

Antworten auf häufig gestellte Fragen

Sind Beratung und Training vertraulich?

Ja. Training und Beratung sind vertraulich. Inhalte aus der gemeinsamen Arbeit werden ohne Ihr schriftliches Einverständnis nicht an Dritte weitergegeben.

Ich habe die Empfehlung von meinem/r Rechtsanwält*in oder Bewährungshelfer*in bekommen, einen Trainingskurs zu besuchen. Bin ich bei Ihnen richtig?

Ja. Beim ersten Gespräch können wir klären, welches Angebot für Sie passt. Bringen Sie, wenn vorhanden, Unterlagen von Gericht, Polizei oder der Bewährungshilfe mit.

Wie lange muss ich auf einen Termin warten?

Aktuell können wir kurzfristige Termine für Erstgespräche anbieten. Der Einstieg ins Gruppentraining erfolgt so schnell wie möglich.

Was kostet eine Beratung oder die Teilnahme an einem Training?

Die Beratung ist kostenfrei. Für die Teilnahme am Training zahlen die Teilnehmer je nach Nettoeinkommen ab 5 Euro pro Sitzung.

Ich bin schon in Therapie, kann ich trotzdem zu Ihnen kommen?

Ja, das Gruppentraining kann eine sinnvolle Ergänzung zu einer Psychotherapie sein. Im Erstgespräch können wir gemeinsam überlegen, ob und wann für Sie ein Training der richtige Schritt ist.

In meiner Partnerschaft üben beide Partner*innen Gewalt gegeneinander aus. Was bringt es dann, wenn nur ich an einem Trainingskurs teilnehme?

Durch die Teilnahme an unserem Training haben Sie die Möglichkeit, sich mit ihren eigenen Anteilen an der Partnerschaftsgewalt auseinanderzusetzen. Falls Ihr*e Partner*in auch Beratung oder Training machen möchte, kann er/sie selbst Kontakt zu uns aufnehmen.

Bin ich bei Ihnen richtig, wenn ich keine körperliche Gewalt gegen meine Partner*in ausgeübt habe, sondern ausschließlich verbal eskaliert bin?

Wenn Sie etwas an Ihrem Konfliktverhalten in der Partnerschaft ändern möchten, dann sind Sie bei uns richtig. Wir behandeln im Training alle Formen von Gewalt, insbesondere auch psychische und verbale Gewalthandlungen. Ein gewaltfreier Umgang mit Konflikten und Aggressionen ist zentraler Bestandteil des Trainings.

Bin ich bei Ihnen richtig, wenn ich den Drang habe meine Partner*in ständig zu kontrollieren, ihr Alles vorschreibe oder schnell eifersüchtig werde?

Auch die ständige Kontrolle sozialer Kontakte oder der Finanzen in der Partnerschaft kann Gewalt sein, insbesondere wenn ein Machtgefälle zwischen den Partner*innen besteht. Wenn Sie lernen wollen, besser mit Ihrer Eifersucht oder dem Kontrollbedürfnis umzugehen, sind Sie bei uns richtig.

Wie hoch sind die Erfolgsaussichten, dass mir das Training hilft und ich keine Gewalt mehr ausüben werde?

Die erfolgreiche Teilnahme an einem Einzel- oder Gruppentraining ist keine Garantie für eine gewaltfreie Partnerschaft. Wir erarbeiten im Training alternative Handlungsstrategien für partnerschaftliche Konflikte und lernen emotionale Frühwarnzeichen wahrzunehmen. Außerdem gibt es nach dem Training Nachsorgetermine und die Möglichkeit sich auch nach längerer Zeit zu melden, wenn Bedarf besteht.

Gewalt ist nach unserer Auffassung keine Charaktereigenschaft, sondern eine Frage Ihrer Entscheidung.