Evangelisches Beratungszentrum

© Annick S. / Adobe Stock – 1483409

Veränderungen – alles im Fluss

Jahresbericht 2019

ebz

Evangelisches
Beratungszentrum
München e.V.

IMPRESSUM

Herausgegeben von

Evangelisches Beratungszentrum München e. V.
Landwehrstr. 15/Rgb.
80336 München

Tel.: 089-59048 0
Fax: 089-59048 190
E-Mail: mail@ebz-muenchen.de
Website: www.ebz-muenchen.de
Facebook: www.facebook.com/ebz.muenchen

Registergericht: Amtsgericht München
Registernummer: VR 7254

Bankverbindung
Evangelische Bank e. G.
IBAN DE84 5206 0410 0003 4020 29
BIC GENODEF1EK1

Vorstand
Christine le Coutre

Aufsichtsrat
Klaus Schmucker, Kirchenrat, Leiter der Evangelischen Dienste München (Vorsitzender)
Kurt Braml, Geschäftsführer i.R. (stellvertretender Vorsitzender)
Johanna Imhof, Pfarrerin
Monika Kormann-Lassas, Soziologin
Reinhold Krämmel, Unternehmer
Sybille Meyer, Religionspädagogin
Stefan Tillmann, Richter

Redaktion
Christine le Coutre
Franziska Thiel
Marion Weber-Zubeidat
Ines Wittig

Druck
Uni-Druck, München

Liebe Leser*innen!

In den Beratungen geht es immer wieder um Veränderungen im Fluss des Lebens unserer Klient*innen. Manchmal sind die Flüsse reißend, dann wieder ruhiger und hin und wieder haben wir es auch mit Wehren oder Schleusen zu tun. Manchmal gilt es auch umzukehren und ein Stück gegen den Strom zu schwimmen, tiefer einzutauchen oder sich in einem wärmeren Gewässer aufzuwärmen.

Welche Blickwinkel gibt es in den unterschiedlichen Abteilungen des ebz auf das Thema Veränderung? Darüber können Sie in den inhaltlichen Beiträgen der verschiedenen Teams Interessantes lesen:
So können Sie in einigen Artikeln erfahren, welche Bedingungen Veränderungen brauchen, wie wir in den Beratungen versuchen, Veränderungen anzustoßen und auf welche Widerstände wir dabei stoßen können. Auch mit einigen weitreichenderen Veränderungen haben sich die Autor*innen der Artikel beschäftigt. Beispielsweise mit der veränderten Beratungslandschaft für Menschen mit Hörbehinderung oder auch der zunehmenden Digitalisierung in der TelefonSeelsorge. Auch Beratungsstellen verändern sich – dazu können Sie exemplarisch den Veränderungsweg der Psychologischen Beratung und Information für Schüler*innen, Eltern und Lehrer (PIBS) verfolgen.
Nicht nur die Klient*innen sind gefordert, sondern im letzten Jahr musste sich das ganze ebz großen Veränderungen stellen.

Es ist also ein bunter Strauß an informativen Texten rund um das Thema Veränderung – alles im Fluss.

In einem zweiten Teil dieses Berichtes möchten wir Ihnen auch in diesem Jahr einen kleinen Einblick in die Arbeit der verschiedenen Abteilungen des ebz geben.
Darin wird in ein paar Zahlen sichtbar, was unsere Mitarbeitenden Jahr für Jahr leisten. Ich danke den Berater*innen und den Verwaltungskräften für das außergewöhnliche Engagement für die Nöte unserer Klient*innen, das kreative Mitdenken im ebz und das Einlassen auf die Veränderungen!

Danken möchte ich auch im Namen der Abteilungsleitungen allen Zuschussgebern für ihre finanzielle und fachliche Unterstützung. Insbesondere danken wir dem Freundeskreis des ebz für alle Unterstützung und Treue, der Stiftung Telefonseelsorge und dem Förderverein der Telefonseelsorge sowie allen Spender*innen für ihre Zuwendungen, ihr Engagement und ihre Verbindung zum ebz!

© EPV_Schroeder_leCoutre (ebz)

Ein besonderer Dank gilt auch den verschiedenen kirchlichen, gesellschaftlichen und politischen Kooperationspartner*innen, die wichtige Multiplikator*innen unserer Arbeit sind und immer wieder unsere Angebote empfehlen.

Danke Ihnen allen, dass Sie dem ebz verbunden bleiben!

Ich wünsche Ihnen viel Spaß bei der Lektüre des Jahresberichtes!

Christine le Coutre
Vorstand

INHALT

2 Impressum

3 Editorial

5 Jahresthema: Veränderungen – alles im Fluss

6 Veränderungen im Beratungsalltag begleiten – ein EB-Team tauscht sich aus

8 Wie sich Paare in der Paarberatung positiv verändern können – am Beispiel der Emotionsfokussierten Paartherapie

10 Die Schwangerschaftsberatung als Zeugin sich wandelnder Lebensflüsse

12 Fürchtet euch nicht – es verändert sich!

14 Seelsorge und Beratung im digitalen Zeitalter

16 Stabilität und Wandel – welche Bedingungen braucht Veränderung?

19 Aufgeben ist keine Lösung

20 Veränderungen in der Beratungslandschaft der HuG: Welche erleben wir, welche wünschen wir?

23 Jahresbericht: Das Jahr 2019 im ebz

24 Veränderung gehört zum Leben

26 Beratung für Eltern, Kinder, Jugendliche und Familien (EB) im Jahr 2019

28 Die Ehe-, Familien- und Lebensberatung (EFL) im Jahr 2019

30 Die evangelische TelefonSeelsorge (TS) im Jahr 2019

32 Die Pastoralpsychologie (PPA) im Jahr 2019

34 Die Schwangerschaftsberatung (SSB) im Jahr 2019

36 Prävention, Info- und Gesprächsabende

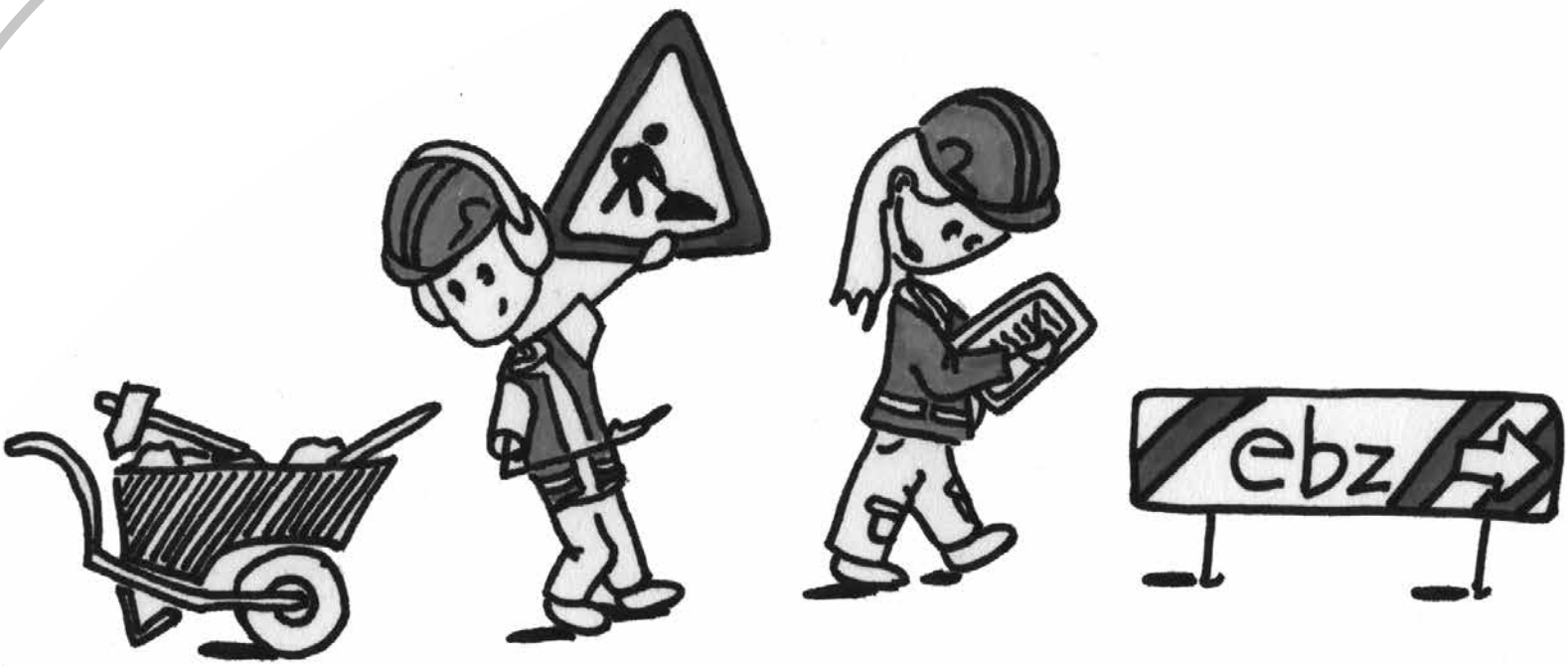
36 Das ebz sichert fachliche Qualität

36 Das ebz ist u.a. vernetzt mit...

37 Das ebz ist Mitglied in...

37 Das ebz wird finanziert durch...

37 Das ebz in den Medien



Jahresthema

Veränderungen – alles im Fluss

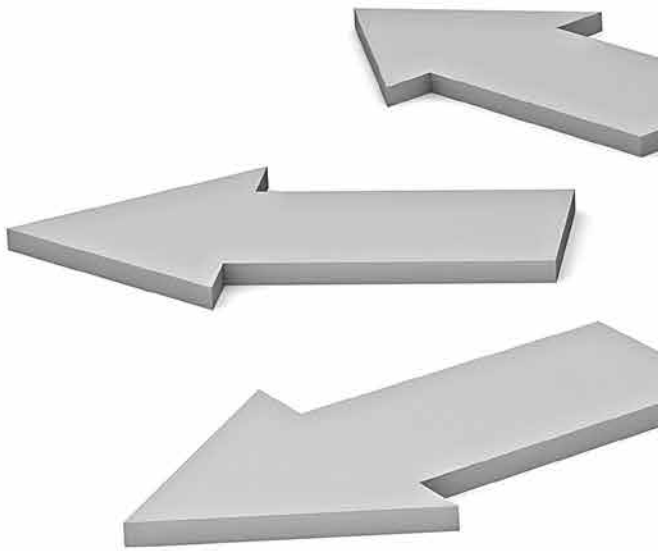
Veränderungsprozesse im Beratungsalltag begleiten – ein EB-Team tauscht sich aus

Wenn Klient*innen in die Beratung kommen, wertschätzen wir als Beratende dies als ersten wichtigen Schritt ihrer Bereitschaft zur Veränderung. Die weiteren Schritte sind oft ambivalenter, denn Veränderungswünsche sind meist gekoppelt mit Ängsten, Zweifeln und Widerständen. Ist eine Veränderung überhaupt erwünscht und möglich? Wird sie eher vom anderen oder den Umständen erwartet als bei sich selbst gesucht? Da, wo in Beziehungen gegenseitige Wertschätzung und Anerkennung verlorengegangen sind, wie z.B. in der Trennungsberatung von Eltern oder von konflikthaften Paarbeziehungen, ist es oftmals schwer, sich auf gemeinsame Veränderungsziele zu einigen.
Uns begegnen also viele Nuancen an Möglichkeiten, Bereitschaft und Wünschen von Veränderung.

Veränderungen und Widerstände
Wenn Eltern in die Beratung kommen, haben sie oft explizit oder implizit den Wunsch, dass sich ihr Kind/Jugendliche*r in seinem Verhalten ändern soll. An uns Beratende wird die Aufgabe übertragen, diese Veränderung zu „bewirken". So auch im Fall von Familie X. Nach der 2. Sitzung mit den Eltern wurde der Beraterin klar zu verstehen gegeben, dass der weitere Beratungsprozess nur erfolgreich sein könne, wenn endlich das Kind mitkäme. Die implizite Veränderungstheorie der Eltern lautete in diesem Fall offenbar: Bevor unser Kind nicht mit hierher kommt, kann sich doch gar nichts verändern! Wenn Kinder in die Beratung mitgebracht werden, erleben wir jedoch oft, dass dies für sie bedeutet: Etwas oder ich stimme nicht, stört, ich bin nicht in Ordnung. Aber auch für die Eltern kann eine Veränderung „mit Risiken und Nebenwirkungen" behaftet sein: Vielleicht lenkt das problematische Verhalten des Kindes auch von anderen Themen auf der Paar- oder Elternebene ab?
Bedenken, Widerstände oder Vorbehalte bezüglich Veränderungen ernst zu nehmen und anzuerkennen, ist also sinnvoll. Erst wenn die Klient*innen Wertschätzung und Verständnis für die aktuelle Situation und die bisherigen Lösungsversuche erfahren, kann es ihnen leichter gelingen, Probleme von einer anderen Perspektive aus zu betrachten, andere Lösungswege zu versuchen und Veränderung zu wagen.

Gesellschaftliche Veränderungen
Themen in der Erziehungsberatung sind auch ein Spiegel der Gesellschaft. So erleben wir z.B. in der krippenpsychologischen Tätigkeit ein neues Rollenverständnis von Vätern und Müttern. Laut Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend (2018) nutzt heute jeder dritte Vater das Angebot der Elternzeit. So ist z.B. in den Krippen die Präsenz von Vätern deutlich sichtbar geworden: Morgens beim Bringen der Kinder, bei der Teilnahme an Elternabenden und immer öfter auch als Bezugsperson während der Eingewöhnung. Väter und Mütter loten heute eher aus, wer für welche Bereiche oder Tagesabschnitte verantwortlich ist. Dieses Ausloten der Verantwortlichkeiten findet sich auch im erweiterten Kontext wieder: Wer ist im Konfliktfall, z.B. bei kindlichen Verhaltensauffälligkeiten im sozial-emotionalen Bereich für eine Lösung verantwortlich? Ist es Eltern(ur)sache? Muss der Kindergarten etwas verändern? Mit großen Unsicherheiten kommen Eltern dann zu uns in die Beratung, oft ohne ein Zutrauen, selbst noch Expert*innen für ihre Kinder zu sein. Hier kann Veränderung durch einen milden Blick auf sich selbst gelingen, der die bereits vorhandenen und potentiellen Fähigkeiten aufzeigt. Mütter und Väter erfahren im Idealfall Selbstwirksamkeit.

„Manche Veränderungen fallen einem einfach vor die Füße"
Wenn an der äußeren Situation, z.B. bei einer Erkrankung, Arbeitslosigkeit oder Wohnraummangel nichts veränderbar ist, wie können wir als Beratende dann in der Anerkennung dessen, „was ist" dennoch hilfreich begleiten – also im Sinne eines „begleiteten Aushaltens"? Sich trauen, die Dinge in Worte zu fassen, sich damit konfrontieren und dann sehen, wo trotz aller Widrigkeiten dennoch ein Minimum an machbarer Veränderung möglich ist.
Nicht alles ist sinnhaft im Leben. Manche Veränderungen brauchen Zeit und man wird trotzdem nichts Gutes daran finden. Unsere Aufgabe kann nicht darin liegen, einer Situation, einem Ereignis etwas Sinnhaftes zu geben. Nur Klient*innen selbst können dies tun. Somit muss Veränderung im letzten Schritt von innen als eine Veränderung der Haltung kommen.



Der Preis für Veränderungen ist oft ungewiss und kann auch mal sehr hoch sein oder entgleiten; Veränderungen sind eben auch ein Risikogeschäft. Wir begleiten Veränderungsprozesse in verschiedenen Stadien. Was war bisher? Wie ist es jetzt gerade? Wo will ich hin? Mit diesen drei Bällen jonglieren wir und haben die Intention, allen die gleiche Aufmerksamkeit zu widmen.

Rebecca Micheler
Erziehungsberatung

Quellen:
Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend (2018). Väterreport – Vater sein in Deutschland heute. Verfügbar unter: https://www.bmfsfj.de/blob/127268/2098ed4343ad836b2f0534146ce59028/vaeterreport-2018-data.pdf [23.01.2020]

© AdobeStock_frender_142206768

Wie sich Paare in der Paarberatung positiv verändern können – am Beispiel der Emotionsfokussierten Paartherapie

Neben tiefenpsychologischen, humanistischen und verhaltenstherapeutischen Ansätzen beschäftigt uns Beratende derzeit ein integrativer Ansatz der Paartherapie: Die von Sue Johnson in den 80er Jahren entwickelte Emotionsfokussierte Paartherapie (EFT) legt ihren Schwerpunkt auf die Wiederherstellung der emotionalen Verbundenheit zwischen den Partner*innen. Sie möchte auf Grundlage von Bowlbys Bindungstheorie dem Paar helfen zu verstehen, in welchem destruktiven Interaktionsmuster es feststeckt. Dieses Muster kann als „gemeinsamer Feind" des Paares umgedeutet werden, damit ein Ausstieg daraus und die Herstellung von sicherer Bindung möglich wird. Diese sei die Basis von gelingender Partnerschaft, durch die ein Paar gemeinsam die nicht zu verhindernden Probleme des gemeinsamen Lebens meistern kann.

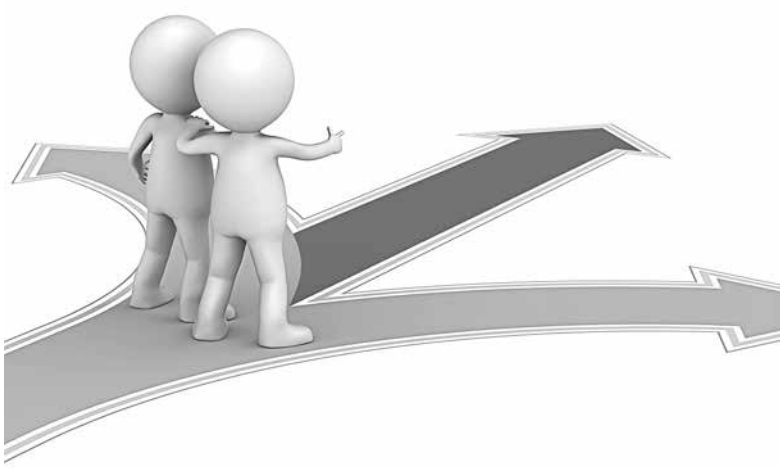
Wonach wir uns sehnen – sichere Bindung

Im Laufe des Lebens gehen die meisten Menschen tiefe, enge Beziehungen ein. Die erste Beziehung unseres Lebens ist meist die zu unseren Eltern. Je nachdem, wie wir diese erfahren, haben wir in uns einen unbewussten Orientierungsplan, wie Beziehung funktioniert und wie wir als Organismen Abhängigkeit erleben und abspeichern. Bei vielen Menschen ist bereits der Begriff der „Abhängigkeit" so negativ konnotiert, dass sie zurückweichen und die oft vermutete Schwäche dahinter verabscheuen.

Grundsätzlich trifft die EFT folgende Annahmen: Wir sind als menschliche Wesen zutiefst abhängig. Wir brauchen nicht nur Nahrung und Sauerstoff. Wir brauchen einander, gegenseitige Aufmerksamkeit und sichere Bindung an andere, um uns nicht einsam zu fühlen, sondern angebunden, angenommen und sicher (Johnson, 2017). Fehlt dies, bleiben viele Menschen auf der Suche, oft ohne bewusst zu wissen wonach. Die EFT beschäftigt sich mit der (Wieder-)Herstellung einer sicheren Bindung zwischen den Partner*innen und geht dabei von den Erkenntnissen der Bindungstheorie von Bowlby mit seinen verschiedenen Bindungsstilen aus.

Wenn wir uns auf enge, emotionale Beziehungen einlassen, trauen wir uns in den Kontakt mit den eigenen, oft tief vergrabenen Bedürfnissen nach Anerkennung, Liebe und Zuwendung. Das allein stellt für viele Menschen ein Wagnis dar, wurden sie in den ersten Lebensjahren in ihrer Bedürftigkeit abgelehnt, nicht gesehen oder beschämt. Auch die Erfahrung von unzuverlässiger Versorgung mit adäquater Aufmerksamkeit und Zuwendung erzeugt eine Verunsicherung. Das Kind und der spätere Erwachsene kann keine innere Sicherheit darüber aufbauen, wie der andere auf ihn reagiert (unsicher vermeidender und unsicher ambivalenter Bindungsstil nach Bowlby; Strauß, 2014). Dann ist Bedürftigkeit und Nähe zum anderen ein Risiko und mit Schmerz assoziiert. Das Bitten um Liebe und Aufmerksamkeit wird gefährlich, bringt es einen doch gefühlt wieder in eine ausgelieferte, schutzlose Position.

Haben wir hingegen die frühe Erfahrung gemacht, zuverlässig liebevoll (d.h. nicht ausschließlich, aber regelmäßig und berechenbar) in unseren Bedürfnissen angenommen und gesehen zu werden, kann sich daraus sichere Bindung und Grundvertrauen in Beziehungen entwickeln (sicherer Bindungsstil nach Bowlby; Strauß, 2014). Abhängigkeit ist dann nicht bedrohlich, da wir gelernt haben, ohne eine zu erwartende Ablehnung und Beschämung Bedürfnisse und Wünsche zu äußern. Auf Basis einer sicheren Beziehung,



© AdobeStock_jojje11_45673177

können nicht nur Kinder, sondern auch Erwachsene, innerlich beruhigt mit Interesse die Umwelt explorieren und sich auf sich selbst konzentrieren. Dann können wir uns gut um uns selbst kümmern, unsere Affekte regulieren, kommen und gehen, frei und gebunden zugleich sein. Auch wenn Menschen in früher Kindheit einen unsicheren Bindungsstil erlernt haben, ist dieser im Laufe eines Lebens durch neue Beziehungserfahrungen durchaus veränderbar.

Wodurch sichere Bindung behindert wird – Negative Interaktionsmuster

Die EFT geht davon aus, dass positive Kommunikations- und Interaktionsweisen, welche zu solch einer liebevollen Beziehung mit sicherer Bindung beitragen, nicht gemacht oder eingeübt werden können. Vielmehr organisieren Emotionen unser Verhalten und unsere Interaktionen und stehen daher im Fokus der EFT. Am Anfang der Liebe stellt das kein Problem dar. Wir schicken uns, ohne darum bitten zu müssen, sogenannte positive Bindungssignale: ein strahlendes Lächeln, herzliche Nachrichten oder andere Aufmerksamkeiten. Unser Gefühl von Verliebtsein organisiert ein positiv zugewandtes und bestätigendes Bindungsverhalten (Johnson, 2009).

Kommen nach dieser Phase die Normalität und der Alltag zurück, lernt man den anderen in seiner Andersartigkeit kennen: Neben positiven Seiten kommt Störendes und Irritierendes zum Vorschein. Liebevolle Bindungssignale gehen im Alltag unter, berufliche Sorgen schieben sich davor oder andere Lebensherausforderungen saugen die Aufmerksamkeit zwischen den Partner*innen auf. Weiterhin wird die Bindung zwischen den Partner*innen stärker und somit auch die Projektion alter Bindungserfahrungen und das Aufleben der erlernten Bindungsstile. Es folgt das schmerzliche Fühlen der Nichterfüllung der eigenen, manchmal noch kindlichen, unerfüllten Bedürfnisse: Vielleicht in Form von unverstandener Traurigkeit, Schmerz, Verunsicherung, Selbstzweifel und Sehnsucht. Diese in der EFT sogenannten Primärgefühle werden häufig jedoch verdrängt und nicht zum Ausdruck gebracht – gerade wenn Bedürftigkeit im eigenen Leben mit Ohnmacht, Schmerz und Ausgeliefertsein assoziiert ist (Kursmanual Emotionsfokussierte Paartherapie, 2019).

Was dann oft passiert, ist, dass die Partner*innen vor allem Enttäuschung spüren und mit Vorwürfen auf den*die Partner*in zugehen: „Du hast überhaupt keine Zeit mehr für mich. Ständig bist du unterwegs." Auch wenn in diesem Kommunikationsversuch der Beziehungswunsch zum Ausdruck kommt, so erreicht den anderen emotional nur das mitschwingende Gefühl: Wut, Kälte, Feindseligkeit, Enttäuschung. Diese in der EFT sogenannten Sekundärgefühle sollen die Verletzlichkeit der absendenden Person schützen. Gleichzeitig lösen sie im anderen häufig Verlustängste oder Minderwertigkeitsgefühle aus: „Wenn du so mit mir sprichst, fühle ich nicht mehr, dass du mich liebst und meinst, dass ich wertvoll für dich bin. Ich habe dann Angst, dass du mich nicht mehr willst." Das zu zuerst zu fühlen und dann auch zu ist schwer, würde es doch noch verletzlicher machen. Daher entzieht sich das Gegenüber innerlich oder äußerlich, durch emotionales Verschwinden, Rationalisieren, Intellektualisieren oder auch tatsächliches Weggehen. Beides lässt den anderen zurück und verstärkt seine tief empfundene Einsamkeit.

Das Paar ist gefangen in einem Teufelskreis. Wo vorher automatisch positive Bindungssignale ausgetauscht wurden, werden nun häufig nur noch negative gesandt: ein abschätzender Blick und Tonfall, Schweigen, Nichtbeachtung, Vorwurf. Dem Paar ist die Verbundenheit verloren gegangen meist ohne zu wissen, wie es sie wiederherstellen kann. Nährende und notwendige Momente von Nähe werden nicht mehr erlebt, bleiben doch beide Partner*innen hinter ihren Schutzmauern, den Sekundärgefühlen, versteckt (Johnson, 2009).

In den meisten Paarkonstellationen zeigt sich eine*r der beiden hierbei mit aggressivem und angreifendem Beziehungsverhalten („Verfolger*in"), während der/die andere mit emotionalem Rückzug aus der Beziehung reagiert („Rückzügler*in") und beide sich in diesen Mustern jeweils verstärken (Kursmanual Emotionsfokussierte Paartherapie, 2019). Diese negativen Zyklen und Zusammenhänge zu identifizieren und in der ersten Phase der Therapie immer wieder für die Bewusstwerdung zu spiegeln, sieht die EFT als Voraussetzung, damit das Paar Verantwortung für ihre Interaktion und somit auch Einfluss- und Unterbrechungsmöglichkeiten erlangt.

Wie die EFT Paaren hilft

Es geht vor allem darum, die vergrabenen Gefühle der Partner*innen bewusst, spürbar und vor allem authentisch verbalisierbar zu machen. Der oder die EFT-Therapeut*in nimmt hierbei eine aktiv zugewandte, positive Bindungssignale sendende und sehr wertschätzende Haltung während der gesamten Therapie ein. Er oder sie zeigt durchgehend Verständnis für die offensichtlichen Sekundärgefühle und vermutet gleichzeitig empathisch die zugrundeliegenden Emotionen und Motive. So wird ein Rahmen geschaffen, in dem die Partner*innen sich verstanden fühlen, Verständnis für das Gegenüber entwickeln und verborgene Empfindungen wieder spür- und sichtbar werden können. Das Erleben der Primärgefühle mit der Erfahrung des empathischen Gesehenwerdens durch den*die Partner*in ist hierbei das verändernde Element und Grundlage für sichere Bindung. Mit der Erfahrung der Partner*innen, sich ungeschützt, verletzlich und dennoch sicher dem anderen zeigen zu können und darin angenommen zu werden, kommt die Liebe wieder zum Vorschein und emotionale Verbundenheit entsteht (Johnson, 2017).

Zum Anderen zurückzufinden bedeutet erst einmal sich selbst wiederzufinden – abseits der Wut, Resignation und Verbitterung, in den unerfüllten Wünschen, Sehnsüchten, in den Selbstzweifeln, den Verlustängsten und der Einsamkeit. Sich dies fühlen zu trauen im geschützten Rahmen der Paarberatung bedeutet auch wieder in die Beziehung zurückzukehren und zu spüren, dass man vom*von der Partner*in noch etwas will und braucht. Damit sind die Paare auf einem guten Weg der Veränderung, raus aus den destruktiven Mustern hin zu erfüllter Partnerschaft.

Clara Geisler
Ehe-, Familien- und Lebensberatung

Quellen:
Johnson, Susan (2009): Praxis der Emotionsfokussierten Paartherapie: Verbindungen herstellen. Junfermann Verlag, Paderborn.
Johnson, Susan (2017): Liebe macht Sinn: Revolutionäre neue Erkenntnisse über das, was Paare zusammenhält. btb-Verlag, München.
Strauß, Bernhard (2014): Bindung. Psychosozial-Verlag, Gießen.
Kursmanual Basistraining Emotionsfokussierte Paartherapie (Kursleiter: Matthias Angelstorf, Berlin 30.10.-02.11.2019)

Die Schwangerschaftsberatung als Zeugin sich wandelnder Lebensflüsse

„Don´t push the river, it flows by itself." Fritz Perls therapeutischer Imperativ ist eine wunderbare Metapher für den adäquaten Umgang mit Veränderungen. Sie impliziert geduldiges Vertrauen in die Fähigkeiten der Klient*innen zur Selbstentfaltung und Wertschätzung für die je individuellen Wege, die sie wählen. Gerade bei einschneidenden körperlichen und seelischen Entwicklungsaufgaben im Lebenslauf eines Individuums wie in der Pubertät und bei Schwangerschaft und Geburt bietet diese Haltung eine gute Grundlage, Frauen und Paare bei ihren oft äußerst komplexen Anpassungsleistungen an die neue Lebenswirklichkeit wirkungsvoll zu unterstützen.
Entlang weiterer Fluss-Sprachbilder bieten wir einen kleinen Einblick in ausgewählte Bereiche unseres Beratungsalltags zum Thema.

Wilde Flussabschnitte biographischer Veränderung brauchen manchmal ein ruhiges Kehrwasser.
Einschneidende Entwicklungsaufgaben wie Schwangerschaft und Geburt verlaufen nicht immer völlig störungsfrei. Für manche Frauen und auch deren Partner*in wachsen sie sich gerade auch bei der ersten Schwangerschaft sogar zur individuellen Lebenskrise aus. Beispielsweise können alte Verletzungen oder Traumata wieder reaktiviert, die Qualität bestehender Beziehungen grundsätzlich in Frage gestellt oder die Sinnhaftigkeit neuer Rollen angezweifelt werden. Durch die starken körperlichen Veränderungen der Frau kann auch das Selbstbild schmerzhaft ins Wanken geraten. Nicht selten löst die Geburt als nahende Grenzerfahrung unerwartet starke Ängste aus. Oft werden bereits bestehende seelische Problemlagen verstärkt. Dann wird verantwortlich eingeschätzt, ob zusätzlich zu unserer Arbeit psychologische, ärztliche und/oder psychotherapeutische Hilfe nötig ist.

Wie auch immer sich das einzelne Bild darstellt, kann es auf dem Weg in eine neue Lebenswirklichkeit als werdende Mutter und Vater manchmal hilfreich sein, in ein „Kehrwasser" in Form einer psychosozialen Beratung oder individuellen Geburtsvorbereitung einfahren zu können. Dort ist es möglich, zur Ruhe zu kommen und sich aus dem Strom der Erwartungen herauszunehmen. Die als belastend erlebte Situation kann aus einem anderen Blickwinkel betrachtet, neu interpretiert und eingefahrene Verhaltensmuster hinterfragt werden. Insbesondere nach traumatischen Erlebnissen, nach denen Entwicklungsflüsse quasi einfrieren, kann es wohltuend sein, an einem liebevolleren Umgang mit sich und seinem Körper und an seinen Möglichkeiten der Stressbewältigung im Sinne einer Stabilisierung in kleinen Schritten zu arbeiten. Nicht zuletzt seien die positiven Effekte für die Mutter-Kind-Bindung erwähnt.

Wir bedienen uns neben systemischen, hypno-therapeutisch fundierten und bioenergetischen Methoden auch körper- und achtsamkeitsbasierter Ansätze. Ein metaphorisch passendes systemisches Werkzeug ist der sogenannte „Lebensfluss" bei dem man verschiedene bereits durchlaufene und zu bestehende Flussläufe individueller Entwicklung bildhaft anhand von Seilen und Symbolen quasi „abfahren" kann. Durch das Hineinspüren in die aufkommenden Emotionen und Körperempfindungen und deren jeweiliger Bedeutung können neue innere Bilder der Kraft entstehen und unerwartete Ressourcen aufgespürt werden.

Befindest Du Dich in unbekannten Gewässern, vertraue Dich vorübergehend einem Lotsen an.
Viele Beratungstermine in der allgemeinen Schwangerschaftsberatung drehen sich um die Abklärung sozialrechtlicher Ansprüche und Anspruchsvoraussetzungen für Stiftungsgelder, Beratung zu Kindergeld, Elterngeld und Elternzeit sowie um Informationen zu allen möglichen weiteren Schritten, die vor oder nach der Geburt im Rahmen der Familiengründung oder -erweiterung gegangen werden können oder müssen. Gerade für werdende Erstlingsmütter und -väter erscheint das wie ein trübes, unbekanntes Gewässer, das man nur mit Mühe passieren kann. Wenn dann zum Beispiel noch akute Probleme wie Wohnungsnot, fehlendes Einkommen oder ein ganz frischer Zuzug nach Deutschland mit fehlenden Deutschkenntnissen hinzukommen, überwiegt manchmal das Gefühl, unterzugehen. Die Schwangerschaft und die nahende Geburt geraten dann manchmal völlig in den Hintergrund, weil die Existenz erst gesichert werden muss. Dann kann es hilfreich sein, wenn die Frau und ihrer*ihrem Partner*in für eine Zeit ein*eine Lots*in an die Seite gestellt bekommt, um die noch unbekannten Gewässer in Begleitung einer Berater*in zu passieren. Dabei bleiben sie jederzeit Kapitän*innen mit aller bisher erworbenen Lebenskompetenz.

Diese Orientierungshilfe, die wir dann verlässlich geben können, schafft oft erst das Vertrauen, auch über eine reine sozialrechtliche Beratung hinauszugehen und den Horizont zu erweitern. Hier muss es sich nicht unbedingt um eine psychosoziale Beratung handeln, sondern mehr um eine Begleitung im Sinne von Empowerment. Zum Beispiel kann auf dieser Lotsenfahrt das Thema sprachliche und berufliche Integration, Emanzipation innerhalb der Partnerschaft oder Auseinandersetzung mit Erziehungsmustern auftauchen. Gerade auch in Zusammenarbeit mit Menschen anderer kultureller Herkunft ist es uns ein Anliegen, im Dialog mit Methoden kultursensible Wege zu finden.
Hier werden wir manchmal auch von den Veränderungsimpulsen unserer Klient*innen bewegt, wenn Frauen, die zu Beginn des Beratungsprozesses von Existenzängsten aufgrund einer krisenhaften Schwangerschaft geplagt waren, konkrete Schritte in die finanzielle und persönliche Unabhängigkeit schaffen und sich dadurch eine sichere und lebensfrohere Perspektive für ihr Leben und das ihrer Kinder schaffen können. Dann setzen diese ohne unsere weitere Unterstützung oft selbstbewusst und stolz ihre Fahrt fort.

© Chuugo_AdobeStock_139666912

Versiegt der Fluss der Wandlung, ist es gut, wenn jemand mit dir am Ufer sitzt.

Immer wieder sind wir mit Stillstand oder jähem Abbruch konfrontiert, wo entweder tiefe Wandlung ersehnt und nicht erfüllt werden kann oder diese durch Krankheit und Behinderung des Fötus bedroht wird. Oder es soll und kann Begonnenes nicht weitergeführt werden. Hierzu zählt die Beratung zum unerfüllten Kinderwunsch, bei bedrohlichen Befunden nach Pränataldiagnostik, nach einer Fehlgeburt, bei Schwangerschaftsabbruch, nach dem Tod eines Babys im ersten Lebensjahr oder bei schwerer Erkrankung der Mutter oder nach Tod des Partners. Hier erleben wir Menschen in Ausnahmesituationen. Der Lebensfluss erscheint fortan unschiffbar, unüberwindbare Staustufen und lebensbedrohliche Stromschnellen tauchen unerwartet auf oder das Schiff des Lebens liegt plötzlich auf Grund. Die ganze Wucht der Unplanbarkeit und Unkalkulierbarkeit menschlichen Lebens trifft dann auf einen Menschen, der vielleicht bis dato ruhig im Strom des Alltags navigierte.

Oft sind Frauen und ihre Partner*innen geschockt oder in höchster Ambivalenz gefangen, wenn es dann zum Beispiel bei einer ungeplanten Schwangerschaft oder einer starken Behinderung oder Krankheit des ungeborenen Kindes darum geht, Entscheidungen über Leben und Tod zu treffen. Oder die ersehnte Schwangerschaft wird völlig unerwartet von einer lebensbedrohlichen Krankheit durchkreuzt. Ähnlich existentiell kann es aber auch sein, wenn nach jahrelanger Anstrengung keine Schwangerschaft zustande kommt und man sich selbst vom Lebensfluss abgehängt fühlt.

Manchmal zählen wir in der psychosozialen Beratung dann zu den wenigen Menschen, denen man sich in einer solchen Situation anvertrauen kann. Hier wird unsere Arbeit oft zur Seelsorge, z.B. auch im Sinne einer Trauerbegleitung. Dabei geht es erst einmal um das Annehmen dessen, was sich im Hier und Jetzt zeigt, das Bereitstellen eines Raumes der Akzeptanz und Menschlichkeit, der vielleicht zum ersten Mal wieder ein tiefes Durchatmen ermöglicht.

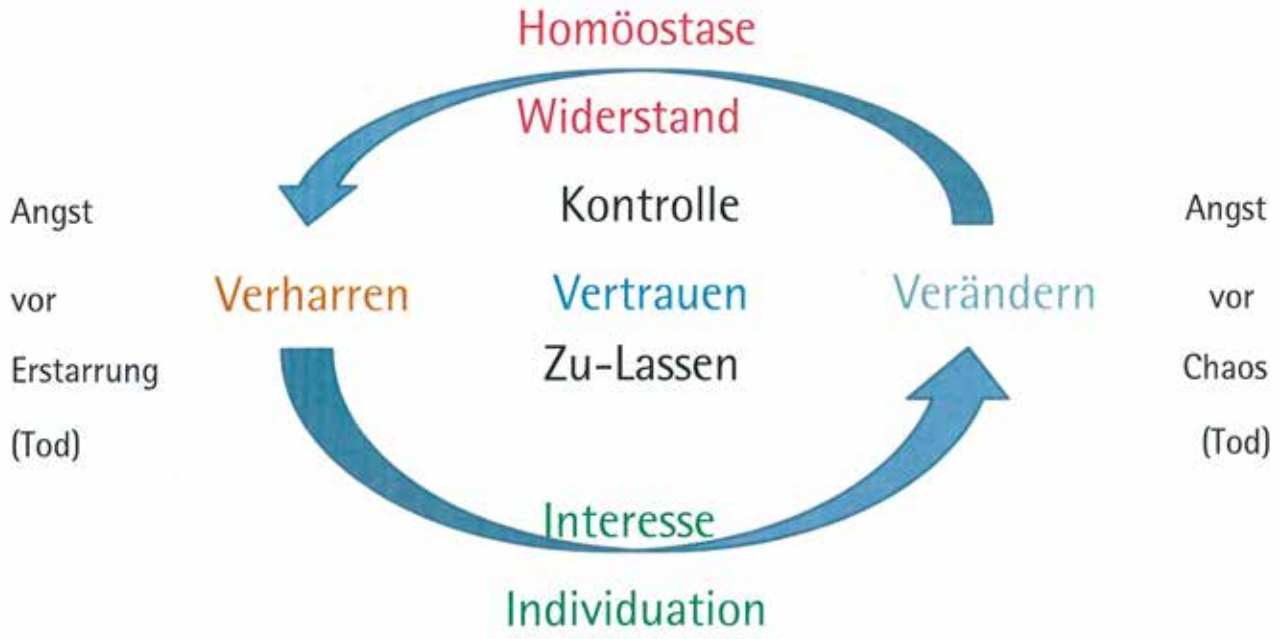
Hier entstehen manchmal auch lange Beratungsprozesse über mehrere Jahre, in denen wir dann zuweilen Zeug*innen tröstlicher Entwicklungen sein und über das große Entwicklungspotential des Menschen staunen dürfen.

Michaela Hofrichter
Schwangerschaftsberatung

Quellen:
Fritz Perls Zitate Verfügbar unter: https://psylex.de/psychotherapie/fritz-perls/fritz-perls.html (31.03.2020)
Lebensfluss-Modell Verfügbar unter: https://www.familientherapie-muenchen.de/lebensfluss.html (31.03.2020)

Fürchtet euch nicht – es verändert sich!

Vom Vertrauen in Veränderungsprozessen
Es ist keine Seltenheit in der Supervision: Da kommt ein neuer, junger Kollege auf eine Pfarrstelle, vielleicht sogar seine erste nach dem Vikariat, ist voll Tatendrang und Elan, voller Ideen dies oder jenes auszuprobieren und „seiner" Kirche neuen Wind unter die Flügel zu pusten und sitzt nun vor mir. Müde, frustriert, wie flügellahm, gestutzt und gleichzeitig voller Wut. Wut auf den alten Kollegen oder die alte Kollegin, auf die er in der Kirchengemeinde getroffen ist, der/die dort schon eine gefühlte Ewigkeit in der Gemeinde die erste Pfarrstelle innehat und den geschätzt – gefürchteten „Platzhirschen" gibt. Und dessen Credo vor allem ist: Alles soll genau so bleiben, wie es ist und die letzten 15 Jahre war. Erst bemühen sich alle ganz freundlich miteinander zu Recht zu kommen, dann knirscht es hin und wieder und schließlich kommt es zum offenen Konflikt. Harmlos, wenn daraus nur schiedlich-friedliche Raum- und Ressortaufteilungen werden. Schlimm, wenn argwöhnisches Beäugen, Missgunst, Diffamierungen, Verleumdungen und Allianzbildungen gegen den jeweils anderen, störenden Kollegen folgen.



© Andreas Herrmann

Immer wieder taucht die Frage auf, warum wir uns so schwer tun mit Veränderungen. Und es wäre schon viel gewonnen, wenn wir den Satz „Das einzig konstante ist der Wandel" tatsächlich wörtlich nehmen und uns diese Haltung zu eigen machen könnten. In Supervisionsprozessen hilft genau dazu neben der konkreten Analyse der Situation, den Beziehungskonstellationen und eventuell möglicher Interaktionsveränderungsmöglichkeiten oft auch ein kognitives Erklärungsmodell zur Veränderungsdynamik ganz allgemein. Dieses Modell (s. Graphik) will ich im Folgenden in aller Kürze darstellen. Vorausschicken möchte ich, dass sich das Veränderungsmodell sowohl auf uns als Individuen als auch auf soziale Systeme, z.B. eine Kirchengemeinde, beziehen lässt.

Was uns als Menschen ganz wesentlich ausmacht, ist, dass wir uns als lebende Systeme ständig in einem Entwicklungsprozess befinden. Wir sind Suchende. In jeder Hinsicht sind wir andauernd auf der Suche nach gelingenden Beziehungsformen, beruflichem, spirituellem, seelischem oder auch rein körperlichem Wohlbefinden. Wir stehen also nicht still, sondern bewegen uns in einem permanenten Transformationsprozess zwischen Werden und Vergehen. Lebende Systeme, wir selbst und auch soziale Systeme sind immer in Veränderung und Entwicklung. Das einzig konstante ist der Wandel. Menschliche Entwicklung, ob individuell, partnerschaftlich, sozial oder in der Kirchengemeinde besteht aus zwei Komponenten: Etwas bleibt, verharrt und etwas verändert sich.

Wir haben den Willen zur Entwicklung (**Individuation**) und das Bedürfnis nach Stabilität und Balance (**Homöostase**). Wir entdecken neugierig die Welt (**Interesse**) und haben doch Angst, dass sich zu viel verändert. Wir wehren uns gegen die Fülle der Veränderungsprozesse (**Widerstand**) und befürchten, dass sie uns aus dem Gleichgewicht werfen und wir im **Chaos** landen. Was ist so schlimm daran? Im Chaos (nichts hat Ordnung und Bestand) aktiviert sich die Urangst der Auflösung und damit letztlich die Angst vor dem Tod.

Auf der anderen Seite haben wir Angst, dass sich nichts verändert, bewegt und wir verharren. Was ist so schlimm daran? Hier aktiviert sich die Angst vor der **Erstarrung** und damit dahinter letztlich ebenso die Angst vor dem Tod. Es geht also um Gleichgewicht und Transformation, um Konsolidierung und Differenzierung, um Veränderung und Bewahrung. Erst wenn unsere Angst vor der Stagnation größer wird als unsere Angst vor der Veränderung und der damit verbundenen Disbalance, ist Entwicklung möglich. Anders ausgedrückt: Das Leben ist und bleibt in jedem Moment eine Baustelle und nie ist es eindeutig, ob es gerade um Abbruch oder Aufbruch geht. Eindeutig bleibt nur, dass wir uns immer im Umbruch befinden. Und das kann uns Angst machen. Ja, letztlich sind wir zwischen zwei Ängsten gespannt: Erstarrung und Chaos. Und ganz folgerichtig spricht uns die Bibel als Angstwesen an, wenn in ihr als häufigster Satz überhaupt der Aufruf: „Fürchtet euch nicht!" zu lesen ist. Normalerweise reagieren wir auf unsere Ängste mit gesteigertem Kontrollverhalten (**Kontrolle**). Wir wollen es im Griff haben, das Leben und ja keine Fehler machen. Wir wollen das Leben, das Jetzt, das Glück konservieren – aber der Schmerz, das Unangenehme fordern uns zur Veränderung, zur Entwicklung und zum Lernen heraus. Wir sind wie ausgespannt, zerrissen. Niemand hat es auf dieser Welt je zu Großem und Bewegendem gebracht, ohne sich durch jede Menge Fehler weiterentwickelt zu haben. Im Hafen wird Amerika nicht entdeckt. Oder wie Bertolt Brecht es so schön ausdrückte: „Woran arbeiten Sie?", wurde Herr K. gefragt. Herr K. antwortete: „Ich habe viel Mühe, ich bereite meinen nächsten Irrtum vor."
Entwicklung findet nicht in der Komfortzone statt, sondern nur dann, wenn wir unangenehm aus dem Gleichgewicht unserer trägen Alltagsharmonie herausgefallen sind. Die Unsicherheit bringt uns weiter und um weiterzukommen müssen wir Sicherheiten verlassen.

Aber welche Kraft hilft uns dazu, Veränderungen, Entwicklungen trotz aller Unsicherheit und Angst zuzulassen (**Zulassen**)? Diese Kraft heißt **Vertrauen**. Vertrauen in mich selbst, in die Kraft des Lebens, der permanenten Veränderung. Vertrauen auch in Beziehungen, in Zukunft und Sinnhaftigkeit. Vertrauen auch in eine Kraft (Gott), die über alle Erfahrungen der Frustration und Sinnlosigkeit die Hoffnung auf Sinn immer wieder erneuert und begründet.

In Arbeitsprozessen und natürlich auch in Kirchengemeinden kommt es genauso wie in Beziehungen leicht zu Delegationen der Ambivalenzen. Der eine steht für Verharren, der andere für Neuanfang. Hier alt, da neu. Es ist in Supervisionen oft schon viel gewonnen, wenn den Supervisand*innen deutlich wird: Die Ambivalenz von Verharren und Verändern tragen wir in uns. Jede und Jeder. Das lässt mich vielleicht anders auf die Veränderungsängste des*der Anderen schauen und meine eigenen in den Blick nehmen. Sodass wir zusammen schauen können, wohin das Schiff, das sich Gemeinde nennt, segeln könnte. Natürlich fühlen sich manche Kolleg*innen in Kirchengemeinden im Hafen sicherer, aber das ist letztlich wohl nicht der Zweck von Schiffen.

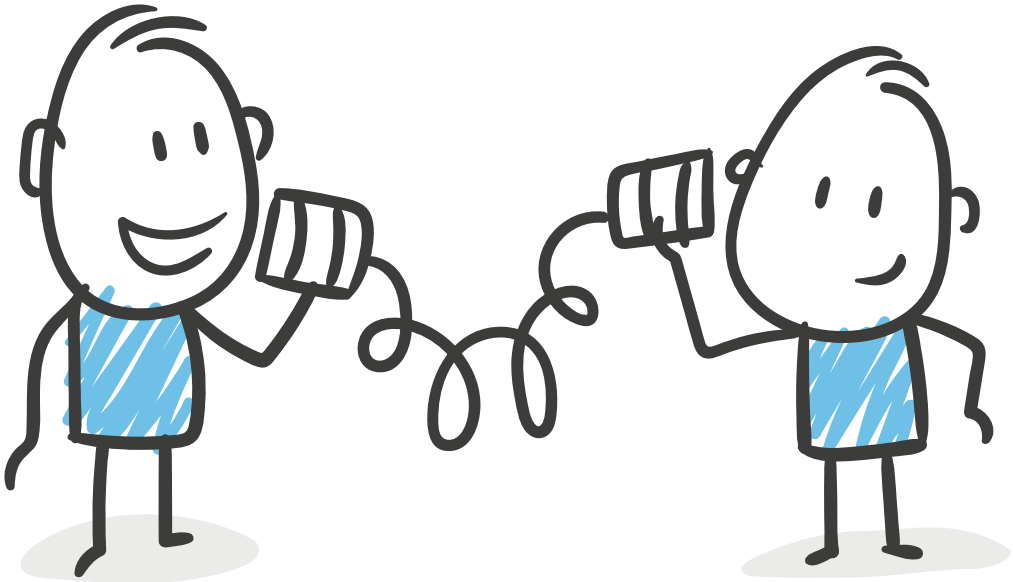
© Chuugo_AdobeStock_139666912

Bewahren, verharren – verändern, bewegen? Wir wissen nie, was lohnender sein wird. Oder wie Elias Canetti es so schön ausdrückte: „Man weiß nie, was daraus wird, wenn die Dinge verändert werden. Aber weiß man denn, was daraus wird, wenn sie nicht verändert werden?" Die Unsicherheit und Ambivalenz bleibt. Deshalb: Fürchtet euch nicht!

Andreas Herrmann
Pastoralpsychologie im ebz

Seelsorge und Beratung im digitalen Zeitalter

Wir leben in einer Zeit besonderer Veränderungen. Wir erleben die vierte kommunikative Revolution der Menschheitsgeschichte. Die erste Revolution fand statt, als ein Lebewesen erstmals eine Sprache entwickelte – der Mensch. Das ermöglichte eine differenzierte Weitergabe von Informationen von Mund zu Mund. Die zweite war die Erfindung von Schriftzeichen, wodurch die Kommunikation zwischen vergangenen und künftigen Generationen hinweg möglich wurde. Die Erfindung des Buchdrucks ermöglichte als dritte Revolution die schnelle, exakte und quasi unendliche Vervielfältigung von Inhalten. Schließlich revolutioniert nun die Technik der digitalen Informationsverarbeitung die Kommunikation global und synchron (vbw – Vereinigung der Bayerischen Wirtschaft e.V., 2017). Die Digitalisierung macht quasi alles, was ist, in einer universellen mathematischen Sprache mit Hilfe von technischen Geräten kommunizierbar. Und das verändert auch die Möglichkeiten, Bedingungen und Grenzen von Seelsorge und Beratung.



© AdobeStock_strichfiguren.de_196036527

TelefonSeelsorge und neue Medien

Jedes neue Kommunikationsmedium ruft erst einmal Vorsicht und Misstrauen hervor. Zu Beginn der Seelsorge per „Fernsprechapparat" vor über 60 Jahren konnten sich viele nicht vorstellen, ein Seelsorgegespräch zu führen, ohne dem Gegenüber in die Augen blicken zu können. Heute ruft es Bedenken hervor, Seelsorge per Chat oder Mail ohne jeden physischen Kontakt, unter Verzicht auf nonverbale Kommunikation und Hinweise auf den Kontext, aus dem heraus der oder die Ratsuchende schreibt, betreiben zu wollen.

Die TelefonSeelsorge hat sich als die Pionierin darin gezeigt, sich der jeweils modernsten Technologie für Seelsorge und Beratung zu bedienen. Sie fing an, das Telefon dafür zu nutzen, als gerade mal 10 Prozent aller Haushalte einen eigenen Telefonanschluss hatten (1956). Und sie war schon im digitalen Raum unterwegs, als Bill Gates das Internet noch nicht für erwähnenswert hielt (Wikipedia, 2020).

1995 begannen TelefonSeelsorge-Stellen in Hagen, Krefeld und Köln eine Art Briefseelsorge per Internet. Zu dieser asynchronen Art schriftlicher Seelsorge kam 2003 das Angebot der synchronen Seelsorge via Chat hinzu, in dem sich Ratsuchende*r und Seelsorger*in verabreden, auf einer dazu geeigneten Website ein schriftbasiertes Gespräch zu führen. Inzwischen bieten von den 105 bundesdeutschen TelefonSeelsorge-Stellen rund 40 auch Seelsorge per Mail und/oder Chat an. Erreichten anfangs rund 350 Mails die Seelsorger*innen, waren es im Jahr 2019 stolze 35.424. Wurden 2003 gerade einmal 200 Chat-Gespräche geführt, waren es im Jahr 2019 bundesweit 23.234. Das sind gegenüber den jährlich rund 680.000 telefonisch geführten Seelsorgegesprächen geringe, aber stetig wachsende Zahlen.

Seelsorge online – geht das?

Die Chat- und Mailseelsorger*innen der TelefonSeelsorge machen die Erfahrung, dass sich durch die Reduktion auf das geschriebene Wort seelsorgerliche Gespräche mit einer eigenen Charakteristik führen lassen. Die sogenannte „Kanalreduktion" (kein physisch wahrnehmbarer Kontakt, keine nonverbalen Signale, kein erschließender Kontext) führt eine Distanz herbei, die es besonders belasteten Menschen erleichtert, sich zu öffnen. Diese erste Distanz kehrt sich im Laufe des Kontakts in eine besondere Nähe um, wenn es gelingt, eine Beziehung herzustellen.

Schon das Telefon hilft dabei, Dinge aussprechen, die einem nicht über die Lippen kommen würden, müsste man einem anderen Menschen in die Augen sehen. Per Chat oder per Mail wird die Hemmschwelle noch weiter heruntergesetzt.

Ratsuchende haben die volle Kontrolle über das Gespräch. Sie geben nur das von sich preis, was sie preisgeben wollen. Sie können ohne Rechtfertigung das Gespräch jeder Zeit beenden. Sie müssen sich nicht der Macht des laut ausgesprochenen Wortes aussetzen, sondern dürfen sich ihren seelischen Nöten nähern, indem sie besonders bedrückende Erlebnisse schweigend in eine Tastatur eingeben. Das ermöglicht es manchem, ein Gespräch überhaupt erst zu beginnen – und das fast an jedem Ort der Welt, per PC, Laptop oder Smartphone.
Besonders deutlich spiegelt sich das in der signifikanten Zunahme des Themas Suizidalität in der Chat- und Mailseelsorge: Es ist in der Online-Seelsorge dreimal so häufig vertreten wie am Telefon.
Keine Überraschung ist es, dass sich vor allem jüngere Menschen der Online-Seelsorge bedienen. Seitdem sich das Smartphone auch bei Jugendlichen verbreitet hat, wird im Seelsorge-Chat sichtbar, unter welchem Druck sie stehen, worunter sie leiden und wie nahe an der Grenze zwischen Leben und Tod sie oft unterwegs sind. Die Seelsorge für die heranwachsende Generation erschließt sich auf dem digitalen Feld.

Sorglose Seelsorge?
Im kirchlichen Bereich ist digitale Seelsorge eine Realität. Wer als Pfarrerin besonders belasteten Gemeindegliedern per Email beisteht oder Ehrenamtliche des Besuchsdienstes über Intranet mit Anregungen zu ihrem Dienst versorgt, wer als Diakon mit Jugendlichen über eine WhatsApp-Gruppe Tag und Nacht verbunden bleibt oder wer als Bischof über Facebook tröstende und ermutigende Worte weitergibt, betreibt Online-Seelsorge – ob ihm oder ihr das bewusst sein mag oder nicht.
So begrüßenswert die kreative Nutzung digitaler Medien für die Seelsorge ist, so erschreckend ist die Sorglosigkeit, mit der das noch geschieht. Wer per Email seelischen Beistand leistet, sollte sich bewusst sein, dass auch nur mäßig begabten Hackern das Mitlesen einer Email genauso leicht fällt wie dem Postboten das Lesen einer Postkarte. Auch wie Facebook mit den Daten umgeht, die über Messenger und WhatsApp versendet werden, entspricht nicht dem, was das Seelsorgegeheimnisgesetz unter seelsorgerlicher Verschwiegenheit versteht.
Die Beratung der TelefonSeelsorge geschieht deshalb ausschließlich auf einer technisch extra gesicherten Plattform. Ratsuchende und Seelsorger*innen loggen sich unter www.telefonseelsorge.de auf dem gleichen Server ein und führen in diesem geschützten Raum ihr Gespräch – anonym, kostenfrei und sicher.

Zukunft von Seelsorge und Beratung in einer digitalen Welt
Um für die Online-Seelsorge und –Beratung gerüstet zu sein, bedarf es der Weiterbildung, Vernetzung und Forschung. Inzwischen gibt es von der Deutschsprachigen Gesellschaft für Online-Beratung (DGOB) zertifizierte Ausbildungen zum*zur Onlineberater*in (www.dg-onlineberatung.de). Es gibt Lehrbücher in Online-Beratung (z.B. Kühne & Hintenberger, 2009; Knatz, 2013; Eichenberg & Kühne, 2014; Engelhardt, 2018) und eine – natürlich digitale – Fachzeitschrift (www.e-beratungsjournal.net). Die psychologische Wissenschaft hat damit begonnen, onlinegestützte Beratungsverfahren zu entwickeln und auf deren Wirkung hin zu evaluieren. Krankenkassen unterstützen den Aufbau von automatisierten Beratungsangeboten, welche erstaunlich positive Ergebnisse vorweisen.
Ob Computer und Künstliche Intelligenz jemals die lebendige Begegnung von Mensch zu Mensch ersetzen können, darf bezweifelt werden, auch wenn massiv in Künstliche Intelligenz investiert wird. Doch in Zukunft werden sich die Kommunikationswege je nach persönlicher Neigung, Thema und Technik ausdifferenzieren. Sie sollten alle von der Seelsorge auf verantwortungsvolle Weise genutzt werden können. Die TelefonSeelsorge hat ihre Weichen dementsprechend gestellt. Im März 2020 wird sie eine Krisen-App zur Suizidprävention vorstellen. Sie bietet akut Gefährdeten Informationen über Krisen, eine Tagebuchfunktion, Ressourcensammlungen und direkten Kontakt zur TelefonSeelsorge oder anderen Anlaufstellen.
Die Technik scheint sich in Richtung einer Multichannel-Lösung zu entwickeln. So hat die Telekom – der mit Abstand größte Sponsor der TelefonSeelsorge – ihr von der TelefonSeelsorge verwendetes Tool für gewerbliche Anbieter weiterentwickelt. Es ermöglicht Kunden, über das von ihnen bevorzugte Kommunikationsmedium mit dem Kundenservice in Verbindung zu treten: per App, Chat, Mail, Telefon oder persönlich. Wenn sich die Menschen an diese Art der Kommunikation gewöhnen, wird es die Seelsorge auch tun.

Norbert Ellinger
Leitung Evangelische TelefonSeelsorge München

Quellen:
Eichenberg, Ch. & Kühne, S. (2014). Einführung Onlineberatung und –therapie. München: UTB.
Engelhardt, E.M. (2018). Lehrbuch Onlineberatung. Göttingen: V & R.
Knatz, B. (2013). Handbuch Internet Seelsorge – Grundlagen, Formen, Praxis. Gütersloh: Gütersloher Verlagshaus.
Kühne, S. & Hintenberger, G. (2009). Handbuch Online-Beratung. Göttingen: V&R.
vbw – Vereinigung der Bayerischen Wirtschaft e.V. (Hrsg.) (2017). Bildung 2030 – veränderte Welt. Fragen an die Bildungspolitik. Gutachten. Münster: Waxmann.
Wikipedia, Die freie Enzyklopädie. (9. März 2020). Geschichte des Internets. Verfügbar unter https://de.wikipedia.org/w/index.php?title=Geschichte_des_Internets&oldid=197588510 [Abgerufen am 31. März 2020].
Leitung Evangelische TelefonSeelsorge München

Stabilität und Wandel – welche Bedingungen braucht Veränderung?

Krise als Gefahr & Chance
In der therapeutischen Landschaft gilt das chinesische Schriftzeichen für „Krise", das aus den beiden Symbolen für „Gefahr" und „Chance" besteht, als häufig verwendete Metapher dafür, dass Veränderung neben Erschütterung und Unsicherheit auch immer eine Chance auf Neubeginn, Wachstum und positive Entwicklung mit sich bringt. Menschen in Umbruchsituationen kann dieser Gedanke Mut machen: sich nicht als hilflos ausgeliefert zu empfinden, sondern die Erschütterung und das Wegbrechen vertrauter Muster auch als Möglichkeit zur Entwicklung neuer Kompetenzen wahrzunehmen und zu nutzen und im wahrsten Sinne des Wortes an der Krise zu wachsen.
In unserer Arbeit in der Erziehungsberatung erleben wir viele Menschen in Krisen und Umbrüchen, seien es akute, durch plötzliche Krankheit, Trennung, Schicksalsschläge oder andere kritische Lebensereignisse oder seien es chronische, durch langjährige destruktive innerfamiliäre Interaktionen und Beziehungsmuster, die krankmachend sind und die Familie belasten. Krisen haben viele Gesichter:

„Beim Familiennachmittag in einem Kindergarten bittet mich eine Mutter zur Seite. Ihr kleiner Sohn sei aggressiv ihr gegenüber, vor allem auf dem Heimweg vom Kindergarten wolle er nicht mit, er schreie und verwende Schimpfwörter. Wir ziehen uns für ein Gespräch zurück, aber der Junge will mitkommen und kuschelt sich bei der Mutter auf den Schoß. Sehr schnell wird klar, dass sich die Familie gerade in einer Ausnahmesituation befindet: Die gerade volljährige ältere Schwester des zornigen jungen Mannes hat sich letztes Jahr von einem gewalttätigen Partner getrennt, nächste Woche ist die Gerichtsverhandlung. Die junge Frau steht entsprechend unter Stress, zeigt depressive Symptomatik, trinkt viel und gerät oft in Konflikt mit der Mutter. Ich entscheide in diesem Moment, dass das der falsche Zeitpunkt für kluge Tipps und Optimierung der mütterlichen Interaktion mit ihrem Kindergartensohn ist. Wir sprechen darüber, was sie für ihre Tochter tut, und wie gut sie es schafft, in Kontakt mit der Tochter zu sein. Ich sage ein bisschen etwas dazu, dass es wichtig für den Sohn ist, zu verstehen was mit seiner Schwester passiert, und formuliere ein paar kindgerechte Sätze zur Psychoedukation. Der junge Mann auf dem Schoß der Mama bekommt Elefantenohren. Ich sage der Mutter, wann ich wieder im Kindergarten bin und wie sie mich dazwischen erreichen kann. Weitere Hilfen für die Tochter – wie eine Ärztin und eine Suchtberatung – hat die Mutter schon von selbst herausgesucht und angeleiert. Ich entlasse sie mit einem Kompliment." (Janina Klemm)

Auch wenn die Metapher von der Krise als Chance eine sehr schöne, hilfreiche Umdeutung sein kann, gilt es im Beratungsprozess, das richtige Timing einzuhalten. Ein derartiges positives Reframing kann geradezu zynisch sein, wenn es nicht erst eine Würdigung gibt für die bisher gefundenen Lösungen und für die Anstrengung, mit der alle Beteiligten den aktuellen Systemzustand aufrechterhalten.

Never change a running system
Wie wichtig das richtige Timing für Veränderung, die Würdigung des Problems und die Anerkennung der bereits betriebenen Anstrengungen ist, erleben wir in unserer alltäglichen Beratungsarbeit. Viele Menschen empfinden Veränderungen als etwas äußerst Bedrohliches und Aversives und schieben Veränderungsprozesse so lange wie möglich auf. Nicht wenige ziehen trotz großem Leidensdruck den „bekannten Schrecken" dem „Schrecken des Unbekannten" vor. Außenstehende und nicht persönlich Betroffene können dies manchmal gar nicht nachvollziehen, da eine Lösung scheinbar auf der Hand liegt oder weil man meint, eine Veränderung sei auf jeden Fall eine Verbesserung. Wieso nehmen sie lieber Leid für sich und ihre Angehörigen in Kauf, anstatt etwas zu verändern?
In der systemischen Theorie spricht man von Attraktoren, also Verhaltens- und Interaktionsmustern, die sich stabilisieren und denen die Mitglieder des Systems dann quasi unterworfen sind. Diese Attraktoren sind stabiler, je länger sie erprobt sind, und auch bei einstweiligen Veränderungen besteht die Gefahr, in diese Muster zurückzufallen.
Systeme sind immer bestrebt, ihr Gleichgewicht und damit ihren Fortbestand zu sichern und so das Funktionieren des Systems aufrechtzuerhalten. Never change a running system. So gesehen handeln Menschen, die sich scheinbar widersinnig verhalten, weil sie einerseits Beratung aufsuchen und andererseits die Empfehlungen der Beratenden in den Wind schreiben (frei nach dem Motto: „Wasch mich ohne mich nass zu machen!"), im Grunde sehr klug. Sie handeln gemäß ihres ureigensten Schutzimpulses. Alte Fehler zu wiederholen, alte Verhaltensmuster trotz besseren Wissens beizubehalten hat etwas zutiefst Sinnhaftes: Es erhält das System. Viele sehr unglückliche, konflikthafte Familiensysteme sind äußerst stabil:

„In der Beratung begegne ich einer zutiefst erschöpften Mutter, die über ihre 14jährige Tochter klagt. Sie könne das liebste Kind der Welt sein, doch dann raste sie aus, halte sich an keine Regel mehr, stehle, schreie, beschimpfe sie, schlage Türen. Die Mutter sagt, sie ertrage es nicht mehr länger und wünsche sich, dass ihre Tochter fremduntergebracht werde. Für einen letzten eigenen Versuch in Sachen Erziehung fehle ihr einfach die Kraft. Ihre Not und Entschlossenheit sind so groß, dass sie sich an das Sozialbürgerhaus wendet und um eine Unterbringung ihrer Tochter bittet. Kaum hat sie die BSA überzeugt und die Unterbringung ist in die Wege geleitet, zieht sie ihre Bitte überraschend zurück: Es habe einen schrecklichen Krach gegeben, danach habe ihre Tochter sehr geweint, sich einsichtig gezeigt und sie hätten sich ausgesöhnt. Sie hätten ein ganzes Wochenende nur mit Kuscheln verbracht. Die Unterstützung des Jugendamtes benötige sie nun nicht mehr, sie sei

©AdobeStock_Jane_65238876

optimistisch, dass ihre Tochter sich verändert habe. Kurze Zeit später befindet sich die Mutter erneut am Rande eines Zusammenbruchs und bittet wieder um Unterbringung ihrer Tochter.
Je besser ich Mutter und Tochter kennenlerne, desto mehr entsteht in mir das Bild, dass beide in einem stabilen Kreislauf aneinander gebunden sind: die Tochter rebelliert und fordert lautstark die elterliche Präsenz und Grenzen durch ihre Mutter ein, die Mutter reagiert darauf mit Rückzug und immer tieferer Apathie. Schließlich kommt es zu einer heftigen Eskalation, nach der die Tochter ganz klein und hilfsbedürftig wird und sie und ihre Mutter ein paar harmonische Stunden voller Verbundenheit und Zuneigung miteinander erleben können. Dann steigt wieder das Bedürfnis der Tochter nach Individuation und der Kreislauf beginnt von vorne. Beide leiden, beide spüren, dass es so nicht weitergeht, aber weder Mutter noch Tochter können aus eigener Kraft aus dem Kreislauf aussteigen…" (Linde Leschinski)

„Zu mir in die Beratungsstelle kommt eine asiatische Mutter. Die Kinder- und Jugendpsychiatrie hatte bei ihrem Sohn vor Jahren ein Asperger-Syndrom diagnostiziert. Sie tut sich schwer damit – kann es nicht glauben – will es nicht wahrhaben – hat Angst. Sie hat gelernt: Wichtig im Leben ist eine gute Schulausbildung, Erfolg im Beruf. Ohne diese Sicherheit hat man keine Chance, v.a. in der heutigen Zeit. Deswegen sagt sie, muss ihr Sohn eines Tages das Abitur machen, studieren, erfolgreich sein. Es fällt ihr schwer, sich auf ihren Sohn einzulassen, so wie er ist. Die Förderschule denkt sie sich irgendwie weg. Sie hat sich ihr und sein Leben und das Leben ihres Mannes als eine gerade Linie vorgestellt. Und jetzt ist dies alles in Frage gestellt. Bei einem Gespräch habe ich das Gefühl, wir haben sehr unterschiedliche Vorstellungen: Leistung scheint für sie alles zu sein, was zählt. Wir Deutschen hätten keine Ahnung davon, wie es in der Welt zugeht – was man braucht. Wir würden dies schon noch merken mit unserer Weichspül-Pädagogik. Ich habe die Befürchtung, dass sie nicht mehr zu mir kommen wird. Und doch bleibt sie. Sie kommt wieder und wieder. Sie versucht, sich auf die Erkrankung ihres Sohnes einzulassen, über die Diagnose und auch über ihre zerplatzten Träume ihres Lebens zu trauern. Und dann bemerkt sie wieder nebenbei: Bestimmt wird er mal ein ganz berühmter Forscher!" (Franziska Thiel)

Wie können wir also Menschen dabei unterstützen, notwendige Veränderungen zu meistern und etwas anderes zu versuchen als bisher?
Die deutsche Gruppe Silbermond („Irgendwas bleibt", 2009) hat in ihrem Songtext das große Bedürfnis nach Sicherheit und Stabilität anschaulich beschrieben: „…Gib mir ein kleines bisschen Sicherheit in einer Welt, in der nichts sicher scheint…"

Mit diesem Wunsch nach Sicherheit kommen viele Klient*innen in die Beratung. Es kann ohnehin kein Veränderungsprozess beginnen, bevor dieses Gefühl nicht hergestellt ist. Zunächst einmal gehören scheinbar banale Faktoren unseres Settings dazu: Der ruhige Raum, die geschlossene Tür, ein bequemer Stuhl, die den Klient*innen allein gewidmete Zeit, unsere Schweigepflicht. Danach geht es um die Beziehung zwischen Klient*innen und Beratenden: freundliches Interesse, Wertschätzung versuchter Lösungen, keine (Vor-)Verurteilung, Verlässlichkeit. Nicht zuletzt geht es um die Gestaltung des Prozesses: Wie schnell sollen, müssen, können oder dürfen Veränderungen passieren? Was spricht vielleicht sogar gegen Veränderung? Was kann (erstmal noch oder immer) bleiben? Wie gehen wir mit Rückschlägen um? Und last but not least: Wie stabilisieren wir wiederum die gewonnenen Fortschritte und Veränderungen? Erst wenn sich die Klient*innen hier sicher fühlen, dem Beratenden und dem Setting vertrauen, eröffnen sich Möglichkeiten für Veränderungen.

„Immer schneller, effizienter, funktioneller, in vielen Lebensbereichen haben sich auch bei den Kindergruppenkindern diese Anforderungen widergespiegelt. Wenn unsere Kinder um 17 Uhr zum Gruppentreffen eintrudelten, lag in der Regel schon ein eng durchgetakteter Tag hinter ihnen. Wie gut, dass es bei uns dann nicht schon wieder um Leistung ging. Ganz im Gegenteil.
Im wöchentlichen Schnappschuss (Erlebnisspiel aus dem Sozialtherapeutischen Rollenspiel) tauschten wir Erlebnisse aus der Woche aus. Den Regeln entsprechend, jede und jeder, so wie es eben den Bedürfnissen der Kinder entsprach. Das Festhalten an diesem Eingangsritual, öffnete uns den Blick sowohl auf das, was jeden einzelnen aktuell bewegt, als auch auf den gesamten Gruppenprozess. Gerade in der Anfangsphase einer neuen Gruppe, hörten wir von den Kindern vorrangig Erlebnisbilder, die uns an ihren Erfolgen teilhaben ließen.
Wenn sich dann das Vertrauen und die Sicherheit im Gruppenprozess gefestigt hatten, trauten sich die Kinder auch über ihre Not zu sprechen. Das regelgebundene Format des Erlebnisspieles (Schnappschuss) ermuntert die anderen Kinder und uns zur Einfühlung in das Erleben, untersagt aber Kommentieren und Interpretieren. So fördert gerade diese ritualisierte Form des Austausches die Freiheit über vieles zu reden, weil sich alle auf die Verbindlichkeit im Ablauf verlassen können.
Der feste Rahmen machte dann die Veränderungen und Entwicklungen in Bezug auf die Gruppenziele erst möglich. Viele Themen der Kinder tauchten regelmäßig auf und ich nahm sie als zeitübergreifend wahr. In den themenspezifischen Kindergruppen gestalteten wir dazu einen Anregungsrahmen. So zum Beispiel in den KipsE Kindergruppen. In Bilderbüchern und Geschichten hörten die Gruppenkinder zunächst von den Protagonisten dieser Erzählungen. So konnten die Kinder ihr eigenes Erleben einbetten und einordnen: Ich habe nicht Schuld an der Erkrankung meiner Eltern.
Die Solidaritätserfahrung in der Gruppe verstärkte diese wichtige Erkenntnis für die Kinder enorm." (Theo Kornder)

Geduld als beraterische Kompetenz
Als Beratende haben wir also schon eine Idee, dass Veränderung auch Stabilität braucht. Gleichzeitig haben diese stabilen Familiensysteme oft gravierende Probleme und das ganze System oder einzelne Mitglieder – und meist sind es die Kinder, die die Hauptleidtragenden sind – haben einen hohen Leidensdruck und zeigen diesen indem sie vielfältige Symptome entwickeln, die das System dann auf die altvertraute Weise zu behandeln versucht. Lösungsversuche werden oft selbst zu Problemen.
Wie also können wir als Beratende das aushalten? Was tun wir, wenn wir die Klient*innen am liebsten wach rütteln würden? Wie können wir die Eltern wertschätzend begleiten, wenn wir den Leidensdruck der Kinder sehen?
Unsere Idee: Indem wir uns auf die Grundsätze unserer Disziplin berufen. Die professionelle Haltung in der sozialen Arbeit orientiert sich an festen Werten, wie Emanzipation und Hilfe zur Selbsthilfe. Alle Systemiker*innen kennen den Grundsatz der Neutralität – und dazu gehört auch die Neutralität gegenüber Veränderungen. Und überhaupt lehrt uns die Systemtheorie hier Demut – wir können Systeme ohnehin nicht in eine von uns vorgesehene Richtung verändern. Wir können nur stabilisieren, wach rütteln, und hoffen.
Und Hoffnung geben uns genau diese Fälle, in denen sich etwas getan hat, ohne dass wir großartige Interventionen voller Aktionismus gestartet haben. Die Fälle, in denen wir einfach stabile Gesprächs- und Ansprechpartner*innen waren. Die Fälle, in denen wir dadurch Veränderung ermöglicht haben, indem wir sie nicht eingefordert haben.

Das Team der Erziehungsberatung Ramersdorf/Perlach

Quellen:
Silbermond (2009): „Irgendwas bleibt" aus dem Album „Nichts passiert". SONY Music Entertainment (Germany) GmbH.

Aufgeben ist keine Lösung!

Von den Anfängen der PIB 1972 bis zur PIBS von heute

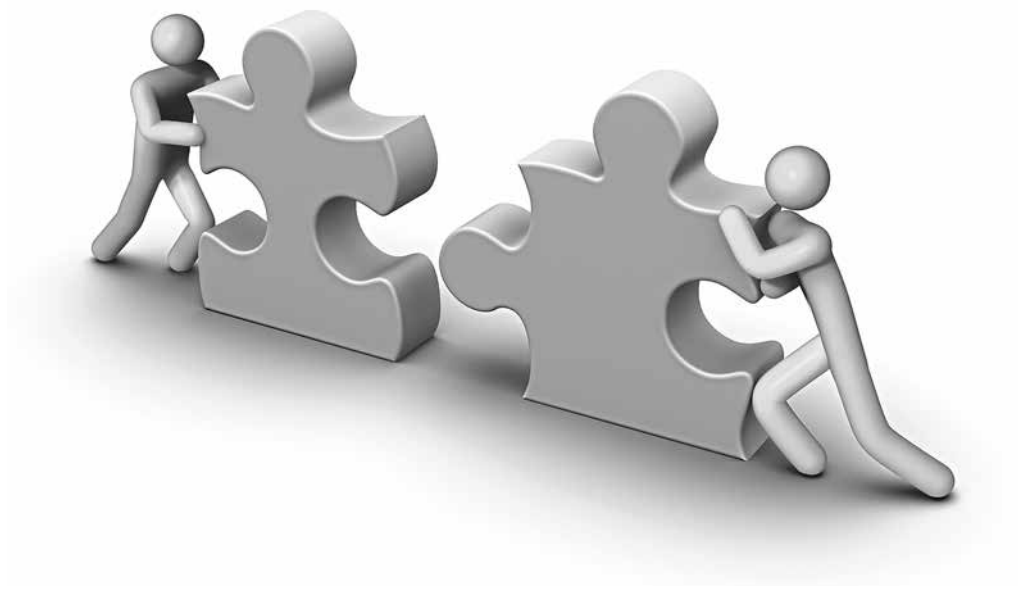
Innerhalb kurzer Zeit hatten sich mehrere Gymnasiasten das Leben genommen. Engagierte Lehrkräfte konnten Vertreter beider Kirchen von der Notwendigkeit eines spezifischen Beratungsangebots für Schüler*innen überzeugen. Daraufhin wurde 1972 die ökumenische „Pädagogisch-Psychologische Information- und Beratungsstelle für Schüler/Schülerinnen" (PIB) gegründet, finanziert von der Diözese München und Freising sowie der Evangelischen-Lutherischen Landeskirche Bayern. Ziel war eine pädagogische sowie psychologische Unterstützung bei schulbezogenen Problemen, aber auch Krisenintervention. Ehrenamtlich beratende Gymnasiallehrkräfte unterstützten einen Diplompsychologen in Räumen von St. Bonifaz bei pädagogischen Fragestellungen oder gaben Nachhilfe. Die hohe Nachfrage führte bald zur Einstellung weiterer psychologisch und pädagogisch ausgebildeter Fachkräfte.

Anfang 1990 veränderte das neue Kinder- und Jugendhilfegesetz das Verständnis von Jugendhilfe grundlegend. 1992 übernahm Robert Bögle die Stellenleitung. Er sorgte dafür, dass die PIB im Zuge der Regionalisierung sozialer Arbeit in München als Teil der Jugendhilfe und überregionale Erziehungsberatungsstelle mit Spezialauftrag verstanden wurde. Mittlerweile gab es 3,5 Planstellen für Beratungsfachkräfte verteilt auf sechs Kolleg*innen mit psychologischer und/oder pädagogischer Ausbildung und unterschiedlichen therapeutischen Zusatzqualifikationen. Eine Vielzahl differenzierter Gruppenangebote für Kinder, Jugendliche und Eltern ergänzte die Einzel- und Familienberatung, aber auch Vorträge und Seminare für Eltern und Lehrkräfte wurden entwickelt, in dem Bemühen alle betroffenen Systeme mit einzubeziehen. Schüler*innen und Auszubildende aller Altersstufen und Schularten sowie deren Familien wurden ebenso angesprochen wie Lehrer*innen, die nun auch im erweiterten Namen der Stelle erwähnt wurden. Im Zusammenhang mit dem Skandal um den sexuellen Missbrauch von Kindern und Jugendlichen in kirchlichen Institutionen wurde die PIB beauftragt, entsprechende Schulungen und Interventionsmaßnahmen zu entwickeln und durchzuführen. Die Profilierung zum Thema Kindeswohlgefährdung wurde auch von städtischer Seite durch finanzielle Förderung entsprechender Veranstaltungen anerkannt.

2001 konnten großzügige Räumlichkeiten bezogen werden, die im neu erbauten Jugendhaus in St. Bonifaz entsprechend den Bedürfnissen einer Beratungsstelle geplant worden waren. 2008 wurde dem Antrag auf ergänzende Förderung durch städtische Mittel stattgegeben.

Trotz dieses Erfolgs und der allgemeinen Anerkennung der geleisteten Arbeit, sah die Diözese 2012 keine Möglichkeit mehr, die Beratungsstelle wie bisher anteilig zu finanzieren. Statt einer Jubiläumsfeier zum 40jährigen Bestehen wurde die PIB im Sommer 2012 geschlossen, die verbliebenen Mitarbeiter*innen sollten versetzt werden, der Stellenleiter war wenige Monate vorher in den Ruhestand gegangen.

Viele Familien finden gerade über das Thema „Schule" Zugang zu dringend benötigten Beratungs- und Unterstützungsangeboten. Die betroffenen Berater*innen waren deshalb weiterhin von der Bedeutung eines systemunabhängigen Beratungsangebots rund um Schule überzeugt und versuchten einen neuen Träger zu finden. Frau Drescher setzte sich als Vorständin des Evangelischen Beratungszentrums dafür ein, die Mittel der Evangelischen Landeskirche wie bisher zu gewähren, auch der städtische Zuschuss wurde weiterhin zugesichert. Im Oktober 2012 konnten drei Fachkräfte der PIB auf 1,5 Planstellen ihre Tätigkeit unter der Trägerschaft des Evangelischen Beratungszentrums e.V. wieder aufnehmen, bald unterstützt von einer Teilzeitsekretärin. Aus PIB wurde PIBS.



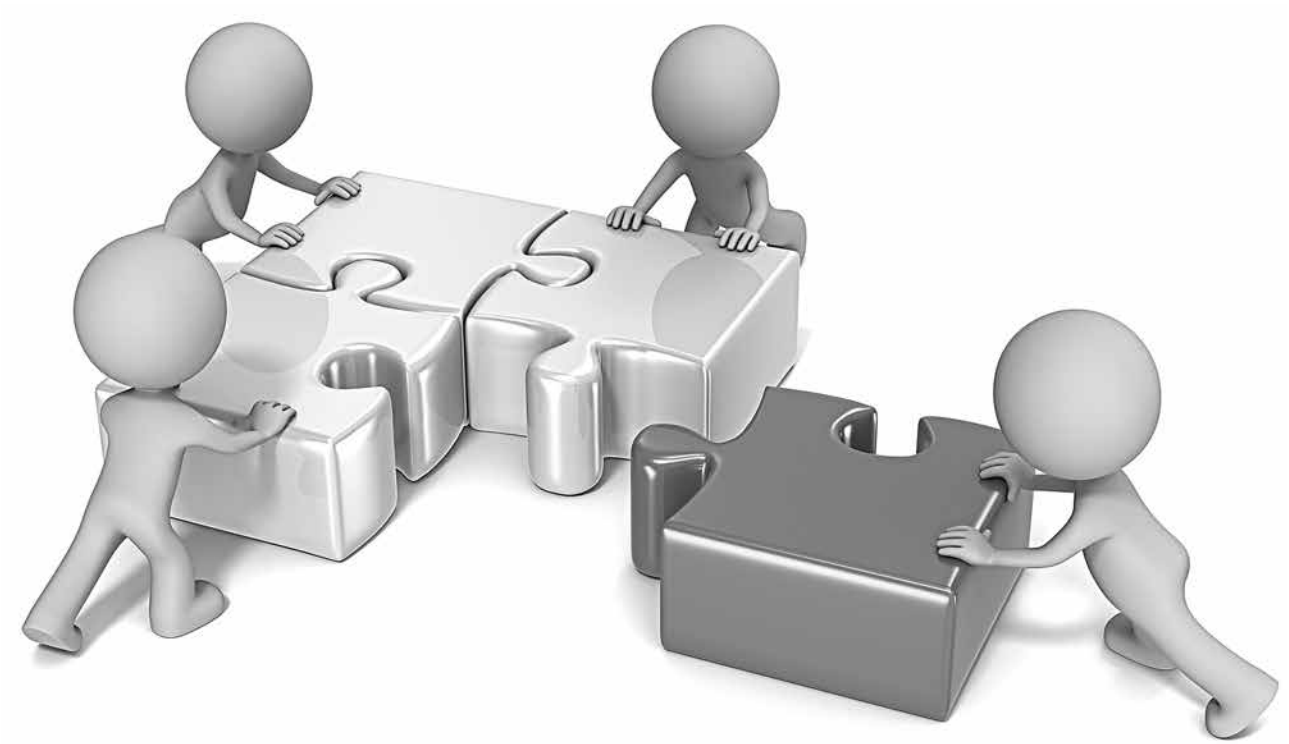
© AdobeStock_Ayzek_32479920

Ursula Stolberg-Neumann
Psychologische Information und Beratung für Schüler*innen, Eltern und Lehrkräfte (PIBS)

Veränderungen in der Beratungslandschaft der HuG: Welche erleben wir, welche wünschen wir?

Unsere Beratungsstelle für Menschen mit Hörbehinderung und deren Angehörige (HuG) war im Jahr 2019 auch nicht von Veränderungen „verschont", auch wenn wir nicht direkt von den Renovierungsarbeiten unseres „Mutterhauses" auf der gegenüberliegenden Straßenseite betroffen waren. Nach dieser Hochphase im Sommer, in der wir unsere Büroräume für Kolleg*innen zur Verfügung gestellt hatten, zeigte sich in unserer Beratungsarbeit interessanterweise ein länger anhaltender Rückgang der Neuanmeldungen. Zugleich nahm die Komplexität unserer Fälle enorm zu: Zum ersten Mal nach einigen Jahren wurden Klient*innen nach dem sog. Münchner Modell an uns verwiesen, auch ist der Anteil von sog. High-Conflict-Fällen stark gestiegen; erstmalig mehr EFL- als EB-Fälle und zum anderen wurde das Spektrum der beraterischen Anfragen erweitert: Ein nicht geringer Teil beinhaltete spezifische Anliegen, die über unsere Fachgebiete hinausgehen – wie z.B. Beratung zur Gewaltthematik oder Sucht sowie Psychotherapie für hörbehinderte Kinder und Jugendliche.

Infolgedessen diskutierten und diskutieren wir unsere Kernkompetenzen. Wir sind kein „Auffangbecken" oder gar ein Krisendienst. Allerdings bemerken wir immer wieder, dass wir von anderen Stellen so wahrgenommen und genutzt werden. Im Grunde ist das sehr verständlich, denn der Zugang zu den themenspezifischen Fachstellen bzw. Einrichtungen ist für Menschen mit Hörbehinderung oftmals – noch (?) – nicht barrierefrei. Dies zeichnet sich durch fehlende Gebärdensprachkompetenz und/oder Hintergrundwissen (über das Leben mit einer Hörbehinderung und deren Kultur) der beratenden oder therapierenden Fachkräfte oder durch fehlende Ressourcen und Bereitschaft für einen Einsatz von Gebärdensprach- oder Schriftdolmetschenden aus.



© AdobeStock_Jojje11_70322334

des Weiteren waren wir vermehrt mit Fragen bzgl. Kindeswohlgefährdung im Sinne von §8a und §8b SGB XIII sowie Selbst- und Fremdgefährdung konfrontiert.
Diese Veränderungen schlagen sich auch in unseren immer anspruchsvoller und intensiver werdenden Fallbesprechungen nieder, die teilweise von Kolleg*innen aus den anderen Fachabteilungen des ebz begleitet wurden und werden, welche diese Feststellung auch teilen. Auch war in manchen Fällen eine engere fachliche Begleitung durch unsere Abteilungsleitung nötig.

Unsere Fachbereiche EB und EFL gleichermaßen abzudecken sowie ein- und abzugrenzen, war und bleibt eine Herausforderung für uns. Zum einen gab es im Jahr 2019

So groß manche Not der Ratsuchenden hinsichtlich der spezifischen Bereiche auch ist, gehört es unseres Erachtens zur Professionalität, unsere fachlichen Grenzen zu wahren und Fälle abgeben zu können. Hier erfüllen wir eine „Lotsenfunktion", wofür wir nach wie vor viel Zeit in eine inten-

sive Netzwerkarbeit investieren.
In der Beratung von Klient*innen mit Multiproblemlagen, die bei uns angedockt sind, liegt es an uns, zu fokussieren und im Sinne der Auftragsklärung bei den Schwerpunkten unserer Fachgebiete zu bleiben bzw. diese einzugrenzen. Natürlich erachten wir es als notwendig und sinnvoll, den jeweiligen Kontext der Klient*innen – im Sinne des systemischen Denkens und Arbeitens – in die Beratung miteinzubeziehen, während wir die erarbeiteten Schwerpunktthemen im Fokus behalten.

In solchen Fällen ist es oft sinnvoll, mit den Fachkräften der anderen hörbehindertenspezifischen Einrichtungen fallbezogen zu kooperieren, die diese Ratsuchende ggf. auch betreuen. In der Tat konnten wir bislang mehrfach von der interdisziplinären Zusammenarbeit für unsere Beratungsarbeit profitieren – nicht nur zur Klärung der Zuständigkeiten, sondern auch z.B. für den Austausch bestimmter Informationen (gemäß der Schweigepflichtentbindung). Es hat sich gezeigt, dass bei vorliegender eingeschränkter Gebärdensprachkompetenz einer Fachkraft – ohne Zusammenarbeit mit Dolmetschenden – oft Missverständnisse oder Informationsdefizite bei den Klient*innen bestehen, die sich wiederum z.B. auf Compliance oder vereinbarte Ziele (z.B. in einem Hilfeplan) auswirken könnten.

Inklusion (nur) durch Veränderung
Im Sinne der UN-Behindertenrechtskonvention, die Deutschland vor mittlerweile gut zehn Jahren ratifiziert hat, dürften die größtenteils noch vorhandenen Barrieren bei den Fachstellen, die nicht auf Menschen mit Hörbehinderung spezialisiert sind, (weiter) abgebaut werden. Vor der praktischen Umsetzung, wie Einsatz (und Kostenübernahme) von Gebärdensprachdolmetschenden oder ggf. notwendige Optimierung der akustischen Bedingungen in den Beratungsräumen, ist erstmal eine Reflexion, Überprüfung und möglicherweise notwendige Veränderung der eigenen Haltung erforderlich. Dass Inklusion in erster Linie im Kopf beginnt bzw. eine Haltungssache ist, wurde auch auf der Stellenleitungstagung des Diakonischen Werks Bayern im November 2019 erneut (und unabhängig voneinander) festgestellt und -gehalten.

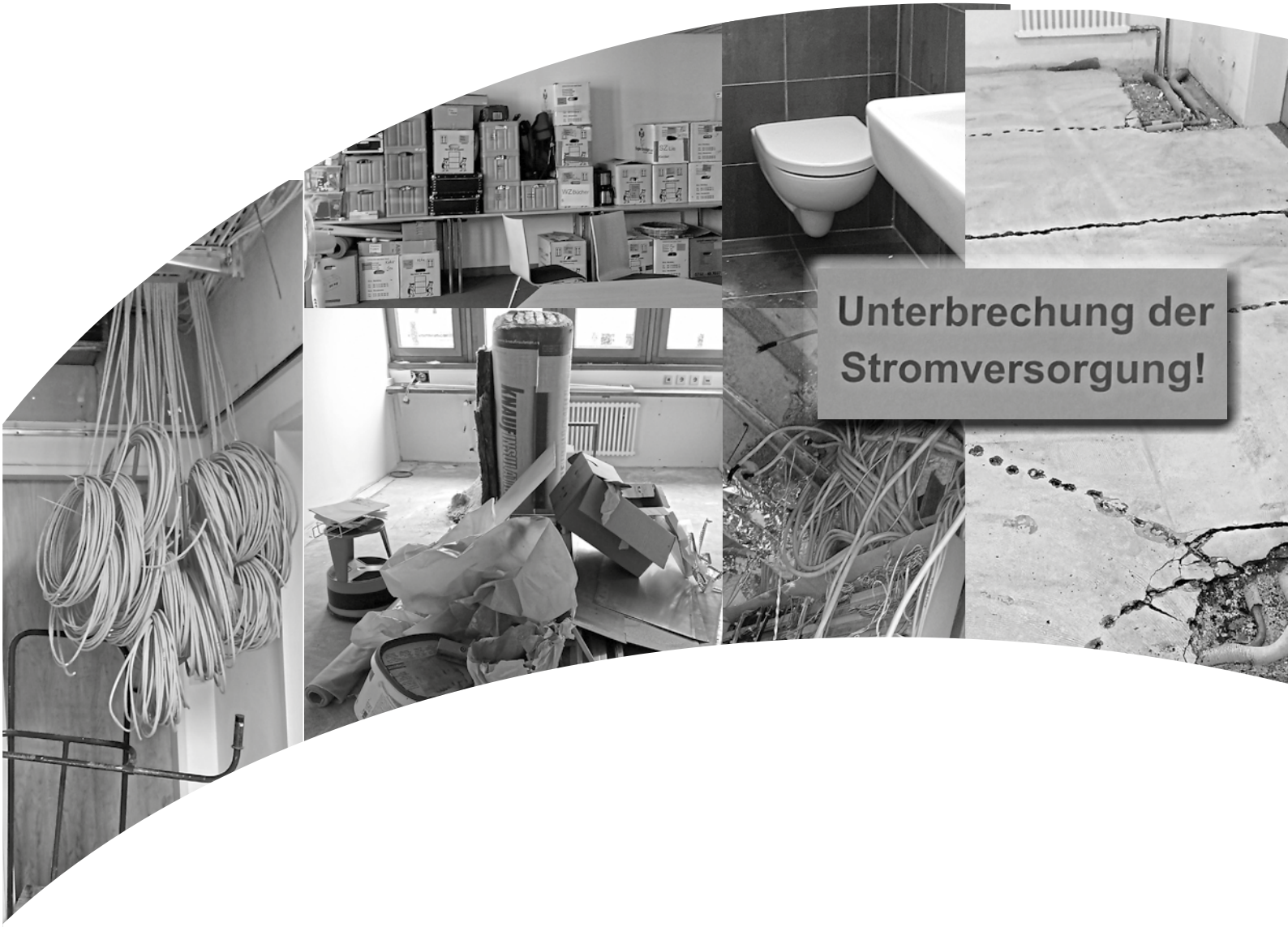
Des Weiteren kann Inklusion am besten gelingen, wenn sie von beiden Seiten betrieben wird und diese aufeinander zugehen und sich einander öffnen. Dies heißt in unseren Augen unter anderem nach dem Motto „Nichts über uns ohne uns!" oder – um es wieder einmal systemisch auszudrücken – die Menschen mit Behinderung als „Experten in eigener Sache" zu sehen und zu Rate zu ziehen. Die Sensibilisierung kann auch auf kollegialer Ebene vorangehen: Im Sinne eines Coachings oder Briefings.

Zu unserer großen Freude haben wir im Rahmen unserer Kooperationsarbeit bei einigen „regulären", vor allem neu eingerichteten Fachstellen in München und Umland ausdrückliches Interesse und Bereitschaft für die Öffnung ihres Beratungs- bzw. Hilfsangebots für Menschen mit Hörbehinderung erfahren. Hier sind u.a. das TZHM (Trauma Hilfe und Therapiezentrum), der Kinderschutzbund, bUnt (Barrierefreie Unterstützung für gewaltbetroffene Frauen mit Behinderung im Frauennotruf Fürstenfeldbruck) und Casa Papa zu nennen.
Daran können sich unseres Erachtens viele weitere Einrichtungen, die nicht über eine Gebärdensprachkompetenz verfügen oder Unsicherheit im Umgang mit Hörbehinderung haben, ein Beispiel nehmen. Eine solche Veränderung, nämlich eine vermehrte Selbstverständlichkeit für den Einsatz von Gebärdensprach- oder Schriftdolmetschenden in der Zusammenarbeit mit Menschen mit Hörbehinderung ist unseres Erachtens wünschenswert. Hier ist es wesentlich, dass die Kostenübernahme dieser Dienstleistung klar geregelt und für alle Beteiligten transparent ist. Es wäre wünschenswert, wenn es nicht dabei bleibt, sondern die Fachstellen sich auch intensiv mit Kultur und Geschichte der Menschen mit Hörbehinderung befassen und somit ihre Fachkompetenz auch dieser Zielgruppe anbieten können.

Auch wir verändern uns stetig: Im Zuge der Inklusion gibt es eine bewusste Öffnung gegenüber schwerhöriger lautsprachlich orientierter, taubblinder bzw. hörsehbehinderter Klientel und ein verstärktes Ansprechen der hörenden Angehörigen, worauf wir uns in unserer nächsten Öffentlichkeitsarbeit konzentrieren werden.

Schließlich hoffen wir, dass wir uns in der Zukunft getrost auf unsere Fachgebiete fokussieren und bei darüber hinausgehenden Anliegen guten Ge-/Wissens weiterverweisen können – und vice versa.

Anna Stangl
Erziehungs-, Ehe-, Familien- und Lebensberatung
für Menschen mit Hörbehinderung und deren Angehörige (HuG)



Jahresbericht

Das Jahr 2019 im ebz

Veränderung gehört zum Leben

Loslassen – Zulassen – Entstehen lassen*
Wir im ebz mussten im Jahr 2019 so manches loslassen, zulassen und entstehen lassen. Daher kam auch der Impuls, den diesjährigen Bericht unter den Leitgedanken der Veränderung zu stellen. Denn nicht nur in der Arbeit mit unseren Klient*innen begegnen uns die Herausforderungen, die mit Veränderungen verbunden sind, sondern auch als Beratungseinrichtung.

Wir hatten während des gesamten Jahres eine große Brandschutz-Sanierung mit einer erstmaligen Schließung des ebz in der Landwehrstraße 15 für drei Wochen im Sommer. Das hat die Beratungsarbeit immer wieder beeinträchtigt durch Lärm, Staub, Handwerker im Haus, Strom- und Internetausfall und anderes mehr. Die Klient*innen und Mitarbeitenden waren in ihrer Flexibilität und Geduld herausgefordert. Glücklicherweise konnten wir phasenweise in Räume des Kirchengemeindeamtes ausweichen, um auch jenseits des Lärms und Drecks im Haus noch Beratungsangebote machen zu können. Wie bei jeder Sanierung gab es auch bei uns Überraschungen: So war eine Wand wider Erwarten tragend und konnte nicht entfernt werden, die Arbeiten dauerten länger als erwartet, manches wurde schöner als gedacht.

Wer ein Problem hat und es nicht haben will, hat zwei!*
Wir haben uns die Baustelle nicht gewünscht und haben uns immer wieder angestrengt, die Situation so anzunehmen wie sie ist. Überraschenden Lärm, Staub und Baustellenverzögerungen haben wir als Herausforderung erkannt, um aktiv damit umzugehen. Dank der Geduld und Flexibilität aller im ebz ist uns das meistens sehr gut gelungen! Darüber bin ich in der Rückschau sehr froh.
Und das Ergebnis ist gut: Das ebz in der Landwehrstraße hat sich auf jeden Fall optisch deutlich verändert. Ja, es ist schöner geworden und vor allem sicherer im unwahrscheinlichen Auftreten eines Feuers. Die Schönheitsreparaturen sind zwar noch nicht abgeschlossen, aber es ist ein Ende absehbar.

Mit Offenheit und Gelassenheit an Veränderungen herangehen*
Viel prägender sind die Veränderungen auf der Leitungsebene des ebz:
Von März bis Dezember hatte das ebz vorübergehend einen (zweiten) kaufmännischen Vorstand. Unabhängig davon hat unsere Vorständin Frau Pfarrerin Gerborg Drescher im Sommer entschieden, sich nach 13 Jahren im ebz anderen Aufgaben zu widmen. Damit ging im Oktober 2019 eine Ära zu Ende!

Veränderung erfordert Würdigung und Respekt für das, was war und wie es war*
Bis Oktober 2019 hat Gerborg Drescher das ebz mit viel Geschick durch schwierige Zeiten gesteuert. Es steht inzwischen finanziell sehr gut da bei immer weiter zunehmender Fachlichkeit in den verschiedenen Abteilungen. Das ebz ist während der letzten 13 Jahre gewachsen: PIBS und die Beratung für Menschen mit Hörbehinderung sind dazugekommen. Nach einer finanziell sehr angespannten Situation ist es Gerborg Drescher mit betriebswirtschaftlichem Talent gelungen, das Beratungszentrum auf eine solide, sichere Basis zu stellen. Auch die weiteren Entwicklungen wurden in den letzten Jahren vorbereitet, so dass wir im Jahr 2019 die Weichen für ein ebz in Ramersdorf stellen konnten. Ein passendes Gebäude wurde schließlich angemietet (zum 1.5.2020) und die konzeptionelle Arbeit an einem weiteren Zentrum konnte noch im Jahr 2019 beginnen.
So können wir nun endlich das ebz im Münchener Osten „spiegeln". Es entsteht ein Beratungszentrum mit verschiedenen Angeboten unter einem Dach: Schwangerschaftsberatung, Ehe-, Familien- und Lebensberatung, Erziehungsberatung und PIBS.

Mitten in diesen Prozessen habe ich zum 1.10.2019 nach Berufung durch den Aufsichtsrat für zunächst drei Jahre das Vorstandsamt neben der Leitung der Ehe-, Familien- und Lebensberatung übernommen. Viel Zeit zum Ankommen war nicht, denn alles war ja in vollem Gang. Deshalb bin ich besonders dankbar für die detaillierte Übergabe aller Belange des ebz durch meine Vorgängerin Gerborg Drescher.

Auch bin ich sehr froh über die gute finanzielle und strukturelle Vorarbeit, die Entwicklungen wie das ebz in Ramersdorf ermöglichen.

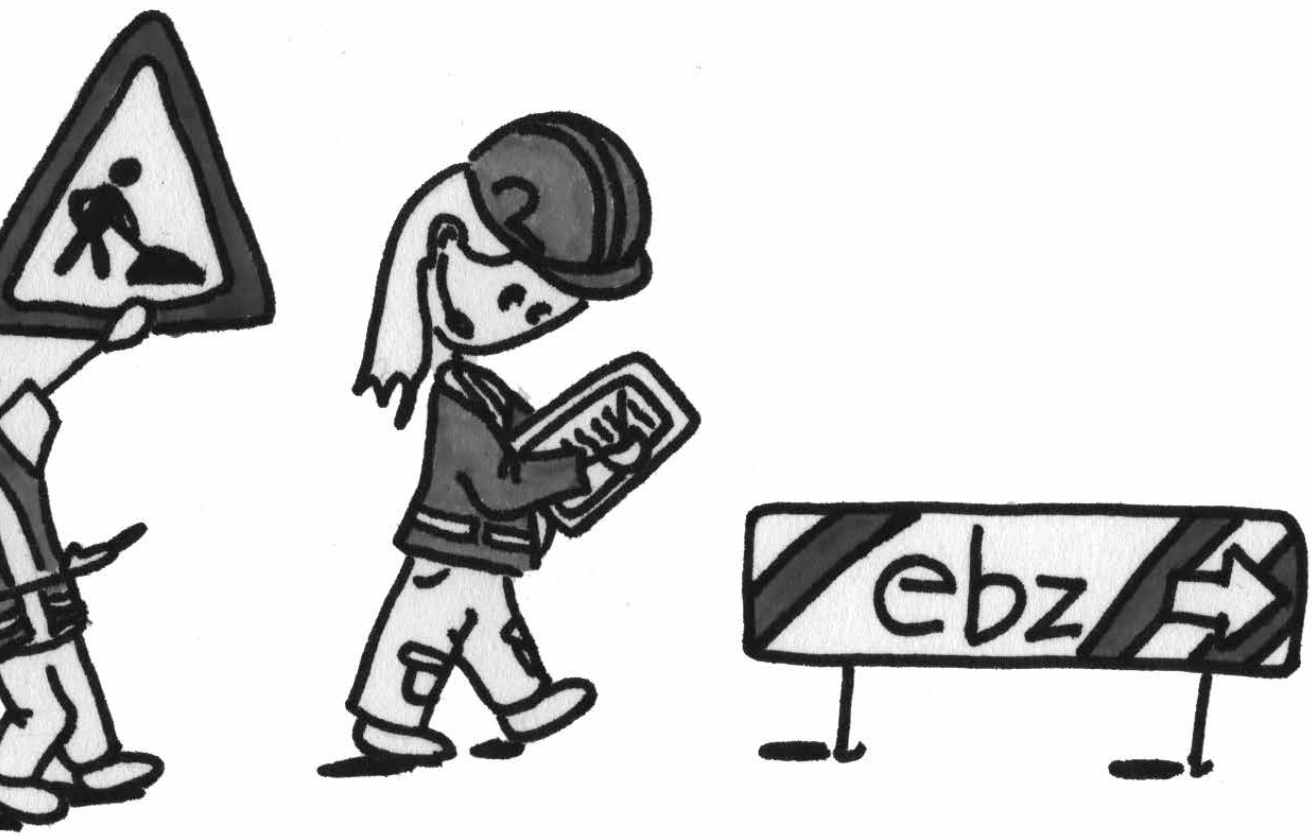
Veränderung fällt leichter mit Humor und Fehlerfreundlichkeit*
Der Leitungswechsel fordert von allen Flexibilität und auch Geduld. Dank der guten Zusammenarbeit zwischen den Abteilungsleitungen und der Zentralverwaltung ging dieser Prozess relativ störungsfrei. Bei der Aufnahme der Vorstandstätigkeit habe ich sehr viel Rückenwind und Wertschätzung von den Mitarbeitenden gespürt. Das ist nicht nur wohltuend, sondern auch motivierend und stärkend. Auch dafür bin ich allen im ebz sehr dankbar.

Ambivalenzen, Unfertiges aussprechen und auch aushalten, wenn alles noch auf dem Weg ist*
Die Veränderungen gehen weiter. Alles im Fluss und Veränderung ist Leben.

Während ich dieses schreibe (im März 2020) erscheint all das zeitweise Stöhnen und Umgehen mit den Veränderungen im Jahr 2019 nur wie eine Generalprobe für den Frühling 2020.

Christine le Coutre
Vorstand

* Diese Zitate stammen von Mitarbeitenden im Rahmen eines Gesamtteams zum Thema „Veränderungen im ebz".



Wenn der Wind des Wandels weht, bauen die einen Mauern, die anderen Windmühlen*
Im ebz war im vergangenen Jahr spürbar, dass wir Windmühlenbauer*innen sind! Mit allen Unbequemlichkeiten, die die handwerkliche Baustelle und der Leitungsumbau im ebz mit sich gebracht haben, sind die Mitarbeitenden glücklicherweise mit der notwendigen Portion Geduld, Humor, Kreativität und Gelassenheit umgegangen. Dafür danke ich allen besonders!

Beratung für Eltern, Kinder, Jugendliche und Familien (EB) im Jahr 2019

Das Jahr 2019 war auch für die EB das Jahr der Veränderung. Geht man auf den Begriff der Veränderung ein, so findet man bei Wikipedia folgende Begriffsassoziationen: Änderung, Abwandlung, Korrektur, Modulation, Überarbeitung, Umänderung, Umarbeitung, Umbildung, Umformung, Umgestaltung, Umwandlung. Genau diese Begriffe beschreiben sehr treffend die Situation, in der sich die EB des ebz 2019 befand.
Auch die Berater*innen der EB versuchten den Beratungsbetrieb, trotz Baumaßnahmen, so gut es ging aufrechtzuerhalten. Ein hohes Maß an Optimismus, Zuversicht, Toleranz und Verständnis waren dafür notwendig. Trotz aller Belastungen gab es aus der Distanz heraus aber auch positive Seiten. Solidarität und Miteinander bekamen eine neue Bedeutung und wir lernten zwei wesentliche Ressourcen in Veränderungsprozessen zu schätzen, die Hoffnung und die Anpassungsfähigkeit, deren Kraft auch im alltäglichen Beratungsprozess eine wichtige Quelle für das Bewirken und Aushalten von Veränderungsprozessen sind und dem Ertragen von Leid.
Daneben gab es noch eine Reihe weiterer Veränderungsprozesse zu meistern, dazu gehörten gesundheitliche Einschränkungen, personelle Veränderungen und die Planung des Umzugs von Neuperlach nach Ramersdorf, verbunden mit leidvollen Abschieden von Vertrautem und einem schmerzhaften Trennungsprozess von den langjährigen Kolleg*innen der Caritas.
Veränderungen beinhalten auch die Chance, Neues zu schaffen. So gelang es, dass sich die einzelnen Teams insgesamt untereinander besser vernetzten und neue Formen der Zusammenarbeit fanden.
Ein guter kollegialer Fachaustausch und die Zusammenarbeit vor allem im Bereich Kindeswohl erleichterten die Veränderungsprozesse. Insgesamt rücken alle näher zusammen, um so Synergieeffekte noch besser nutzen zu können und der bisherigen Verinselung entgegenzuwirken. Zumal sich bereits weitere, umfassende Veränderungen für 2020 ankündigen.
Trotz all der Veränderungen blieb doch auch einiges wie es war, etwa die fachliche Beratungsarbeit sowie die Vernetzung mit den Kooperationspartner*innen vor Ort. Die öffentliche Präsenz der EB konnte sogar noch ausgebaut werden. Neben den bereits etablierten Radiobeiträgen und der Präsenz als Referent auf Tagungen sowie der Bereitschaft, sich Fragen von Auszubildenden aus dem Bereich der Sozialen Arbeit und der Psychologie zu stellen, kamen mehrere Fachbeiträge hinzu.
Daneben gab es wieder eine Vielzahl von Beiträgen in Form von Vorträgen, Sprechstunden, Projekten und Veröffentlichungen durch die Berater*innen der EB.
All die genannten Veränderungen führten aber auch dazu, sich konzeptionelle und strukturelle Gedanken über die Zukunft der EB im ebz zu machen und sich mit der Kernarbeit der EB auseinanderzusetzen. Auch in diesem Zusammenhang wurde deutlich, ein „Weiter so" wie bisher wäre nicht der richtige Weg. Vielmehr erscheint es notwendig, sich den gesellschaftlichen und politischen Herausforderungen zu stellen und einen fachlich angemessenen Beitrag dazu zu leisten. Hierzu gehört sicherlich, sich wichtigen Themen intensiver als bisher zu widmen, so wie wir es mit den Themen Bindung, psychische Gesundheit, Gewalt, Mobbing, Inklusion und Identität bereits intensiv geleistet haben. Es wird auch weiterhin zu Veränderungen kommen, auf die wir gefasst und vorbereitet sein werden. Sich den Herausforderungen zu stellen und darauf zeitnah zu reagieren, ist seit jeher eine wichtige Tradition und ein wesentliches Qualitätsmerkmal der fachlichen Beratungstätigkeit der EB des ebz. Immer im Interesse unserer Ratsuchenden und immer unserem Träger und unseren Auftraggeber*innen verpflichtet.

Jürgen Wolf
Leitung Beratung für Eltern, Kinder, Jugendliche und Familien

EB Team HuG

EB Team Landwehrstraße

EB Team PIBS

EB Team Ramersdorf

Statistik

Gesamtzahl der beratenen Personen:	**1927**
Söhne	477
Töchter	358
Beratungsfälle insgesamt:	**835**
Davon in Prozent:	
Stadt München	87,7
Landkreis München	7,7
andere Landkreise	4,7
Online-Beratungen:	
Einzelberatungsfälle	30
Beratungsanliegen in Prozent (Mehrfachnennungen):	
Entwicklung und Leistung	**39,7**
(Entwicklungsauffälligkeiten, Arbeits- und Leistungsfähigkeit):	
Erleben und Verhalten:	
Gefühle, Sexualität, Körperbezogenes Verhalten	52,1
Partnerschaft, Trennung, Scheidung	49,9
Erziehungsverhalten, familiäre Interaktion	69,3
Belastungen der Familie	47,9
Sozialverhalten	40,6
Sinnfragen, Allgemeine Fragestellungen	6,3
Neuzusammensetzung der Familie	6,3
Missbrauch und Gewalt	4,8
Posttraumatische Belastungen	1,6
Körperliche Beeinträchtigungen, Psychosomatische Probleme, Suchtverhalten:	**11,9**
Durchschnittliche Beratungsstunden pro Fall:	**7,56**
Beratungsformen in Prozent:	
Elternberatung	61,4
- davon in Elterngruppen	0,3
Junger Mensch allein	15,3
- davon in Kindergruppen	0,0
Familienberatung	11,1
Beratung anderer Personen	12,2
Prävention (Vorträge, Seminare, Gruppen):	
Maßnahmen	76
Personen	1233
Veranstaltungen für Multiplikatoren:	
Maßnahmen	18
Teilnehmende	933
Aktionen zum Thema Kinderschutz § 8a/8b SGB VIII:	**52**

Beratung für Eltern, Kinder, Jugendliche und Familien

Landwehrstr. 15/Rgb., 80336 München
Leitung: Jürgen Wolf, Diplom-Psychologe
Tel.: 089-59048 130, eb@ebz-muenchen.de

Zweigstellen:
Beratung für Eltern, Kinder, Jugendliche und Familien im ebz in Ramersdorf (ab 1.5.2020)
Echardinger Str. 63, 81671 München
Tel.: 089-59048 230, eb.ramersdorf@ebz-muenchen.de

Psychologische Information und Beratung für Schüler*innen, Eltern und Lehrkräfte (PIBS) im ebz in Ramersdorf (ab 1.5.2020)
Echardinger Str. 63, 81671 München
Tel.: 089-59048 270, pibs@ebz-muenchen.de

Erziehungs-, Partnerschafts- und Lebensberatung für Menschen mit Hörbehinderung und Angehörige (HuG)
Landwehrstr. 15/3. OG, 80336 München
SMS: 0172-8585846, hug@ebz-muenchen.de
Fax: 089-59048 193, Tel.: 089-59048180

Die Ehe-, Familien- und Lebensberatung (EFL) im Jahr 2019

Paarberatungen bilden mit 69,5 % nach wie vor neben der Familien- (13,1 %) und Lebensberatung (17,1 %) den deutlichen Schwerpunkt unserer Beratungsarbeit.
Die inhaltlichen Themen, die wir in den Beratungen wahrgenommen haben, sind im Folgenden kurz dargestellt:
Wir beobachten zunehmend, dass ältere Menschen zu uns in die Beratung kommen mit Themen rund um Patientenverfügung, Vollmachten und Organisation der später vielleicht notwendig werdenden Betreuung. Das ist sowohl bei Paaren (besonders solchen ohne Kinder) ein wichtiges Thema, das sich dann auch in der Paardynamik niederschlägt, als auch bei Alleinstehenden ohne weitere Angehörige. Häufig sind diese schwierigen Themen, das Lebensende betreffend, gepaart mit alten aktivierten Traumata.
Wir beobachten, dass bei den Paaren generell die Problemsituationen immer komplexer werden:
Arbeitslosigkeit, psychische Erkrankung, kleine Kinder, Migration mit sozialer Isolierung in einer Familie sowie Armut werden immer häufiger thematisiert. In der Regel treten mehrere Belastungsfaktoren gleichzeitig auf.
Häufig verbergen sich hinter Partnerschaftsproblemen Schwierigkeiten im Umgang mit Überlastung, Stress und Erschöpfung, besonders in Familien mit relativ kleinen Kindern.

Aus den Teams der EFL
Das Jahr 2019 war neben der Beratungsarbeit geprägt von Umbaumaßnahmen in der Landwehrstraße und dem Vorstandswechsel im ebz.
Die Baustelle in der Landwehrstraße führte während des Jahres immer wieder zu kleineren und größeren Beeinträchtigungen, was sowohl von Berater*innen als auch von Klient*innen ein hohes Maß an Flexibilität gefordert hat. Zusätzlich hatte ja das ganze ebz im August erstmalig eine dreiwöchige Schließzeit wegen der Baustelle. Unser Beratungsangebot konnten wir trotzdem in gewohnter Qualität und fast in gewohntem Umfang aufrechterhalten.
Die Abteilungsleiterin Christine le Coutre wurde vom Aufsichtsrat zum 1.10.2019 zunächst für 3 Jahre in den Vorstand des ebz berufen. Damit einher geht auch die Gesamtleitung des Evangelischen Beratungszentrums. Das hatte eine Stundenreduktion von Christine le Coutre in der EFL zur Folge, da sie einen Teil ihrer Arbeitszeit mit Vorstandsaufgaben füllen muss.
Zur Entlastung der Abteilungsleitung wurde in der Landwehrstraße 15 eine Teamleitung installiert – Willi Frings hat diese Aufgabe zum 1.10.2019 übernommen.
Personell ist die EFL 2019 relativ stabil geblieben. Durch Stundenreduktion einer Kollegin und von Christine le Coutre konnte eine zusätzliche Kraft mit derzeit 16,25 Stunden eingestellt werden.

Die beiden Zweigstellen in Neuperlach und Pasing-Obermenzing haben ihre fachliche Zusammenarbeit in Form gemeinsamer Intervision und Supervision fortgesetzt.
Zum Ende des Jahres ist das Team der EFL in Neuperlach zunächst übergangsweise in die Räume der Erziehungsberatung eingezogen bis der neue Standort in 2020 in Ramersdorf bezogen werden kann.

Die Arbeit des Angebotes für Menschen mit Hörbehinderung (HuG) hat in 2019 „Fahrt" aufgenommen. Die Kolleginnen qualifizieren sich fachlich immer weiter mit Weiterbildungen u.a. in systemischer Therapie, Verhaltenstherapie oder als Insoweit Erfahrene Fachkraft nach §8a und verschiedenen Fortbildungen. Das HuG-Team hat eine Konzeption inklusive Leitbild erarbeitet. Diese Arbeit konnte im laufenden Jahr fast abgeschlossen werden. Auch dieses Team wird mit dem Jahreswechsel von der Vorstandsveränderung im ebz direkt betroffen sein: Organisatorisch wird die HuG ab Januar 2020 der Abteilung Erziehungsberatung unter der Leitung von Herrn Jürgen Wolf zugeordnet. Die Eheberatung bleibt in diesem Team aber in gewohnter Qualität bestehen.

Prävention
Neben den bewährten Infoabenden zu Trennung und Scheidung, zu gelingender Partnerschaft („Die Liebe sollt Ihr sorgsam pflegen"), und spezifischen Themen für Menschen mit Hörbehinderung in Gebärdensprache wurden auch wieder KIB-Kurse und Paar-Kommunikationstrainings angeboten.
Dazu kamen einige Interview-Anfragen und schriftliche Publikationen unter anderem für das Sonntagsblatt und den Webauftritt der „Kirchenpost".

Christine le Coutre
Leitung Ehe-, Familien- und Lebensberatung

EFL Team Landwehrstraße

EFL Team Pasing-Obermenzing

EFL Team Ramersdorf

Statistik

Gesamtzahl der beratenen Personen:	**984**
Davon:	
männlich	419
weiblich	565
Erwachsene	975
Kinder	9
Beratungsfälle insgesamt:	**627**
Davon:	
Stadt München	456
Landkreis München	58
Sonstige	113
Beratungsanliegen in Prozent	
(Mehrfachnennungen):	
Probleme im Körperbereich und Sucht	5,4
Entwicklung und Leistung	1,6
Erleben und Verhalten	23,3
Allgemeine soziale Faktoren	6,3
Partnerschaft	33,6
Trennung, Scheidung	11,8
Missbrauchs- und Gewalterfahrung	1,0
Familiäre Belastungen	11,8
Erfahrungen in der Gesellschaft	2,7
Sinnfragen	0,9
Allgemeine Fragestellungen	1,6
Durchschnittliche Beratungsstunden pro Fall:	**7,8**
Beratungsinhalte in Prozent:	
Personenbezogene Anlässe	26,9
Partnerbezogene Anlässe	43,9
Familienbezogene Anlässe	25,7
Gesellschaftsbezogene Anlässe	3,5
Dauer der aktuellen Partnerschaft in Prozent:	
Keine Partnerschaft	16,3
Bis 3 Jahre	13,1
4 bis 6 Jahre	12,3
7 bis 9 Jahre	11,2
10 bis 12 Jahre	9,7
13 bis 15 Jahre	9,2
Über 15 Jahre	24,1
Unbekannt	4,1
Infoabende / Vorträge:	
Anzahl der Veranstaltungen	12
Anzahl der Teilnehmenden	229

Ehe-, Familien- und Lebensberatung

Landwehrstr. 15/Rgb., 80336 München
Leitung: Christine le Coutre, Diplom-Psychologin
Tel.: 089-59048 120, efl@ebz-muenchen.de

Zweigstellen:
Pippinger Str. 97, 81247 München
Tel.: 089-83488 66, efl.pasing@ebz-muenchen.de

Ehe-, Partnerschafts-, Familien- und Lebensberatung im ebz in Ramersdorf (ab 1.5.2020)
Echardinger Str. 63, 81671 München
Tel.: 089-59048 220, epfl.ramersdorf@ebz-muenchen.de

Die evangelische TelefonSeelsorge (TS) im Jahr 2019

Januar
Nach einem Info-Abend und zahlreichen Auswahlgesprächen beginnt Ende Januar mit 14 Teilnehmenden ein neuer Ausbildungskurs zum*r Telefonseelsorger*in. In 250 Unterrichtseinheiten und Hospitationen werden Grundlagen der Gesprächsführung, systemisch-ressourcenorientierte Seelsorge und fachliche Inhalte vermittelt, sowohl für das Telefon als auch für den Chat.

Februar
Die neu gebildeten Supervisionsgruppen nehmen mit externen Supervisor*innen ihre Arbeit auf. Haupt- und Ehrenamtliche treffen sich zu einem Austausch und gemütlichen Beisammensein.

März
Die zweite Schulung für die Mitarbeitenden am, für die LHM vorgehaltenen, Krisentelefon in Großschadenslagen wird in Scheyern mit 50 Ehrenamtlichen durchgeführt.
Unter dem Motto „Erreichbar sein" treffen sich in Rosenheim rund 60 Telefonseelsorger*innen zusammen mit 10 hauptamtlichen Mitarbeiter*innen aus München und dem südlichen Oberbayern zu einem Fachtag mit Input und Austausch.

April
Start der Brandschutzsanierung im Evangelischen Beratungszentrum. Der Arbeitsablauf ist teilweise erheblich behindert. Trotzdem finden fast alle Telefonschichten statt.

Mai
Die jährliche Frühjahrstagung findet mit 65 Teilnehmenden in Petersberg zum Thema „Zwischen Krisenintervention und Trauma" statt. Referent ist Dipl. Psychologe Simon Finkeldei.

Juni
Haupt- und Ehrenamtliche beraten bei einer bayernweiten Konferenz von Trägern, Leiter*innen, Ehrenamtlichen und Vertreter*innen der Diakonie und der Landeskirche in Nürnberg die Zukunft der Evangelischen TelefonSeelsorge in Bayern.
Mehrere Ehrenamtliche nehmen mit Martha Eber an einer länderübergreifenden Fachtagung zur Onlineberatung in Wels, Österreich, teil.

Juli
An der fünftägigen Konferenz des internationalen Telefonseelsorgeverbandes IFOTES in Udine, Italien, nehmen 14 Ehrenamtliche teil. Er steht unter dem Thema „Leaving Loneliness". Insgesamt sind über 1000 Telefonseelsorger*innen aus vielen Ländern beteiligt.
Während unseres Sommerfestes werden etliche Ehrenamtliche für 10, 15, 35 und 45 Jahre Dienst in der TelefonSeelsorge geehrt.
Brigitte Meyer nimmt als neue Mitarbeiterin im Sekretariat der TelefonSeelsorge ihre Tätigkeit auf.

August
Aufgrund der Brandschutzsanierung kann das ebz über den Zeitraum von drei Wochen nicht genutzt werden. Dankenswerterweise stellt die TelefonSeelsorge des Erzbistums München und Freising Räume und Technik zur Verfügung, so dass ein Rund-um-die-Uhr-Telefondienst weiterhin gewährleistet ist.

September
Die Ausbildungsgruppe setzt sich in einer ganztägigen Schulung mit Chatberatung auseinander. Anfängliche Berührungsangst verwandelt sich in Neugier und Begeisterung für dieses Medium der Seelsorge.

Oktober
Zwei Vertreterinnen der Ehrenamtlichen nehmen an der halbjährlich stattfindenden Bayernkonferenz der Ehrenamtlichen in der TelefonSeelsorge in Bayreuth teil.
Auf der Messe für Seelische Gesundheit ist die Evangelische TelefonSeelsorge mit einem gemeinsamen Stand der Katholischen TelefonSeelsorge präsent.

November
Über 70 Ehrenamtliche lassen sich im Rahmen der Herbsttagung von Prof. Dr. Michael Utsch, Berlin, zum Thema „Existenzielle Krisen und Suche nach Sinn – Spiritualität in der Seelsorge" inspirieren. Zu Beginn der Tagung findet eine Vollversammlung der Ehrenamtlichen statt.

Dezember
Während mehrerer Veranstaltungen werden Ehrenamtliche in der Verwendung einer neuen bundesweiten Internetplattform zur statistischen Dokumentation von Gesprächen geschult. Martha Eber schließt ihre Weiterbildung zur Traumafachberaterin im Traumahilfezentrum München (THZM) ab.

Norbert Ellinger, Martha Eber
TelefonSeelsorge

TS Team

Statistik

Telefon	
Gesamtzahl der Gespräche:	**17426**
Davon in Prozent:	
männlich	22
weiblich	77
Erwachsene	98
Meistgenannte Beratungsanliegen in Prozent	
(Mehrfachnennungen):	
Familiäre Beziehungen, Partnerschaft	25
Depressive Verstimmungen, Trauer	23
Körperliches Befinden, Erkrankungen	25
Einsamkeit / Isolation	17
Ängste	17
Alltagsbeziehungen (Nachbarn, Freunde)	12
Stress, Ärger, Aggression	9
Sinn, Glaube, Werte, Kirche	4
Erstanruf in Prozent:	**15**
Wiederholter Anruf in Prozent:	**62**
Lebenssituation:	
allein lebend	60
nicht angegeben	17
in Familie oder Partnerschaft	18
Chat – Gesamtzahl der Chats:	**633**
Davon in Prozent:	
männlich	25
weiblich	72
Alter bis 19 Jahre	27
Alter 20-39 Jahre	49
Alter 40-59 Jahre	7
Mail – Gesamtzahl der Ratsuchenden:	**172**
Davon in Prozent:	
männlich	33
weiblich	56
nicht genannt	1
Alter bis19 Jahre	29
Alter 20-39 Jahre	62
Alter 40-59 Jahre	8
Auswahl berufliche Situation (in Prozent):	
in Ausbildung und erwerbstätig	38
im Ruhestand	0

Evangelische TelefonSeelsorge

Landwehrstr. 15/Rgb., 80336 München
Leitung: Norbert Ellinger, Pfarrer
Tel.: 089-59048 110, ts@ebz-muenchen.de
Telefonische Beratung 24h: 0800-111 0 111

Die Pastoralpsychologie (PPA) im Jahr 2019

Im Jahr 2019 nahmen 340 Personen v.a. aus dem Kirchenkreis München und Oberbayern die Angebote der Pastoralpsychologischen Supervision, Beratung und Fortbildung wahr.

Der KSPG-Kurs (Kurs für seelsorgerliche Praxis und Gemeindearbeit), der in München als Intensivkurs Systemische Seelsorge stattfindet, erfuhr auch weiterhin eine ungebrochene Nachfrage. Wieder kamen die Teilnehmenden aus den verschiedenen Berufsgruppen und aus unterschiedlichen Handlungsfeldern. Wieder setzten sich 12 Kursteilnehmende (max. Teilnahmezahl) mit systemischer Seelsorge auseinander, übten neue Ansätze der Gesprächsführung und reflektierten ihre Seelsorgepraxis. Wieder erfuhren die Teilnehmenden, dass das seelsorgerliche Lernen immer auch eine Begegnung mit sich selbst ist, das durch die Gruppe unterstützt wird. Teilnehmende aus vergangenen Kursen beschreiben nach wie vor, wie der Kurs deutlich und nachhaltig in ihre Berufspraxis hineinwirkt, hinein in alle Aufgaben, nicht allein in die Seelsorge.

Das Kursformat „KSPG-Vertiefungsnachmittag" wurde weiterhin gut angenommen. In 2019 trafen sich an drei Nachmittagen je ca. 12 Personen, um ein ausgewähltes Thema aus der Systemischen Seelsorge zu vertiefen. In 2019 haben wir uns mit drei Themen beschäftigt:

- Schuld: Von der Verantwortung sich schuldig fühlen zu dürfen
- Kommt einer dazu wird es doppelt komplex! Seelsorge mit Paaren oder in Dreieckskonstellationen
- Focusing – System und Körper

Die KSPG-Vertiefungsnachmittage werden auch in 2020 fortgesetzt.

In 2019 fanden zusätzlich 6 Fortbildungsveranstaltungen statt. Die Fortbildungsveranstaltungen leben von der Verbindung von themenzentriertem Inhalt und personenbezogenem Lernen. Die Fortbildungen in 2019 blieben zum einen bei bewährten Themen. So eröffnet das Thema „Konflikte" sowohl für Mitarbeitende mit Kirchenleitungsfunktion innerhalb der gesamten EKD als auch Pfarrer*innen in den ersten Dienstjahren in der bayerischen Landeskirche immer wieder neue Perspektiven und fordert zu neuer Auseinandersetzung heraus. Neben dem Verstehen von Konfliktdynamiken galt es auch hier sich in praktischen Übungen zu erleben und das eigene Konfliktmuster zu bearbeiten.
Zum anderen luden die neuen Angebote zu Themen wie „Grenzen setzen im Beruf" und „Die vergessene Dimension: Den Körper in der systemischen Seelsorge nutzen", dazu ein, systemische Ansätze ganz praktisch umzusetzen.
In 2019 nahmen insgesamt 181 Menschen an Fortbildungsmaßnahmen der PPA teil.

Kirchliche Mitarbeitende aus allen Berufsgruppen nehmen die Angebote der PPA in München in Anspruch. Mit 64 % nutzten Pfarrer*innen das Angebot am häufigsten; 22 % kamen aus pädagogisch-theologischen Feldern (Religionspädagog*innen, Diakon*innen etc.) und 14 % der Nutzer*innen waren Ehrenamtliche.

In 2019 kamen drei Teams zur Teamsupervision, eines aus dem Gemeindekontext, zwei aus Sonderdiensten. Hier ist das Thema vor allem die Bearbeitung von Konflikten im und um das jeweilige Team herum.

Neun Gruppen trafen sich regelmäßig zu Gruppensupervisionen. Drei Gruppen kamen aus dem Bereich der Sonderseelsorge, drei aus dem Schulkontext bzw. der Schulseelsorge. In drei weiteren Gruppen kamen Pfarrer*innen zur Supervision zusammen, um sich kollegial zu unterstützen. Rollenklärung, Umgang in Konflikten und Verbesserung der beruflichen Kommunikation sind die Hauptthemen in der Gruppensupervision.

In der Einzelsupervision ließen sich 37 Frauen und 29 Männer begleiten, davon 41 Pfarrer*innen, 7 Religionspädagog*innen und 10 Diakon*innen. Über die Hälfte der Supervisand*innen ist im Religionsunterricht tätig. Die häufigsten Themen in der Einzelsupervision waren Erkennen und Verändern von persönlichen Mustern, gefolgt vom Verstehen von beruflich relevanten systemischen Bedingungen sowie der Umgang in und mit Konflikten. Eine Rolle spielte auch die berufliche Neuorientierung bzw. das Ankommen in einer neuen beruflichen Situation. Hierzu wurde das Coaching in den ersten hundert Tagen von einigen genutzt.

Die Orientierungsgespräche zu dem Angebot der geistlichen Auszeiten / „Atem holen" konnten in 2019 weiter geführt werden. Sie wurden von 17 Mitarbeitenden aus allen Berufsgruppen in Anspruch genommen. Meist war schon klar, wo und wie „Atem holen" stattfinden soll. Die Orientierungsgespräche wurden vor allem dazu genutzt, zu klären, zu welchem Ziel die Auszeit führen soll. Sie dienten vor allem der inneren Fokussierung auf den Veränderungsprozess, der durch die Auszeit erwünscht ist.

Trotz des sich abzeichnenden Weggangs von Frau Gerborg Drescher, die die Pastoralpsychologie über die letzten 13 Jahre mit viel Engagement geleitet und nun das ebz verlassen hat, blieb die Zahl der Teilnehmenden hoch und auch der halbjährige KSPG-Kurs „Systemische Seelsorge" konnte im September mit maximaler Teilnehmerzahl (12) gestartet werden. Die Angebote der Pastoralpsychologie werden also auch weiterhin gut angenommen. Kirchliche Mitarbeitende suchen auch deswegen in der Pastoralpsychologie Unterstützung, weil sie den kirchlichen Hintergrund und die Kenntnis der Rahmenbedingungen unterstützend erleben. Viele schätzten auch, dass in der Supervision die geistliche Dimension nicht außen vor bleibt.
Trotzdem ist das Fehlen von Frau Drescher spürbar. Ich will ihr hier ausdrücklich noch einmal meinen ganz persön-

lichen Dank aussprechen und auch die Verdienste für die Pastoralpsychologie im ebz würdigen. Frau Drescher wird der Pastoralpsychologie fehlen und auch an dieser Stelle wünsche ich ihr Gottes reichen Segen für ihren weiteren Weg.

So gesehen war es vorausschauend gut, schon vor zwei Jahren zwei freiberufliche Kolleginnen mit ins Boot genommen zu haben, um die vielen Anfragen bzgl. Supervision, Teamentwicklung, Begleitung von Kirchenvorständen etc. bedienen zu können. Dr. Juliane Fischer, Pfarrerin, Supervisorin und Brigitte Weggel, Pfarrerin, Supervisorin unterstützen als externe Mitarbeitende die Arbeit der Pastoralpsychologie. Dies wird auch in 2020 so bleiben.

So bleibt die Pastoralpsychologie im ebz auch weiterhin eine gute Adresse für persönliche Beratung, berufliche Reflektion und Weiterentwicklung. Die Dekanate unterstützen dies, indem sie die Flyer und Fortbildungsankündigungen weitergeben. Es bleibt offen und spannend, wie sich die Pastoralpsychologie in die Zukunft hinein entwickeln wird.

Andreas Herrmann
Pastoralpsychologie

PPA, Andreas Herrmann

Unterstützt wird die PPA durch die freiberuflichen Supervisorinnen Brigitte Weggel und Dr. Juliane Fischer

Brigitte Weggel

Dr. Juliane Fischer

Pastoralpsychologische Supervision, Beratung und Fortbildung

Landwehrstr. 15/Rgb., 80336 München
Kommissarische Leitung: Andreas Herrmann
Tel.: 089-59048 141, ppa@ebz-muenchen.de

Statistik

Gesamtzahl der Personen, die pastoralpsychologische Angebote nutzen	**340**
Geschlecht (in Prozent):	
männlich	38
weiblich	62
Dienstort (in Prozent)	
Dekanat München	61
Kirchenkreis München	28
Sonstige	11
Supervision und Beratung insgesamt Personen	**159**
Davon in Prozent:	
Einzelsupervision	41
Teamsupervision	12
Gruppensupervision	34
Beratung	13
Supervisions- und Beratungsanliegen: (Mehrfachnennungen in Prozent)	
Konflikte	52
Berufliche Neuorientierung	21
Umgang mit Belastungen, Burnout	24
Rollenklärung	45
Verbesserung beruflicher Kommunikation	48
Verstehen von beruflich relevanten systemischen Bedingungen	50
Persönliche Muster erkennen und verändern	67
Spiritualität	28
Fortbildung – insgesamt Teilnehmende:	**181**
Teilnehmertage insgesamt	241
Anzahl durchgeführte Fortbildungen	11

Die Schwangerschaftsberatung (SSB) im Jahr 2019

Trotz der über fast das gesamte Jahr 2019 andauernden, baustellenbedingten Einschränkungen und zum Teil täglichen Anforderungen an Flexibilität, Improvisationstalent und Belastbarkeit der Mitarbeitenden und Klient*innen der Schwangerschaftsberatung konnte das Angebot in der Schwangerschaftsberatungsstelle 2019 durchgehend aufrechterhalten werden.
Fachlich waren wir in allen Bereichen vor neue Herausforderungen gestellt. Hier eine kleine Auswahl:

Schwangerschaftskonfliktberatung
Klientinnen, die sich für einen Schwangerschaftsabbruch entscheiden, sind darauf angewiesen, dass sie nach der gesetzlich vorgeschriebenen Bedenkzeit von drei Tagen nach Beratung eine möglichst wohnortnahe Praxis oder Klinik finden, die zeitnah einen Abbruch durchführt. 2019 stand erstmals in den Schulferienzeiten über zwei Wochen keine diesbezügliche Versorgung zur Verfügung. Das ist besorgniserregend und führte in einem Fall auch zu medizinischen Komplikationen. Immer häufiger werden die Mietverträge für Praxen von niedergelassenen Ärzt*innen, die Schwangerschaftsabbrüche durchführen, gekündigt. Neue OP-Räume lassen sich nur schwer finden, da potentielle Vermieter*innen sich nicht den zu erwartenden Protesten von radikalen Abtreibungsgegner*innen aussetzen wollen.
Die Bereitschaft junger Gynäkolog*innen, eine entsprechende Zusatzausbildung zu absolvieren, um ggf. Praxen übernehmen zu können, sinkt aus demselben Grund ebenfalls. Die Anzahl der für einen Schwangerschaftsabbruch zugelassenen Praxen in München ist gerade noch ausreichend. Das Einzugsgebiet dieser Arztpraxen erweitert sich jedoch ständig, da die Versorgungslage in Bayern große regionale Unterschiede aufweist. Insbesondere Frauen, die im ländlichen Raum leben, müssen für einen Abbruch weite Wege zurücklegen. In Oberbayern gibt es außerhalb der Münchner Stadtgrenze nur noch zwei Arztadressen, die über eine entsprechende Erlaubnis verfügen.
In den restlichen Regierungsbezirken ist die Versorgungslage noch viel alarmierender. Sowohl auf örtlicher als auch auf Landesebene haben wir hier 2019 bei den entsprechenden Entscheidungsträgern auf diese bedenkliche Entwicklung hingewiesen.

Eine weitere Herausforderung wird auf uns Berater*innen zukommen, wenn voraussichtlich ab Herbst 2020 nicht invasive pränatale Tests (NIPT) von den Krankenkassen bezahlt und in die Mutterschaftsrichtlinien aufgenommen werden.
Wir werden dann in der Schwangerschaftskonfliktberatung nach der Beratungsregelung häufiger damit konfrontiert sein, dass eine Frau einen Schwangerschaftsabbruch wünscht, deren Test ein positives Ergebnis auf z.B. Trisomie 21 aufweist. Das Team der Schwangerschaftsberatung wird sich hier in der nächsten Zeit intensiver mit der Aussagekraft dieser Tests und statistischen Bewertungen auseinandersetzen müssen, um angemessen und ausgewogen beraten zu können.

Beratung zur vertraulichen Geburt
2019 wurden erstmalig in der Schwangerschaftsberatung zwei Beratungen zur vertraulichen Geburt nach § 25 Schwangerschaftskonfliktgesetz durchgeführt. In einem Fall fand die vertrauliche Geburt dann auch statt, im anderen Fall konnte sich die schwangere Frau nach der Beratung zu einer Adoptionsfreigabe ihres Kindes entscheiden. Beide Fallkonstellationen konnten unterschiedlicher nicht sein und waren doch beide gekennzeichnet von einer starken emotionalen Belastung der betroffenen Frauen bei gleichzeitig hoher Verantwortung und Reflexionsbereitschaft über ihre, als ausweglos empfundene Ausgangssituationen. Bei diesen Beratungsanlässen konnte sich zeigen, dass alle Akteure im Verfahren (angefangen vom Empfang bis hin zu Klinik, Adoptionsvermittlungsstelle etc.) unter der Federführung der Beratungsfachkraft gut zusammengearbeitet haben und somit den hohen gesetzlichen Anforderungen an Geheimhaltung und korrekten Ablauf genügen konnten.

Beratung rund um Schwangerschaft und nach Geburt
Auch 2019 gab es wieder eine hohe Nachfrage nach einer individuellen Beratung, der wir nicht immer zeitnah entsprechen konnten. Das Bemühen von Seiten der Beratungsstelle, lange Wartezeiten für Erst- und Folgeberatungen zu vermeiden, wurde dadurch erschwert, dass immer wieder Klient*innen vereinbarten Terminen fernblieben bzw. diese zu kurzfristig absagten, um sie neu vergeben zu können.
Da auf Nachfrage die meisten ihre Abwesenheit damit begründeten, den Termin schlichtweg vergessen zu haben, versuchen wir 2020 unserer Zielgruppe ein automatisches Erinnerungssystem per SMS anzubieten, um unnötige Terminausfälle zukünftig besser verhindern zu können.

Prävention
10 Jahre Frauenfragen-Frauenwissen, sexuelle Bildung für Frauen mit Migrationshintergrund – das konnten wir 2019 feiern. Der Workshop ist weiterhin gut nachgefragt. Zudem verzeichnen wir bei dieser Zielgruppe ein gesteigertes Interesse nach Einzelberatungen bezüglich Fragen zur Sexualität und Verhütung. Da es hier nicht selten auch kulturell bedingte Missverständnisse und schambedingte Tabus sowie Sprachbarrieren zu beachten und ggf. zu überwinden gilt, wollen wir uns 2020/21 im Team den damit verbundenen didaktischen Herausforderungen intensiver widmen.
In der Präventionsarbeit mit Schüler*innen hat sich das sexualpädagogische Schulteam 2019 nochmals mit dem Querschnittsthema Gender und Intersexualität auseinandergesetzt und u.a. die Inhalte der Veranstaltungspläne für die einzelnen Klassen, wo noch nötig, angepasst.
Das Thema sexuelle Übergriffe unter Jugendlichen prägte im vergangenen Jahr in unterschiedlicher Form den Arbeitsalltag des sexualpädagogischen Schulteams. Dabei erwies sich die Verstärkerrolle sozialer Netzwerke als besonders problematisch. So erlebten die Fachkräfte, wie die digitale Omnipräsenz das gesamte Schulleben durchdringen kann. Daraus ergaben sich viele neue Fragestellungen,

wie z.B.: Wie führt man unter diesem Vorzeichen eine sexualpädagogische Veranstaltung durch? Wie kann man den unterschiedlichen Bedürfnissen der verschiedensten Zielgruppen gerecht werden? Wie gelingt der Spagat zum gesetzlichen Auftrag der Sexualerziehung? Durch intensive Auseinandersetzung wurden für die unterschiedlichen Zielgruppen passgenaue Strategien entwickelt und unmittelbar im Schullalltag angewandt. Dabei konnten gemeinsam mit Schüler*innen, Lehrenden und Schulleitung positive Erlebnisse geschaffen werden, die auch für die Zukunft Hoffnung machen.

Weitere Herausforderungen
Die Einrichtung einer Zweigstelle der Schwangerschaftsberatung im ebz Ramersdorf, der damit verbundene Umzug, die mit der räumlichen Aufteilung verbundene Neustrukturierung des Teams, die Einstellung und Einarbeitung weiterer Mitarbeitenden, die Fortsetzung der Renovierung in Sekretariat und in den Beratungsräumen: Das sind nur ein paar zusätzliche Themen/Aufgabenbereiche, die wir 2020 mit Freude, Engagement, aber auch mit einer nötigen Portion Gelassenheit neben dem „Alltagsgeschäft" angehen möchten.

Sabine Simon
Leitung Schwangerschaftsberatung

SSB-Team

Statistik

Gesamtzahl der beratenen Personen:	**1557**
Anzahl der Beratungskontakte:	**2360**
Beratungen unter Einsatz von Fremdsprachendolmetscher*innen:	**114**
Beratungen unter Einsatz von Gebärdensprachdolmetscher*innen:	**13**
Beratungsanliegen (in Prozent):	
Schwangerschaftskonfliktberatung	12,7
Allgemeine Schwangerschaftsberatung	44,5
Nachgehende Betreuung ab Geburt	39,1
Sonstige Beratung (inkl. zu Pränataler Diagnostik)	3,7
Staatsangehörigkeit (in Prozent):	
Deutsch	33,9
Ausländische Staatsangehörigkeit	66,1
Auswahl der Beratungsinhalte im Erstkontakt in der allgemeinen Beratung (Mehrfachnennungen in Prozent):	
Beratung zu finanziellen Hilfen	91,4
Beratung zu Rechtsgebieten	56,6
Psychosoziale Beratung	36,7
Beratung zu Partnerschaft/Familie	28,4
Beratung zu Wohnungsfragen	24,4
Auswahl genannter Gründe für die Erwägung eines Schwangerschaftsabbruchs (Mehrfachnennungen in Prozent):	
Psychische / physische Überforderung	65,5
Berufliche Probleme / Ausbildung gefährdet	33,7
Finanzielle Probleme / Schulden	27,9
Wohnungsprobleme	27,3
Sexualpädagogische Workshops / Infoabende:	
Anzahl durchgeführter Maßnahmen	87
Anzahl Teilnehmende	1330
Infoabende / Workshops für werdende Eltern:	
Anzahl der Veranstaltungen	13
Anzahl Teilnehmende	399
Vermittlung finanzieller Hilfen und Sachleistungen:	
Anträge an die Landesstiftung	455
Anträge und Soforthilfen über das Diakonische Werk	89
Vermittlung von Hilfen des SZ-Adventskalenders	210

Staatlich anerkannte Beratungsstelle für Schwangerschaftsfragen

Landwehrstr. 15/Rgb., 80336 München
Leitung: Sabine Simon, Diplom-Sozialarbeiterin (FH)
Tel.: 089-59048 150, ssb@ebz-muenchen.de

Zweigstelle:
Staatlich anerkannte Beratungsstelle für Schwangerschaftsfragen im ebz in Ramersdorf (ab 1.5.2020)
Echardinger Str. 63, 81671 München
Tel.: 089-59048 250, ssb@ebz-muenchen.de

Prävention, Info- und Gesprächsabende

- Elternabende zur sexuellen Entwicklung
- Krippenelternabende zu psychologisch-pädagogischen Themen im Kleinkindalter
- Schüler*innen- und Studierendenworkshops zum §218 Strafgesetzbuch- Gesetzliche Regelung und ethische Aspekte
- Sexualpädagogische Workshops in Schulklassen
- Workshops „Frauenfragen- Frauenwissen" für Migrantinnen
- Elternabende für Konfirmandeneltern zum Thema Übergang Jugendzeit
- Infoabende zum Thema Kindeswohl
- Infoveranstaltungen zum Thema was ist Beratung und wie läuft Beratung ab
- Infoveranstaltungen für Konfirmand*innen zu Seelsorge und Beratung
- Infoabende zum Thema Kinderängste und Kinderstress
- Infoveranstaltung Interkultureller Austausch
- Elternveranstaltung zum Thema Familienleben gestalten und respektvoll miteinander umgehen

Eine besondere Form der Präventionsangebote sind die ebz Info – und Gesprächsabende. Mittwochabends können Interessierte sich zu verschiedenen Themen informieren und miteinander ins Gespräch kommen. 2019 waren die Themen:

- Codas – hörende Kinder und Jugendliche mit gehörlosen Eltern – Ein Abend in Gebärdensprache
- Die Liebe sollt ihr sorgsam pflegen – Was wir von zufriedenen Paaren lernen können
- Eltern werden - viel zu wissen und zu erledigen
- Eltern sein und Paar bleiben – klappt das gut? Infoabend in Gebärdensprache
- Ich bin ich! – Die Landkarte meiner Persönlichkeit
- Kinder und Jugendliche in Trauer achtsam begleiten
- Mein Kind wird gemobbt, was kann ich tun?
- Mein Kind und seine Sexualität
- Pubertät macht alles neu – Infoabend in Gebärdensprache.
- „Wenn die Kinder klein sind, gib ihnen Wurzeln"
- Wie kann ich mich vor Klatsch und Tratsch schützen? – Infoabend in Gebärdensprache
- Schulfähigkeit: Was bedeutet das heute?
- Systemische Seelsorge
- Trennung und Scheidung

Das ebz sichert fachliche Qualität...

Die Mitarbeiter*innen des ebz haben auch 2019 wieder regelmäßig teaminterne Fallbesprechungen durchgeführt und Supervisionen durch externe Supervisor*innen wahrgenommen.
Darüber hinaus nahmen sie an zahlreichen Fort- und Weiterbildungen sowie an Fachtagen und Symposien zu den unterschiedlichsten Themen und Beratungsmethoden teil. Bei einigen Fachveranstaltungen waren einzelne Kolleg*innen mit eigenen Beiträgen oder Workshop-Leitungen vertreten.
Jede*r der über 100 Ehrenamtlichen der TelefonSeelsorge nahm ebenfalls regelmäßig an Inter- und Supervisionen teil. Monatliche Fortbildungsangebote wurden durchgeführt.

Das ebz ist u.a. vernetzt mit...

- Ausbildungsinstituten, Universitäten, Fachhochschulen
- Einrichtungen der ambulanten Krisenintervention
- Einrichtungen der Erwachsenenbildung
- Einrichtungen der Gehörlosen- und Hörbehindertenberatung
- Einrichtungen der psychosozialen Versorgung und Familienbildung, Krisenhilfe und der Kinder- und Jugendhilfe, z.B. Beratungsstellen, Projekte, Einrichtungen, Therapeut*innen
- Einrichtungen der Seelsorge, u.a. Katholische Telefonseelsorge, Klinik-, Gehörlosen- Altenheim- und Notfallseelsorge und der Interseel
- Fachanwält*innen für Familienrecht, Asyl- und Sozialrecht, Mediatoren
- Gerichten, z.B. Familiengericht
- Institutionen der Gesundheitsversorgung, z.B. Ärzt*innen, Kliniken, Hebammen, Kinderkrankenschwestern und -pflegern, Humangenetiker*innen, Sozialpsychiatrische Dienste, Frühförderstellen
- Kirchlichen und diakonischen Einrichtungen, wie z.B. evangelische Kirchengemeinden und Dekanat München, Evangelische Aktionsgemeinschaft für Familienfragen eaf, Evang. Bildungswerk, Evang. Familienbildungsstätte, Innere Mission München e.V., Beratungsstelle für Neue Religiöse Bewegungen, Offene Behindertenarbeit, Evang. Alleinerziehendenarbeit, Evang. Gehörlosengemeinde, Diakonie Hasenbergl, Schuldnerberatung und Stadteilbüro Neuperlach des Evang. Hilfswerks, Kirchlicher Allgemeiner Sozialdienst, Kirchlicher Dienst in der Arbeitswelt, Münchner Arbeitslosenzentrum, Evang. Beratungsdienst für Frauen, Bahnhofsmission
- Staatlichen und kommunalen Behörden, z.B. Jugendamt, Sozialbürgerhäuser, Amt für Wohnen und Migration, Jobcenter München, Zentrum Bayern, Familie und Soziales
- Stiftungen, z. B. Landesstiftung „Hilfe für Mutter und Kind", SZ-Adventskalender, Hilfsfond des Diakonischen Werkes Bayern

Das ebz ist Mitglied in...

- Bundeskonferenz für Erziehungsberatung
- Bündnis München Sozial
- Diakonisches Werk Bayern
- Evangelische Konferenz für Familien- und Lebensberatung e.V. - Fachverband für Psychologische Beratung und Supervision (EKFuL)
- Evangelische Konferenz für TelefonSeelsorge und Offene Tür e.V.
- Evangelischer Fachverband für Beratung
- Evangelisch-Lutherisches Dekanat München
- Facharbeitsgemeinschaft „Familienangebote" des Stadtjugendamtes (nach § 78 SGB VIII)
- Innere Mission München – Bezirksstelle des Diakonischen Werkes Bayern
- Interseel
- Krisentelefon der Landeshauptstadt München bei Großschadenslagen
- KSPG-Leiterkonferenz
- Landesarbeitsgemeinschaft der staatlich anerkannten Beratungsstellen für Schwangerschaftsfragen in freier Trägerschaft
- Landesarbeitsgemeinschaft für Erziehungsberatung LAG
- Landesarbeitskreis für Ehe-, Partnerschafts-, Familien- - und Lebensberatung in Bayern
- Netzwerk gegen Selektion durch Pränataldiagnostik

Das ebz wird finanziert durch...

Landeshauptstadt München

Evangelisch-Lutherische Kirche in Bayern

Bayerisches Staatsministerium für Familie, Arbeit und Soziales

Diakonie Bayern

Evangelisch-Lutherischer Dekanatsbezirk München

Landkreis München

- Mitgliedsbeiträge des Vereins und Spenden des Freundeskreises des ebz
- Erträge aus der Stiftung TelefonSeelsorge und des Fördervereins der Evangelischen TelefonSeelsorge München sowie aus weiteren Stiftungen
- Sozialverträgliche Kostenbeiträge bei Beratung in der Ehe-, Familien- und Lebensberatung und bei Supervisionen
- Spenden

Das ebz in den Medien

- Akzeptanz- und Commitmenttherapie (ACT) in der Trennungs- und Scheidungsberatung (Fokus Beratung, Mai 2019)
- Alles Verhandlungssache – Noch nie waren Beziehungen zwischen Eltern und Kindern so gut wie heute (Sonntagsblatt Thema, Dezember 2019)
- Die Opfer leiden oft ihr Leben lang! (TZ, 12.04.2019)
- Digitalisierung und Seelsorge (Gemeinde Creativ, 06.2019)
- Erkenne dich selbst: Fragen zur Identitätsentwicklung in Beratung und Therapie von Jugendlichen und jungen Erwachsenen (Fokus Beratung, Dezember 2019)
- Gruppe für Eltern von Kindern mit Mobbingerfahrung (proJugend 3/2019)
- Humor im Urlaubsgepäck – Wie gelingt Familienurlaub (Sonntagsblatt, 28.07.19)
- Mediennutzung nicht zum Konfliktthema werden lassen (www.schau hin, 30.07.19)
- Quelle der Sicherheit. Großeltern sind für Familien und unschätzbar wertvoll (Sonntagsblatt Thema, 12.2019)
- Raum für Gemeinsamkeit (Sonntagsblatt Thema, 12.2019)
- Sitzen Jugendliche einfach daheim, entwickeln sie sich eher zurück (Spiegel online, 08.04.2019)
- Werte- und identitätsorientierte Beratung von jungen Erwachsenen – Zwischen therapeutischer Fürsorge und empathischer Konfrontation (bke Stark. Verletzlich. 2019)
- Wie wir Beziehungen lernen (Radio Bayen 2, Notizbuch, 27.05.2019)

Die meisten Beiträge sind abrufbar unter: www.ebz-muenchen.de/presse/pressemeldungen

DAS INTERVIEW

Humor im Urlaubsgepäck

Wie gelingt der Familienurlaub? Tipps von der Familienberaterin zum Ferienstart

Quengelnde Kinder auf der Rückbank, der Kofferraum übervoll, am Urlaubsort dann Streit ums Programm: Die Ferienzeit hat manchmal unschöne Begleiterscheinungen. Christine le Coutre leitet die Abteilung Ehe-, Familien- und Lebensberatung im Evangelischen Beratungszentrum München. Die Diplom-Psychologin hat selbst zwei – schon erwachsene – Kinder und gibt kurz vor den Sommerferien Tipps für einen gelungenen Familienurlaub.

»Urlaub machen ist kein Selbstläufer: Man muss ständig Entscheidungen treffen, Kompromisse aushandeln und flexibel bleiben«: Diplom-Psychologin Christine le Coutre. Foto: Schröder

Frau le Coutre, gibt es einen Kardinalfehler beim Familienurlaub?
le Coutre: Ein klassischer Fehler sind zu hohe Erwartungen, die vorher nicht kommuniziert wurden. Man muss akzeptieren, dass sich alle Familienmitglieder auf unterschiedliche Weise erholen, kleine wie große. Und je kleiner die Kinder sind, desto größer ist für sie der Stress beim Reisen.

Was kann man schon vor Beginn der Reise für einen schönen Urlaub tun?
le Coutre: Man kann besprechen, welche Vorstellungen jeder vom Urlaub hat. Der eine erholt sich beim Wandern, der andere will ganz viel schlafen. Also sind vor dem Aktivurlaub vielleicht drei Tage zum Relaxen nötig. Und man sollte die Kinder in die Planung mit einbinden. Wohin fahren wir und was machen wir da? Wichtig: Die Kinder werden beteiligt, aber die Eltern treffen die Entscheidung. Man kann nicht das Kind dafür verantwortlich machen, wenn es im Urlaub nicht so läuft, wie man sich das vorgestellt hat.

Gibt es eine typische Falle für Eltern mit Kleinkindern?
le Coutre: Wir denken immer, dass Urlaub für Kinder toll ist. Für kleine Kinder stimmt das aber so nicht. Sie müssen plötzlich in einem anderen Bett schlafen, an einem anderen Tisch essen, und dann sind im Hotel auch noch überall fremde Leute um sie herum. Das verunsichert Kinder, und so kommt es zu den berühmten Trotzanfällen. Also sollten die Eltern darauf Rücksicht nehmen: Kommt für sie ein Babyhotel infrage, wo alles auf die Bedürfnisse von Familien mit Kleinkindern zugeschnitten ist? Oder eine Ferienwohnung, wo sich dann gewisse Routinen einstellen? Oder ein Wohnwagen als rollendes Zuhause? Welche Regeln müssen auch im Urlaub gelten – und wo gibt es Ausnahmen?

Wann gibt es Urlaubsstress mit Teenagern?
le Coutre: Wenn der Urlaub an ihren Bedürfnissen vorbeigeplant wird. Jugendliche sollte man in höherem Maße involvieren, ihnen auch Aufgaben übertragen und zum Beispiel eine Stadtbesichtigung vorbereiten lassen. Auch Eltern müssen Kompromisse machen und mal einen Freizeitpark einplanen, auf den sie eigentlich keine Lust haben. Außerdem haben Jugendliche ein größeres Bedürfnis nach Autonomie. Wie viel Familienzeit soll es also geben, und wo sind die Möglichkeiten für sie, Zeit allein zu verbringen? Thema Handynutzung: Längst haben nicht mehr nur die Jugendlichen ein Problem mit ausgeprägter Mediennutzung. Es kommt auf die Vorbildfunktion der Eltern an: Sind Handy oder Laptop immer an, oder gibt es eine medienfreie Zeit?

Chillen ohne Ende: Was hilft gegen das Versacken im Urlaub?
le Coutre: Man kann es in positiver Weise ansprechen: Ich möchte gern mit dir Zeit verbringen, worauf hast du Lust? Auch hier ist Beteiligung wichtig. Wer morgens den Plan für den Tag diktiert, braucht sich über Lustlosigkeit nicht wundern.

Und wenn's dann doch mal knallt: Was hilft gegen dicke Luft im Urlaub?
le Coutre: Eine ordentliche Streitkultur. Es darf ruhig knallen, wenn es danach auch wieder eine Versöhnung gibt. Unzufriedenheiten anzusprechen ist sinnvoll, wenn man auch bereit ist, Lösungen zu finden. Nur weil es mal Streit gibt, ist nicht gleich der ganze Urlaub Mist.

Der Urlaub ist zu Ende: Wie rettet man ein bisschen Urlaubsgefühl in den Alltag?
le Coutre: Indem man über die Urlaubserlebnisse spricht, die Bilder gemeinsam sortiert, ein Fotobuch erstellt oder Fotos aufhängt. Wir haben immer die Muscheln aus dem Urlaub als Tischdeko verwendet. Das ist dann beim Essen so ein kleiner Anker: Ach ja, da war doch was.

Wie schafft man in der Familie eine Wertschätzung für den gemeinsamen Urlaub?
le Coutre: Indem man es sagt, dass ein gemeinsamer Urlaub etwas Besonderes ist, und indem man sich im Urlaub Zeit füreinander nimmt. Ich glaube, die Wertschätzung der Kinder kommt automatisch, wenn man sie beteiligt und nicht über ihren Kopf eigene Pläne durchsetzt, für die man dann Dankbarkeit erwartet. Wenn ich möchte, dass es meinen Kindern gut geht mit mir, muss ich sie einbinden. Viele denken, Urlaub zu machen ist ein Selbstläufer. Aber das stimmt nicht: Man muss ständig Entscheidungen treffen, Kompromisse aushandeln, sich in den anderen einfühlen und flexibel bleiben. Für einen Urlaub, in dem es allen gut geht, braucht man vielleicht zwei Dinge am meisten: Flexibilität und Humor. *Interview: Susanne Schröder*

Das vollständige Interview und mehr zu Familienthemen lesen Sie auf *www.sonntagsblatt.de/familie*