

## Erreichbarkeit für Klient\*innen auch im Lockdown gewährleistet

Das ebz konnte auch während des Lockdowns im März/April 2020 beraten, zumeist telefonisch, per Video oder auch per Mail – und in der TelefonSeelsorge® zusätzlich per Chat. In



©istock.com/Kzenon

der Schwangerschaftskonfliktberatung war die persönliche Beratung durchgehend möglich.

Allen wurde ein hohes Maß an Flexibilität abverlangt, z.B. sich rasch in die Handhabung von Videoberatungstools oder Corona spezifischen Fragen von Ratsuchenden einzuarbeiten. Bei all den Maßnahmen leiteten uns zwei Ziele: Das Beratungsangebot weitestgehend aufrecht zu erhalten und den bestmöglichen Schutz vor Ansteckung von Mitarbeitenden und Klient\*innen zu gewährleisten.

Das ist uns bisher gut gelungen und wir freuen uns, dass wir inzwischen viele Beratungen wieder Face-to-Face durchführen und unsere Präventions- und Gruppenangebote hochfahren können.

Die Erfahrungen, die wir in den letzten Monaten mit digitalen Kommunikationsformen gemacht haben, wollen wir auch in Zukunft nutzen. Viele Klient\*innen haben die Beratung per Video oder Telefon in der Zeit des Lockdowns sehr geschätzt.

**Sabine Simon**

Leitung Schwangerschaftsberatung

## Wie Sie die Arbeit des ebz unterstützen können

Das ebz bietet Ratsuchenden kompetente Hilfe an und erarbeitet Lösungen mit ihnen. Ein großer Teil der Kosten für diese Arbeit wird durch kirchliche, kommunale und staatliche Mittel finanziert. Diese Gelder reichen aber für die Sicherstellung des Beratungsangebots nicht aus. Mit Ihrer Spende können Sie das vielfältige Beratungsangebot unterstützen.

**Spendenkonto:** Evang. Bank eG  
IBAN: DE84 5206 0410 0003 4020 29

## Schule in Zeiten von Corona

Stress und Leistungsdruck sind nicht erst seit Beginn der Corona-Pandemie Themen, die uns im Zusammenhang mit Schule beschäftigen. Wie wirken sich aber die plötzlich massiv geforderte Selbständigkeit der Kinder in Bezug auf die Lernorganisation und Wissensaneignung darauf aus? Welche Folgen ergeben sich diesbezüglich aus Maskenpflicht, Mindestabstand und der Beschränkung jedweder außerregulären



©istock.com/Kalim

Unterrichtsformen (Ausflüge etc.)? Schüler\*innen, Eltern und Lehrkräften wird eine enorme Anpassung an sich immer wieder verändernde Bedingungen abverlangt. Um diese nicht alleine meistern zu müssen, stehen Ihnen auf Anfrage die Psycholog\*innen der PIBS beratend, unterstützend und stärkend zur Seite.

**Mehr zum Thema Stress und Schule finden Sie in unserem Radiointerview:**

<http://lora924.de/?p=51236>

**Katharina Obwald**  
PIBS



Evangelisches  
Beratungszentrum  
München e.V.

## Digitales Vorbild – TelefonSeelsorge® verzeichnet 50% Zuwachs

Während manche Arbeitsbereiche in Kirche und Diakonie zeitweise ihre Arbeit sogar ganz einstellen mussten, erlebte die TelefonSeelsorge® einen, in ihrer über sechzig-jährigen Geschichte, noch nie erlebten Ansturm.

Mütter im Homeoffice und mit Schulkindern suchten sich Unterstützung, Selbständige redeten sich ihre Existenzängste von der Seele, Menschen, die sowieso schon an sozialer Isolation litten, waren durch die Regeln des Social Distancing nun noch einsamer und brauchten Gesprächspartner.

Wo die Beratungs- und Seelsorgeangebote von Angesicht zu Angesicht wegen der Notwendigkeit des Abstandhaltens nicht verfügbar waren, erwies sich die gute alte TelefonSeelsorge® als Retterin in der Not. Es ist dem enormen Einsatz der über 100 Ehrenamtlichen der Evangelischen TelefonSeelsorge® im ebz zu verdanken, dass hier in der akuten Krisenzeit die Zahl der Telefongespräche, der Chats und Mails um 50% gesteigert werden

konnte. Bundesweit war eine Steigerung der Anrufversuche, Chatanfragen und Mails in der Zeit des Lockdowns um ca. 20% zu beobachten.

Angesichts dieser Krise hat es sich als sehr weitsichtig erwiesen, dass die Evangelische TelefonSeelsorge® im ebz schon vor 10 Jahren entschied, das telefonische um das digitale Seelsorgeangebot per Chat und Mail zu ergänzen. Vor allem bei den unter 30-jährigen entspricht das Chatten eher ihren Kommunikationsgewohnheiten. Seit drei Jahren gehört die Chatseelsorge zur Ausbildung der Telefonseelsorger\*innen dazu.

So zeigt die Coronakrise, dass Investitionen in digitale Seelsorgeformen Investitionen in die Zukunft einer Kirche sind, die sich als „Kirche für andere“ versteht. Die TelefonSeelsorge® hat dafür bereits die nötige Infrastruktur und Erfahrung.

**Norbert Ellinger**

Leitung TelefonSeelsorge®

## Mailseelsorge 2020

„Hallo Adrian\*, es antwortet dir Mia\* von der Telefonseelsorge. Es ist gut, dass du schreibst, und ich danke dir für dein Vertrauen ... Ja, alles was lebt muss irgendwann sterben, wir alle müssen einmal sterben. Es erschreckt dich, das so klar zu erkennen ... Vielleicht magst du mir schreiben, wie es Dir in der Zwischenzeit ergangen ist und ob wir gemeinsam Antworten auf deine Fragen finden. Ich bin für dich da.“ So die Antwort einer unserer Mailseelsorger\*innen auf die Erstanfrage eines 14jährigen. Auch in diesem Jahr konnten wir wieder fünf Ehrenamtliche für die Mailseelsorge gewinnen. Im Februar fand dazu gemeinsam mit Ehrenamtlichen der katholischen Telefonseelsorge® Mün-



©istock.com/shironosov

chen eine Einführung statt. Aktuell sind 18 Ehrenamtliche der Evangelischen Telefonseelsorge® München im bundesweiten Team der Mailseelsorger\*innen aktiv.

*\*Name bzw. Pseudonym geändert*

**Martha Eber**  
Telefonseelsorge®

## Das ebz in Ramersdorf füllt sich mit Leben!

Seit Juni 2020 haben vier ebz-Beratungsangebote in der Echardingerstraße 63 ihre Arbeit aufgenommen.

In den neuen Räumlichkeiten sind 14 Fachkräfte für die Nöte und Sorgen der Klient\*innen da. Mit modernen, videofähigen Arbeitsplätzen ausgestattet ist das Team in der Lage, Klient\*innen in Zeiten von Kontaktbeschränkungen bei Bedarf auch auf Distanz umfangreich zu beraten.

Der neue ebz-Standort im Münchner Osten lockt mit seiner günstigen Lage direkt an der U-Bahn-Haltestelle „Innsbrucker Ring“ und einem umfangreichen Beratungsangebot für (fast) alle Themen des Lebens! Klient\*innen profitieren nicht nur von den Synergieeffekten innerhalb des Hauses sondern auch von den abteilungsübergreifenden Projekten wie z.B. KIB-Kursen.



© ebz Beratungsraum Ramersdorf

Neben der Beratungsarbeiten werden die Kontakte zu Kooperationspartnern ausgebaut. Wir machen uns im Stadtteil bekannt und lernen die anderen Einrichtungen im neuen Umfeld besser kennen. Bei den bereits angelaufenen Kooperationsgesprächen entstehen derzeit zahlreiche Ideen für eine Zusammenarbeit.

Das ebz in Ramersdorf wächst zusammen und blickt optimistisch in die Zukunft mit all ihren Herausforderungen.

**Anatol Tissen, Linde Leschinski,  
Katharina Obwald, Ines Wittig**  
ebz in Ramersdorf

### Impressum

Evangelisches Beratungszentrum München e.V.  
Landwehrstr. 15/Rgb., 80336 München  
Tel.: 089-59048 0  
www.ebz-muenchen.de

### Vorstand

Christine le Coultre

### Redaktion

Christine le Coultre  
Marion Weber-Zubeidat  
**Gestaltung und Druck**  
dialog – büro  
für kommunikation

Evangelisches  
Beratungszentrum  
München e.V.

## Klient\*innen seit einem dreiviertel Jahr im Corona-Ausnahmestand

Corona war besonders im Frühjahr bei den Ratsuchenden fast immer ein Thema und oft sogar Grund für die Vorsprache. In der Schwangerschaftskonfliktberatung wurde zunehmend ein Schwangerschaftsabbruch auch deshalb in Betracht gezogen, weil die berufliche und finanzielle Zukunft wegen Arbeitsplatzverlust oder anhaltender Kurzarbeit als sehr schlecht beurteilt wurde.

Neben den Sorgen um sich selbst sorgen sich Schwangere um ihr ungeborenes Kind bei einer möglichen Infektion. Mütter mussten mit irritierenden bis sehr belastenden Geburtserlebnissen im Lockdown (Partner durften nicht mit in den Kreissaal, zum Teil ständiges Tragen der Maske während der Wehen) fertig werden. Den Wegfall der Hebammennachsorge, fehlende Entlastung rund um die Geburt durch Großeltern und Freunde oder fehlende Kinderbetreuung für das erste Kind bei erneuter Entbindung beklagten viele Klient\*innen. Die Ungewissheit über mögliche Auswirkungen auf das Elterngeld bei anhaltender Kurzarbeit, der Wegfall von Stabilisierung durch Selbsthilfegruppen und

sozialpädagogische Familienhilfe, Therapeut\*innen bzw. Unterstützung durch Haushaltshilfen erschweren ihnen zusätzlich das Leben.

Hinzu kommen Kommunikationsschwierigkeiten mit Behörden. Diese ermöglichen zum Teil immer noch nur eingeschränkte persönliche Kontakte. Menschen, die weder die technische Ausstattung noch das nötige Knowhow haben, scheitern regelmäßig bei der Online Antragsstellung. Mangelnde Kenntnisse der deutschen Sprache erschweren die Kommunikation und die weitere Verfolgung Ihrer Ansprüche. So dauert es dann u. U. mehrere Monate, bis eine Geburtsurkunde erstellt ist oder ein Antrag auf Arbeitslosengeld II beschieden wird. Hier bieten wir ganz pragmatische Hilfe an.

So mancher sozialer wie behördlicher Dienstleister scheint quasi „weggetaucht“ zu sein und ist damit für einen Teil der Menschen nicht erreichbar. Das darf nicht so bleiben.

**Sabine Simon**  
Schwangerschaftsberatung

## Guter Umgang mit Kontakt- und Ausgangssperren: Impulstexte aus der EPFL

Im März 2020 musste die Ehe-, Partnerschafts-, Familien-, Lebensberatung (EPFL) die Präsenzberatung aufgrund des Pandemiegeschehens kurzzeitig aussetzen. Gleichzeitig wollten wir in Kontakt treten mit den Menschen, die sich durch die Kontakt- und Ausgangssperren in besonders schwierigen Situationen wiederfinden. Daher stellten wir über drei Monate hinweg ermutigende Texte auf der Facebook- und der Internetseite des ebz ein. Diese wöchentlichen Impulse würdigten zunächst die Herausforderungen der aktuellen Situation und drückten Verständnis für die damit verbundenen Gefühle aus. Anschließend regten sie zu einem besonders achtsamen Umgang mit sich selbst und den Mitmenschen an. Hierfür gab es konkrete Tipps. So empfahlen wir zum Beispiel eine klare Tagesstruktur mit gemeinsamen

Paar- und Familienzeiten genauso wie mit Freiräumen, in denen sich jede\*r selbst etwas Gutes tun kann.

Wir ermunterten dazu, sich selbst Mitgefühl entgegenzubringen, neben den kleinen und großen Verlusten auch Positives wahrzunehmen oder die Perspektive zu wechseln und gaben Hinweise für konstruktives Kommunikationsverhalten. Fragen luden schließlich dazu ein, die eigene Situation zu reflektieren, bevor die Texte mit einem Hinweis auf unsere Telefonsprechstunde endeten.

Alle Impulstexte sind weiterhin auf der Facebook-Seite des ebz abrufbar.

**Dr. Agnes Engel**  
Ehe-, Partnerschafts-, Familien-,  
Lebensberatung