konnten die Teilnehmerinnen Erlerntes in Form von praktischen Übungen überführen und diese Übungen trainieren. Diese Übungen sollen es ermöglichen auch im zukünftigen Alltag sich der eigenen Stärken und individuellen Ziele bewusst zu sein und diese in die Lebensplanung zu integrieren.

Erfreulicherweise nahmen zwei Teilnehmerinnen bereits zum zweiten Mal teil und konnten eine adäquate Rückmeldung über die vergangene Zeit nach ihrer ersten Teilnahme geben. In diesen Rückmeldungen wurde die Nachhaltigkeit der Teilnahme deutlich. Herauszuheben ist, dass jede Teilnehmerin mit ihrer Herkunftsgeschichte einmalig und ganz persönlich gesehen und begleitet wird.

Die Angebote wurden in unterschiedlicher Intensität angenommen und in die zukünftige Planung einer jeden Frau übertragen.

Mit Einfühlungsvermögen, Sicherheit und viel Raum für die persönlichen Bedürfnisse konnte die angebotene Woche zu einer Veränderung auf die eigene Sicht der Selbststärkung, Selbstwirksamkeit und der eigenen Individualität, fernab des aktuellen Haftgeschehens, genutzt werden.

Mit Blick auf die Zukunft dieser Seminare für inhaftierte Frauen ist von einer steigenden Nachfrage auszugehen.

Villigst, den 24.11.2022

Jürgen Haas und Stefanie Klein