

## DER WENDEPUNKT – WAS IST DAS?

Der gemeinnützige Verein **wendepunkt** bietet seit dem Jahr 1992 kostenlose und anonyme Unterstützung für Frauen und ihre Kinder. Unter dem Grundsatz der Verschwiegenheit arbeiten neun Mitarbeiterinnen in den drei Projekten Frauenhaus, Frauenberatung und frauenspezifische Psychotherapie.

Ziele unserer Arbeit sind gerechte Lebensbedingungen für Frauen, die Förderung ganzheitlicher Frauengesundheit, Entwicklung neuer Lebensperspektiven und positiver Selbstbilder von Frauen.

Der Verein finanziert sich über Subventionen von Bund, Land Niederösterreich und Stadt Wiener Neustadt sowie aus privaten Spenden.

**Spendenkonto Nr. 3715, BLZ 20.267**

Spenden an den Verein **wendepunkt** sind steuerlich absetzbar.

### Impressum

Herausgeberin und Redaktion:  
Verein **wendepunkt** (ZVR: 839912584)  
Neunkirchnerstraße 65a  
2700 Wr. Neustadt


## WIE SIE UNS ERREICHEN:


Zur Vereinbarung von Erstgesprächen erreichen Sie uns unter

 **Tel. 02622 / 82 5 96** oder

 [psychotherapie@wendepunkt.or.at](mailto:psychotherapie@wendepunkt.or.at)

zu folgenden Bürozeiten:  
Montag, Dienstag, Donnerstag 9 – 13 Uhr

 Sie finden uns hier:  
Ferdinand-Porsche-Ring 14  
2700 Wr. Neustadt

 oder im Internet:  
[www.wendepunkt.or.at](http://www.wendepunkt.or.at)

Der Verein **wendepunkt** wird gefördert von:

BUNDEKANZLERAMT FRAUEN



WIENER  
NEUSTADT



LICHT INS DÜNKEL

  
wendepunkt  
Psychotherapie

wendepunkt Psychotherapie  
[www.wendepunkt.or.at](http://www.wendepunkt.or.at)

## PSYCHOTHERAPIE IM WENDEPUNKT

Der Verein **wendepunkt** hat sich – neben seiner langjährigen psychosozialen Beratungstätigkeit – zusehends als frauenspezifisch arbeitende Psychotherapieeinrichtung etabliert. Ausgehend von einem Vertrag mit der niederösterreichischen Gebietskrankenkasse aus dem Jahr 2005 arbeiten heute mehrere Psychotherapeutinnen verschiedener Fachrichtungen für den **wendepunkt**.

Unsere Angebote richten sich in erster Linie an Frauen, die sich Psychotherapie in freier Praxis nicht leisten können.

Wir bieten:

- eine begrenzte Anzahl an **kostenlosen Kassenplätzen** („Psychotherapie auf Krankenschein“),
- eine begrenzte Anzahl an **Plätzen zum Sozialtarif** (gestaffelt nach Einkommen) und
- Psychotherapie zum **Normaltarif**.

Mit unserem Angebot an kostenfreien und sozial gestaffelten Therapieplätzen liefern wir einen wesentlichen Beitrag zur Frauengesundheit in der Region Wiener Neustadt.

Alle Psychotherapiesitzungen des **wendepunkts** werden von eingetragenen und frauenspezifisch arbeitenden Psychotherapeutinnen durchgeführt.

## WANN KANN PSYCHOTHERAPIE HILFREICH SEIN?

Es gibt viele verschiedene – dramatische und weniger dramatische – Anlässe, die den Beginn einer Psychotherapie sinnvoll machen. Einige Beispiele sind:

- Krankheit oder Schmerzen trotz organischer Gesundheit,
- rasendes Herzklopfen und Todesangst ohne ersichtlichen Grund,
- der Wunsch, die eigenen Fähigkeiten besser auszuschöpfen,
- Antriebs- und Lustlosigkeit, Erschöpfung oder ständige Überforderung,
- Vereinsamung,
- belastende Umbruchsituationen (z. B. schwere Krankheit, Tod, Trennung, Unfälle),
- Selbstmordgedanken,
- stark belastende Beziehungen,
- Süchte (nach Alkohol, Drogen, Essen, Hunger, Liebe, Spielen),
- Probleme mit der Sexualität,
- gravierende Schwierigkeiten mit der Kindererziehung.

Wichtige Voraussetzung für eine Psychotherapie ist der Wunsch, etwas zu verändern. Zentral ist außerdem die grundsätzliche Bereitschaft, sich mit den eigenen Gefühlen bzw. mit dem eigenen Erleben zu beschäftigen und sich dabei unterstützen zu lassen.

Eine Altersbeschränkung gibt es nicht: Psychotherapie kann in jedem Alter hilfreich sein.

## WAS IST „FRAUENSPEZIFISCHE“ PSYCHOTHERAPIE?

Der Begriff der „frauenspezifischen Psychotherapie“ bezieht seine Grundlage aus der Vorstellung, dass jede Form der Psychotherapie in einem kulturellen, historischen und gesellschaftspolitischen Kontext gesehen werden kann.

In Verbindung mit der politischen Frauenbewegung in den USA der 1970-iger Jahre wurden gängige Therapieformen als für Frauen nicht zielführend bzw. kontraproduktiv erkannt. Die Pionierinnen der frauenspezifischen Psychotherapie entwickelten ein Modell, das die besondere gesellschaftliche Situation von Frauen mit einbezieht.

In diesem Modell geht es um ein erweitertes Verständnis von psychischen Problemen: Frauen werden verstärkt in ihrer besonderen Lebenssituation betrachtet, die sich durch

- eine nach wie vor geschlechtsspezifische Sozialisation,
- soziale und ökonomische Benachteiligung,
- häufig vorhandene Mehrfachbelastung durch Familie und Beruf,
- fehlende sexuelle Selbstbestimmung sowie
- sexualisierte Gewalt gegen Frauen und Mädchen auszeichnet.

Traumata, gravierende Spuren und Wunden im psychischen Erleben werden von der frauenspezifischen Psychotherapie nicht als rein innerpsychische Konflikte gesehen, sondern als verstehbare Reaktionen auf unerträgliche Lebensumstände. Die Gesellschaft wird in die Verantwortung für seelische Verletzungen bei Frauen genommen.