

© ThinkstockPhotos_romanidino3001

Was hält, wenn das Leben ins Wanken gerät?

Jahresbericht 2025

Zahlen und Fakten 2025

Klient*innenzahlen:



19.572
Menschen in Beratung



4.337
Teilnehmende an Vorträgen, Seminaren,
Gruppen, Infoabenden (Prävention)



654
Teilnehmende an Veranstaltungen
und Fortbildungen für
Multiplikator*innen

Wir erreichen mit unseren Beratungs-, Präventions- und Schulungsangeboten sowie durch mediale Angebote wie Videos, Podcasts, Interviews, etc. ca. **31.000** Menschen pro Jahr.

Personalstruktur:



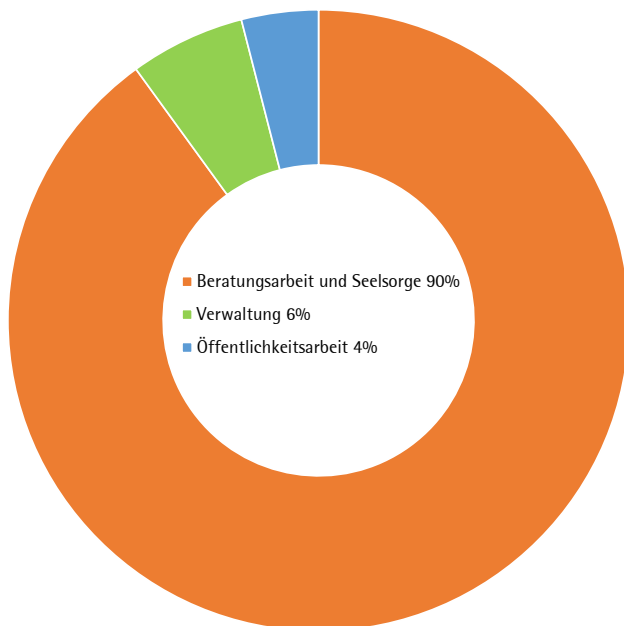
67
Festangestellte

103
Ehrenamtliche
TelefonSeelsorge

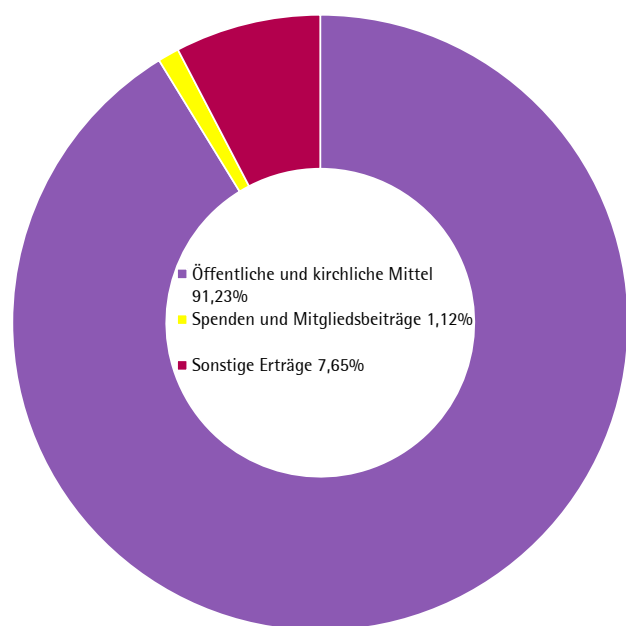
5
Honorarkräfte

6
Ehrenamtliche
Aufsichtsrat

Ihre Spende kommt an



Finanzierung des ebz



Das ebz wird gefördert durch:



Landeshauptstadt
München



Evangelisch-Lutherische
Kirche in Bayern



Bayerisches Staatsministerium für
Familie, Arbeit und Soziales



Landkreis München



Liebe Leser*innen

Unser diesjähriges Titelbild verweist auf eine ambivalente Erfahrung. Einerseits hört man förmlich das ausgelassene, fröhliche Gekreische. Eine Fahrt auf dem Kettenkarussell kann Freude und Spaß machen. Andererseits kann es auch vehement Angst auslösen, den Boden unter den Füßen zu verlieren.

Die Beiträge aus unseren Abteilungen des ebz thematisieren diese beängstigende Seite des „Lebenskarussells“. In unseren Beratungen ist ein häufiges Anliegen unserer Klient*innen: „Wo finde ich Halt, wenn das Leben ins Wanken gerät?“ Das ebz ist ein angesehenener, relevanter Anbieter in der Beratungsszene der Landeshauptstadt München. Dies wird auch in den Artikeln deutlich.

In einem zweiten Teil des Berichtes geben unsere Abteilungen einen kleinen Einblick in ihre jeweilige Arbeit des vergangenen Jahres.

Wir danken unseren Zuschussgebern für die Zusammenarbeit. Die schmerzlichen finanziellen Kürzungen beschäftigen uns weiter. Wir danken unseren Vereinsmitgliedern für ihre Treue und ihr Interesse an der Arbeit des ebz. Ohne sie würde es das ebz nicht geben. Wir danken der Stiftung TelefonSeelsorge sowie allen Spender*innen für Ihre Zuwendungen, Ihrem Engagement und Ihrer Verbundenheit zum ebz.

Ein besonderer Dank gilt unseren ehrenamtlichen Telefonseelsorger*innen für Ihr unermüdliches Engagement! Unseren vielen Kooperationspartner*innen in der Kirche, in der Stadtgesellschaft und in der Politik danken wir für Ihre Unterstützung und für Ihre Arbeit als Multiplikator*innen.

Danke Ihnen, liebe Leser*innen, dass Sie dem ebz verbunden sind und verbunden bleiben.

Wir wünschen Ihnen viel Freude und viele Anregungen bei der Lektüre unseres Jahresberichtes!

Herzliche Grüße, Ihre Vorstände

Dr. Bernhard Barnikol-Oettler

Markus Bernhard

INHALT

2	Zahlen und Fakten
3	Editorial
5	Die rote Ampel
6	Landschaften im Sand – die halten was aus
8	Bis es Antworten gibt – existentielle Krisen in Beratungen der EPFL
10	„Wahrscheinlich hat diese Geschichte gar nichts mit Ihnen zu tun ...“
12	Navigieren im falschen System
14	Was hält, wenn nichts mehr hält?
16	Gemeinsam (Aus-) Halten
18	Unsere Teams
20	Beratung für Eltern, Kinder, Jugendliche und Familien
22	Ehe-, Partnerschafts-, Familien- und Lebensberatung
24	Evangelische TelefonSeelsorge München
26	Pastoralpsychologische Beratung, Supervision und Fortbildung
28	Schwangerschaftsberatung
30	Präventionsangebote, Info- und Gesprächsabende
30	Das ebz ist vernetzt mit...
31	Das ebz sichert fachliche Qualität...
31	Das ebz ist Mitglied in...
31	Das ebz in den Medien
31	Ihr Beitrag für die Gesellschaft!
32	Impressum

Die rote Ampel



© AdobeStock_peopleimages.com_

Der 49-jährige Pfarrer Hubert S. kam gerade von einem Geburtstagsbesuch. Er hatte eindeutig zu viel Kuchen und Kaffee konsumiert. Bei der verdienten Vertrauensfrau, die immer noch die Fäden in der Kirchengemeinde zog, war er viel zu lange geblieben und hatte es jetzt im Auto sitzend, sehr eilig, ins Gemeindehaus zu kommen, um dort die Konfis zu bespaßen, was er natürlich wieder nicht vorbereitet hatte. Er dachte an die Beerdigung morgen und, dass er die unbedingt heute Abend noch zumindest grob skizzieren müsste. Sicherlich werden einige Kolleginnen da sein. Die Verstorbene war bekannt. Eventuell kam sogar der Dekan? „Du musst das gut machen, richtig gut. Du kannst es dir gar nicht leisten mittelmäßig zu sein.“ Der Dekan hatte neulich nachgefragt, wie es denn laufen würde, und angedeutet, dass nicht alle zufrieden wären mit der Arbeit von Hubert S., und dass ein beruflicher Wechsel mal anstünde. In diesem Moment rief die Frau von Hubert S. auf dem Handy an. Natürlich ging er ran. Sie beklagte sich ohnehin in rhythmischen Wochenabständen, dass er keine Zeit mehr für die Familie hätte, sie sich alleinerziehend fühlen würde und dann kam meist noch der sarkastische Hinweis, dass von Paarzeit ohnehin keine Rede mehr sei. „Kannst du bitte Rosalie von der Musikschule abholen? Das Elterngespräch mit der Lehrerin von Max hat noch nicht mal begonnen. Tue mir den Gefallen und unterstütz mich einmal.“ Natürlich sagte Hubert S. zu seiner Frau: „Ja, mache ich.“ Sein heftiges Kopfschütteln sah weder seine Frau noch bemerkte er es selbst. Die Ampel schaltete auf gelb und Hubert S. tat das, was er immer und allgemein im Leben tat. Er beschleunigte. Dunkelgelb. Rot!

Nach der Kreuzung bedeutete ihm eine Kelle mit rotem Licht an den Straßenrand zu fahren. Als der Polizist um die Papiere bat, sah er einen Mann mit Tränen im Gesicht, der regungslos hinter dem Steuer saß und das Lenkrad fest umklammerte, bewegungslos und in Auflösung. Einen Mann, der über Rot gefahren war. Der angehalten wurde, weil es so nicht ging und jetzt ging gar nichts mehr. Der Polizist fragte Hubert S. ob er einen Arzt holen sollte. Er bekam keine Antwort.

Der berühmte Tropfen, der das Fass zum Überlaufen bringt, führt in diesem Falle zum Überfahren einer roten Ampel. Da geht gerade gar nichts mehr. Ein psychosomatischer Zusammenbruch. Innere psychische Antreiber sowie äußere Ansprüche bilden für Hubert S. ein auswegloses Gefängnis. Wie geht es weiter – wird Hubert S. Konsequenzen für sich daraus ziehen? Sucht er sich Hilfe?

Gut, wenn sich Menschen auch in kirchlichen Arbeitsfeldern Unterstützung und Hilfe holen, bevor alles zu spät ist. Zu oft wird jedoch noch die Selbst-Erkenntnis „Ich brauche Hilfe – ich schaffe das so nicht mehr allein“, als defizitär gewertet oder ausgeblendet. Der berufsspezifische Blick – für die Seele sorgen – wird nicht auf sich selbst angewendet. So wie Mediziner den Gesundheitscheck für sich selber kleinreden und Anwältinnen im Privatbereich keine Verträge machen, so verkümmert bei so manchen Seelsorgenden, die Sorge um sich selbst. In einer Zeit des Wandels und der Ressourcenverknappung, die durch vielfältige Strukturreformen der Landeskirche zu zusätzlichen Belastungen führen, stellt Supervision einen sehr wichtigen Baustein innerhalb der Angebote zur Gesundheitsprävention in unserer Landeskirche dar. Psychisch und zeitlich ist das Fass bei vielen Kolleg*innen schon sehr voll. Oft erfolgt erst in der Supervision die erste „Wasserstandsmeldung“ im Fass. Von dort aus gilt es in der Supervision oft mühsam auseinander zu puzzeln, welche Erwartungshaltungen von außen und welche von innen kommen. Eine Sortierung hilft, andere Menschen in ihren Erwartungshaltungen enttäuschen zu dürfen und eigene zu hohe Selbsterwartungen verkleinern zu können. Es ist gut, sich dabei begleiten zu lassen. Damit es bei allen Umbrüchen und Einbrüchen, bei allem was ab- und aufbricht auch gleichzeitig weitergeht. Auch für Hubert S. geht es weiter. Auch wenn der Zusammenbruch sehr schmerzhaft ist. Aber es geht weiter. Nur nicht so wie bisher.

Dr. Bernhard Barnikol-Oettler, Andreas Herrmann

Pastoralpsychologische Beratung, Supervision und Fortbildung

Seit diesem Jahr befinden sich an zwei Standorten des ebz zwei große therapeutische Sandkästen. Durch die Fortbildung zweier Mitarbeiterinnen bei Wiltrud Brächter, interne Fortbildungen und standort- und teamübergreifende Fallbesprechungen, findet die Methode des Sandspiels immer häufiger Anwendung im ebz. Wenn Sandspiel in der Schule angeboten wird, gibt es das Angebot zwar „nur“ im kleinen Kasten. Jedoch ist der Zugang zum freien Sandspiel für viele Kinder eine kostbare Art, sich auszudrücken, Erlebnisse zu verarbeiten und zu entspannen. Denn viele Kinder und natürlich auch Jugendliche und Erwachsene verbinden Sand mit Meer und Urlaub und einer Zeit, in der man einfach sein darf.

Fallbeispiel (Details geändert)

Die 13-jährige Lara kommt regelmäßig in die Beratung. Anmeldegrund ist der Wunsch nach einem Gesprächsangebot, da gerade eine sehr konfliktreiche Trennung der Eltern stattfindet und eine Beziehung zu einem Elternteil besonders belastet sei. Lara nutzt die Stunden und erzählt viel und schnell über Vorfälle und Erlebnisse, die sie als schwierig erlebt habe. Dabei entsteht die Hypothese, dass sie mit den verletzten und traurigen Gefühlen, die diese Erlebnisse in ihr auslösen, durch das viele Erzählen nicht gut in Kontakt kommt. In einer Stunde, in der es wieder viel zu erzählen gibt, bejaht sie die Einladung für die Gestaltung eines Sandbildes sogleich und gestaltet frei („verwende die Figuren und Materialien, die dich heute ansprechen“) das nebenstehende Sandbild. Während der Gestaltung ist es ganz ruhig im Raum.

In der Nachbesprechung mit Lara erhält das Bild den Titel **Die Landschaft des Lebens**. Sie habe eine Innenwelt und eine Außenwelt, die mit einer Brücke verbunden ist, gebaut. Das Gestrüpp im Außen verdecke oftmals das Innere. Und der Brunnen sei eine Quelle des Lebens. Im Inneren bewachen drei Holzengel das Licht, den Eingang zur Außenwelt und ein Engel den Panda vor sich selbst. In der weiteren Arbeit mit Lara, in der es um das Kennenlernen und Versorgen verschiedener Anteile geht, taucht der Panda wieder auf. Der Panda stehe dabei für den traurigen Anteil.

Berater*innen und natürlich alle Menschen, die im psychosozialen Bereich arbeiten, sind durch die Zunahme der Komplexität der Krisen besonders darauf angewiesen, darauf zu achten, gut für die eigenen Kraftreserven zu sorgen und diese immer wieder aufzuladen. Im Bild des Ruderbootes bedeutet das, bewusst beide Ruder zu betätigen. Denn durch die Begleitung von Menschen in schwierigen Lebenslagen ist die Berührung mit den Auswirkungen der bedrohlichen Weltgeschehnisse häufig auf beruflicher und privater Ebene gegeben. Wenn man mal wieder das Gefühl hat, den Kopf am liebsten in den Sand stecken zu wollen, empfiehlt es sich, die Hände in den Sand tauchen zu lassen. Denn die beruhigende Wirkung ist unmittelbar spürbar. Durch die Gestaltung eigener Landschaften wird

auch schnell klar – durch diese Methode kann man tief in bedeutsame, schmerzvolle oder vergrabene Erfahrungen tauchen und Halt erfahren, wenn gefühlt nichts mehr hält – Landschaften im Sand, die halten was aus.

Martina Bürger

Beratung für Eltern, Kinder, Jugendliche und Familien

Quellen:

- AETAS Kinderstiftung (2026). Verfügbar unter <https://www.aetas-kinderstiftung.de/hilfe-fuer-koerper-kopf-und-herz/>. [07.04.2026]
- Brächter, W. (2010). *Geschichten im Sand: Grundlagen und Praxis einer narrativen systemischen Spieltherapie*. Heidelberg: Carl-Auer.
- Brächter, W. (2022). *Einführung in die systemische Sandspieltherapie*. Heidelberg: Carl-Auer.
- Gesetz zur Stärkung von Kindern und Jugendlichen (2021). (Kinder- und Jugendstärkungsgesetz – KJSG) – BMBFSFJ. (o. D.). BMBFSFJ. <https://www.bmbfsfj.bund.de/bmbfsfj/ministerium/gesetze/neues-kinder-und-jugendstaerkungsgesetz-162860>
- Ohler, M. (2022, 20. April). *Sounds of Science / Wiltrud Brächter - Systemische Sandspieltherapie*. Heidelberg: Carl Auer Verlag. <https://www.carl-auer.de/magazin/sounds-of-science/wiltrud-braechter-systemische-sandspieltherapie>

Bis es Antworten gibt – existenzielle Krisen in Beratungen der EPFL



Probleme und Krisen sind „naturgemäß“ zentrale Themen in den Beratungen der Ehe-, Partnerschafts-, Familien- und Lebensberatung. Die Gespräche und Interventionen sind also in erster Linie darauf ausgerichtet, diese Belastungen aufzugreifen, anzusehen und die Betroffenen bei der Entwicklung von Lösungsmöglichkeiten zu begleiten. Doch was passiert, wenn Krisen als existenziell erlebt werden, wenn sie das Selbst erschüttern und das gewohnte Leben nachhaltig und unwiederbringlich verändern? Welche dieser Erschütterungen begegnen uns hier, wie sehen existenzielle Krisen in unserer Arbeit aus? Und zuletzt- was hilft bei der Bewältigung?

Beispiele aus der Praxis

Ein Paar (54 und 58 Jahre) kommt in die Beratung. Es gibt schon lange Konflikte, die Atmosphäre ist angespannt und aus „Kleinigkeiten“ werden größere Streitigkeiten. Freundliche Worte und Zärtlichkeit gibt es schon lange nicht mehr, von gemeinsam gelebter Sexualität ganz zu schweigen. Die zwei Söhne (24 und 28 Jahre) sind ausgezogen und gehen inzwischen eigene Wege. Nun ist Leere auf der Paarebene entstanden und Ratlosigkeit macht sich breit. Vor allem die Frau, die als Erzieherin arbeitet, stellt die Frage einer Trennung in den Raum. Sie erzählt von der Ambivalenz, die sie zunehmend gegenüber dem Fortbestehen der Beziehung empfindet und der Einsamkeit, die sie trotz Partnerschaft erlebt. Die langjährige Ehe beschwert sie, das konfliktreiche Zusammenleben raubt ihr positive Energie. Kürzlich hat sie die Leitung des Kindergartens übernommen und fühlt sich dadurch belebt und gebraucht. Der Mann ist von den Trennungsgedanken seiner Frau überrascht. Zwar fühlt auch er

sich in der Beziehung nicht mehr richtig wohl, trotzdem möchte er an der Partnerschaft festhalten und all die Jahre gemeinsamer Lebenszeit nicht sorglos „wegwerfen“. In der Beratung geht es im Verlauf um die Frage, wie die Kommunikation zwischen dem Paar verbessert werden kann, was für Wünsche und Bedürfnisse es gegenseitig gibt und ob eine gemeinsame Vision von Zukunft existiert. Was verbindet beide miteinander, wie können sie sich wieder annähern, welche Gefühle sind noch „übrig“ und wie können Respekt und Wertschätzung wieder Einzug in die Beziehung erhalten? Der anschließende Beratungsprozess ist geprägt von vielen „Aufs und Abs“. Die Frau scheint jedoch zunehmend distanziert und emotional verschlossen. Im Verlauf traut sie sich schließlich zu sagen: „Ich trenne mich von dir.“ Der Mann ist geschockt, vor den Kopf gestoßen, wollte er doch die bereits eingesetzte emotionale Ablösung der Frau nicht wahrhaben. Sein verzweifertes Bemühen, die Ehe zu „retten“, ist endgültig gescheitert. Er fühlt sich wie betäubt und haltlos.

Eine Frau (63 Jahre) meldet sich zur Beratung an. Der plötzliche Tod ihres Mannes (64 Jahre) hat sie vollkommen „aus der Bahn“ geworfen. Zwar litt er schon seit Längerem unter Herzbeschwerden und Bluthochdruck, doch dass er von heute auf morgen stirbt, war nicht abzusehen. Die Frau erlebt dieses Ereignis als Schock – darauf war sie nicht vorbereitet. Die gewohnten Rituale und Gewohnheiten, der vertraute Alltag miteinander, die gemeinsamen Nachmittage mit den zwei Enkelkindern, der jährliche Urlaub auf Rügen – vorbei. Die Vorfreude auf die gemeinsame Zeit als Rentner*innen mit „endlich viel Zeit füreinander“ – zerstört.

Stattdessen Verzweiflung und emotionales Chaos. Zwar kommt die Tochter regelmäßig vorbei, trotzdem erlebt die Frau den Verlust des Ehemannes weitgehend allein. Auch nach vielen Monaten Beratung sitzt der Verlust tief. Nichts ist mehr so, wie es einmal war. „Seine Jacke hängt noch immer über dem Küchenstuhl“, sagt die Frau. Dort bleibt sie, bis sie soweit ist. Das dauert.

Ein junger Mann (23 Jahre) möchte Termine und „einfach jemanden zum Reden“. Er ist Student und seit einem Jahr in der Stadt. Er fühlt sich immer noch fremd, den Studienplatz hat er nur notgedrungen angenommen, denn er wäre lieber in seiner Heimatstadt geblieben. Dort gab es jedoch die gewählte Fachrichtung nicht. Das Studium macht keinen Spaß und wirkt praxisfremd. Er fragt sich immer öfter, ob er die richtigen Entscheidungen getroffen hat und möchte am liebsten „alles hinschmeißen“. Andererseits möchte er seine Eltern nicht enttäuschen und die alten Freunde sind plötzlich „in der ganzen Welt verstreut“. Neue Freundschaften hat er noch nicht geschlossen, Bekanntschaften ja, aber die möchte er nicht mit seinen Problemen belasten. Nachts wacht er immer öfter mit Herzrasen und Panik auf. Tagsüber ist er nervös, unkonzentriert und hat das Gefühl, neben sich zu stehen. Wie soll es bloß weitergehen? Der einst freudige Blick in die Zukunft ist zunehmend angstbesetzt und beklemmend. „Ich verliere den Halt!“, formuliert er in der Beratung.

Wie es weitergehen kann

Diese Beispiele beschreiben Krisen, die die Existenz erschüttern und eine Zäsur bedeuten. Das Leben muss neu ausgerichtet, anders weitergelebt werden. Doch wie kann dies gelingen? Was hilft, wenn Verzweiflung, Angst, Trauer und Hoffnungslosigkeit übermächtig werden?

Die Fähigkeit, Krisen zu bewältigen, ist individuell verschieden und wird mit dem Begriff „Resilienz“ beschrieben. Resilienz meint die psychische Widerstandsfähigkeit, die Menschen besitzen, um schwierige Ereignisse ohne dauerhafte Beeinträchtigung zu überstehen. Manche haben schon kritische Lebensphasen durchlebt und können auf Strategien zurückgreifen, die in der Vergangenheit schon hilfreich waren. Andere müssen erst herausfinden, was ihnen hilft. In den meisten Fällen sind Gespräche über das Geschehene und die Unterstützung von nahestehenden Menschen wie Familie und Freunden erste stützende Maßnahmen. Haltgebende Alltagsstrukturen wie Rituale, Gewohnheiten, feststehende Tagesabläufe, Arbeit und soziale Gruppen wirken bei vielen Betroffenen stabilisierend. Auch liebgelebte Hobbys, Sport und kreative Beschäftigung sind Möglichkeiten, um sich entweder von Krisen kurzfristig abzulenken oder diesen im Gegenteil Ausdruck zu verleihen. Es geht darum, das Geschehene zu verstehen, einzuordnen und letztendlich anzunehmen. Oft hilft der Gedanke (und der Ratschlag) in „kleinen Schritten“ weiterzugehen, langsam, bedächtig, sich Zeit nehmend, um wieder Zuversicht zu bekommen. Wieviel Vertrauen habe ich außerdem in mich

und meine Selbstheilungskräfte? Wieviel Hoffnung habe ich, dass trotz dieser existenziellen Krise ein Weiterleben möglich ist?

Auch religiöser Glaube kann Menschen bei der Überwindung von Existenzkrisen helfen. Der Glaube, in tiefen Krisen durch eine Kraft begleitet und beschützt zu sein, auch die Hoffnung auf ein Weiterleben nach dem Tode können Trauer mildern und neuen Mut geben.

Viktor Frankl, Begründer der Logotherapie, vertritt die These, dass Menschen durch die grundsätzliche Bejahung zum Leben Krisen individuell bewältigen können. Statt Lebens- und Schicksalsfragen zu stellen, sollte der Mensch Antworten auf diese finden: „Krankheit, Not, Leid und Gefahr sind Fragezeichen unseres Lebens, nicht unbedingt mit eigener Hand geschrieben, aber in eigener Handschrift zu beantworten durch die Art, wie wir darauf reagieren“. Es spielt also bei der Bewältigung von Schicksalsschlägen eine Rolle, wie jemand grundsätzlich zum Leben steht und auf welche inneren Bewältigungsmechanismen sie oder er zurückgreifen kann. Wie (flexibel) passe ich mich an die Herausforderungen des Lebens an, welche Gedanken und Gefühle beeinflussen mich und wie kann ich unangenehme Gefühle wie Trauer, Wut, Verzweiflung und Angst regulieren? „Dürfen“ diese zugelassen und ausgelebt werden oder „müssen“ sie verdrängt und unterdrückt werden? Hierbei spielt auch eine Rolle, wie mit Krisen in der Herkunftsfamilie umgegangen und welche „Glaubenssätze“ eventuell (unbewusst) weitergegeben wurden. Dies kann in einer Beratung Thema und hilfreich bei der Wahrnehmung der eigenen Bewältigungsmechanismen sein. Wichtig ist in den meisten Fällen ein Gegenüber. Doch manchmal besteht (noch) kein stärkendes soziales Netzwerk, das in Notsituationen Zeit, Trost und Halt gibt. Dann ist es wichtig, sich Hilfe zu suchen. In der Beratung hört jemand zu, unterstützt, gibt Ideen und hilft, die Selbstheilungskräfte zu stärken und Antworten zu finden. In manchen Fällen ist gerade die Hilfe von einem Außenstehenden hilfreich – dann, wenn es familiäre Verstrickungen gibt oder das Problem schambelegt ist. Manchmal ist es auch notwendig, therapeutische Hilfe aufzusuchen und eine ärztliche Expertise hinzuzuziehen. Auch hier kann Beratung begleitend wirken, kann als Überbrückung dienen und die oder dem Fragenden auf der Suche nach Antworten zur Seite stehen. In jedem Fall bedeutet eine existenzielle Krise eine Auseinandersetzung mit dem Selbst. Gut, wenn dabei jemand (vorübergehend) Gesellschaft leistet.

Dr. Maren Bartels

Ehe, Partnerschafts-, Familien- und Lebensberatung

Quellen:

Lukas, E. (1991): Die magische Frage wozu? Logotherapeutische Antworten auf existenzielle Fragen. (S. 133). Freiburg im Breisgau: Herder.

„Wahrscheinlich hat diese Geschichte gar nichts mit Ihnen zu tun ...“

Narrative Wege durch existenzielle Krisen

Mit diesem Satz eröffnete der Psychotherapeut Ed Watzke seine Interventionen, wenn Konflikte so verhärtet waren, dass direkte Worte nur weiteren Widerstand erzeugten. Indem er eine Geschichte erzählte, die „nichts“ mit den Anwesenden zu tun hatte, entstand ein Raum, in dem sie sich wiederfinden konnten – ohne sich verteidigen zu müssen. Ein solcher Raum konnte einer Familie in einem Beratungsprozess bei der PIBS eröffnet werden. Max, 10 Jahre alt (Name und Daten geändert), wurde mit massiven Verhaltensauffälligkeiten angemeldet: heftige Wutausbrüche, Eskalationen mit Geschwistern und starkes Rückzugsverhalten. Die Eltern sahen bei sich keinen Gesprächsbedarf, wünschten sich jedoch ein „funktionierendes“ und selbstständiges Kind. Max berichtete, dass er kürzlich einen Plan umgesetzt hatte, nicht mehr leben zu wollen, um keine Belastung für seine Familie zu sein. Nach psychiatrischer Abklärung distanzierte er sich glaubhaft von suicidalen Absichten. Dennoch blieb die Familie in Sorge, Hilflosigkeit und Erschöpfung und suchte Unterstützung.

Max nahm das Angebot der Beraterin an, sich zunächst kennen zu lernen und dann gemeinsam zu entscheiden, wie die Beratung verlaufen könnte. Daraus entwickelte sich über Monate ein Prozess, an dessen Ende das Schreiben einer Geschichte stand, die vermutlich nichts mit der Familie zu tun hatte.

Das Kind als Autor seiner Geschichte

Im ersten Einzelkontakt fiel es Max schwer, seine Situation in Worte zu fassen und offene Fragen überforderten ihn. Er erzählte jedoch, dass er gerne spannende Gruselgeschichten lese, besonders wenn es ihm schlecht gehe. Die Idee, selbst Autor zu sein und eine Co-Autorin zu haben, die für ihn schreibt, weckte seine Neugier. So entstand der Zugang,

seine Erfahrungen in eine spannende und zugleich traurige Geschichte zu übertragen.

Während des Schreibprozesses begann Max, Emotionen, Verhalten und Gedanken über seine Hauptfigur auszudrücken. Er konnte Bedrohliches beschreiben, ohne sich direkt benennen zu müssen. Die Geschichte handelt von einem Jungen, der immer wieder von einer starken Kraft überwältigt wird, die komplett die Kontrolle übernimmt und ihm großen Ärger einbrockt. Gefolgt von Schuld und Scham, wirbelt ein innerer Sturm alles durcheinander und übermalt die eigentliche Traurigkeit mit Wut. Gleichzeitig gibt es eine leise Helferinstanz, die Halt gibt und Veränderung ermöglicht. Am Ende der Geschichte ist nicht alles perfekt, doch die Familie wird ein Team: Der Junge wird gesehen, es wird einander zugehört und die Familie erlebt wieder gute gemeinsame Zeit.

Begleitend zur Schreibarbeit wurden therapeutische Impulse gesetzt. Stärken der Hauptfigur wurden herausgearbeitet, „gute Gründe“ für Verhalten gefunden und die Funktion der „starken Kraft“ reflektiert. Belastende Themen konnten gehalten, Gefühle benannt und neue Perspektiven entwickelt werden. Max gelang es immer wieder, Bezüge zu sich selbst herzustellen.

Allein die Autorenschaft stärkte sein Selbstwertgefühl und sein Erleben von Selbstwirksamkeit. Das fertige Buch wurde ausgedruckt und überreicht – ein Moment, der sichtbar stolz auslöste. Auch in der Fachliteratur zeigt sich: Narrative Prozesse in Beratung und Therapie fördern Selbstwert und wahrgenommene Wirksamkeit. Im Folgenden werden einige fachliche Aspekte dazu erläutert.

Die Kraft von Geschichten in der Arbeit mit Familien 1. Geschichten externalisieren.

Sie helfen, Probleme aus der Identität des Kindes herauszu-



lösen und in einen Raum zu bringen, indem sie verhandelbar werden. Dadurch wird die enge Verbindung zwischen Kind und Problem unterbrochen. Internalisierte Narrative wie „Ich bin eine Belastung für meine Familie“ oder „Es wäre besser, wenn ich nicht da wäre“ lassen sich durch das Externalisieren hinterfragen und neugestalten. Aus der Distanz einer Geschichte fällt es Kindern und Jugendlichen leichter, Worte zu finden, eigene Perspektiven zu entwickeln und alternative Lösungen zu entdecken. Oft ist dieser imaginative Ansatz für sie zugänglicher als ein rein kognitiver Dialog.

2. Geschichten aktivieren Ressourcen und ermöglichen Co-Autor*innenschaft.

Sie machen Stärken und Fähigkeiten nicht nur sichtbar, sondern erlebbar. Sie laden Kinder, Jugendliche und Familien dazu ein, aktiv mitzuwirken und ihre eigene Geschichte mitzugestalten. Durch dieses Mitwirken wachsen Selbstwertgefühl und das Bewusstsein für die eigene Handlungsfähigkeit – das Gefühl „Ich gestalte meine Geschichte selbst.“ Wenn Familien gemeinsam an Geschichten arbeiten, kann dies die Beziehung zueinander verändern und die Verbundenheit stärken. Auf diese Weise entstehen neue gemeinsame Erzählungen darüber, wer sie als Familie sind. Die Familie wird so vom bloßen „Objekt einer Krise“ zur aktiven Gestalterin ihrer Entwicklung.

3. Geschichten schaffen Halt und regulieren.

Sie geben in unsicheren Momenten Orientierung. Sie strukturieren Erfahrungen, sodass diese nicht überwältigend wirken, sondern einen Anfang, Verlauf und mögliche Wendungen erhalten. Durch das Erzählen können Gefühle benannt, in Zusammenhang gebracht und besser reguliert werden. Eingebaute therapeutische Elemente, wie Psychoedukation, fördern das Verständnis innerer Prozesse, das Annehmen ungeliebter Anteile und das Erkennen von „guten Gründen“ hinter Verhalten.

4. Geschichten sind hoffnungsvoll.

Die Vorstellung eines guten Endes eröffnet in Krisen einen imaginativen Raum, in dem Zukunft wieder denkbar wird. Besonders in existenziellen Krisen, in denen Perspektiven blockiert erscheinen, kann gemeinsames narratives Arbeiten alternative Entwicklungen sichtbar machen – nicht als Garantie, sondern als Möglichkeit.

5. Geschichten haben Grenzen.

Sie ersetzen keinesfalls Krisenintervention oder Risikoabschätzung. Sie schaffen jedoch einen geschützten Raum, in dem existenzielle Fragen gehalten, Beziehungsmuster sichtbar und Bedeutungen neu verhandelt werden können. Gleichzeitig eröffnen sie Optionen für alternative Handlungsweisen, wodurch Veränderungen anschlussfähig werden.

Insbesondere in der Arbeit mit Kindern ist deren Einflussnahme und Veränderbarkeit im Familiensystem begrenzt. Es braucht die Verantwortungsübernahme der Eltern, um die Beziehung zu gestalten und Veränderung zu ermöglichen. Die Geschichte von Max braucht eben diesen Transfer von

der Einzelberatung mit dem Kind, hin zur Erziehungsberatung mit den Eltern und der Familie gemeinsam.

Miteinbezug der Eltern – wie kam Max' Geschichte an?

Die Frage, wie Max seine Eltern mit in den Prozess einbeziehen wollte, musste er sich lange überlegen. Seine Sorge um Ablehnung und Bagatellisierung war groß. Die Formulierung „Naja Max, eigentlich ist es ja „nur“ eine Geschichte, die völlig frei erfunden sein könnte – der Autor allein weiß, was „echt“ ist und bestimmt selbst, ob das so bleibt oder aufgelöst wird.“ bewog Max dazu, dass seine Eltern das Buch lesen durften.

Ein entscheidender Wendepunkt entstand, als die Eltern die gemeinsam entwickelte Geschichte erstmals vollständig lasen. Was zuvor als „Verhaltensproblem“ diskutiert worden war, stand nun in narrativer Form vor ihnen: nicht als Diagnose, nicht als Vorwurf, sondern als Erzählung über eine innere Kraft, über Überforderung, Schutzversuche und Lösungsideen.

Die Eltern mussten sich nicht verteidigen, weil sie nicht direkt adressiert wurden. Und genau dadurch konnten sie sich einlassen. Statt Abwehr zeigte sich Berührtsein und statt Rechtfertigung entstand Nachdenklichkeit. Die zuvor schwer auszuhaltenden Ausbrüche wurden als Ausdruck eines Bedürfnisses lesbar – nach Schutz, nach Gehörtwerden, nach Regulation.

Sie erkannten ihr Kind in der Geschichte wieder – nicht nur in seiner Not, sondern auch in seiner Stärke. Die Mutter äußerte, stolz auf ihr Kind zu sein. Sie war sichtlich berührt von der für sie neuen Erkenntnis, dass ihr Kind trotz allem in Beziehung bleiben wollte und formulierte das „Happy End“ als hoffnungsvoll und mutmachend. Die Eltern waren nun nicht mehr ausschließlich Beobachtende oder Korrigierende, sondern Mitgestaltende und anhand der Bilder war eine neue Sprache geschaffen („Ah, das ist so ein Moment, wo die innere Kraft kommt?“).

Die Geschichte hatte nicht das Problem in der Familie gelöst. Aber sie hat es anschlussfähig und damit bearbeitbar gemacht und sie hat den Raum für neue Perspektiven geöffnet.

Vielleicht hat dieses Geschichtschreiben überhaupt nichts mit Ihnen zu tun ... Aber falls Sie beim nächsten Gespräch plötzlich Lust bekommen, einen Stift in die Hand zu nehmen und loszulegen – viel Spaß dabei!

Teresa Adler

PIBS – Psychologische Information und Beratung für Schüler*innen, Eltern und Lehrkräfte

Quellen:

Unterholzer, Carmen C. (2017). Es lohnt sich, einen Stift zu haben: Schreiben in der systemischen Therapie und Beratung. Heidelberg: Carl-Auer.

Watzke, Ed (2008). Wahrscheinlich hat diese Geschichte gar nichts mit Ihnen zu tun...: Geschichten, Metaphern, Sprüche und Aphorismen in der Mediation. Forum Verlag Godesberg.

Navigieren im falschen System

Das Zitat „I'm navigating a broken system“ von Marika Kovacs-Houlihan in einem TED-Talk (www.ted.com) bezieht sich auf die Lebenswelt tauber Menschen, die die Herausforderungen einer phonozentrisch, d.h. von Hören und Sprechen geprägten Gesellschaft, bewältigen müssen und dabei immer wieder mit einer Überforderung und Irritation hörender Menschen im Alltag konfrontiert sind. Die funktionalen staatlichen, gesundheitlichen und öffentlichen Systeme denken die Bedarfe tauber Menschen oft nicht mit.

Taube Menschen müssen ein Geschick entwickeln, Situationen zu navigieren, vorwegzunehmen und sie so gut wie möglich mit vorhandenen Ressourcen zu lösen. Ein „Dauerbrenner“ sind fehlendes gebärdensprachkompetentes Personal in fast allen Einrichtungen, keine 24/7-Bereitstellung von Gebärdensprachdolmetschdiensten insbesondere in Notfällen und die allgemeine Versorgungslücke psychotherapeutischer und psychiatrischer Behandlung in DGS (Deutscher Gebärdensprache). Während es in München und Umland einige sehr wenige Therapieplätze in DGS für Erwachsene gibt, existieren in ganz Bayern keine Kinder- und Jugendpsychotherapeut*innen sowie -psychiater*innen, geschweige denn entsprechende stationäre Einrichtungen mit DGS-Kompetenz für taube Kinder und Jugendliche.

Ein beispielhaftes taubes 11-jähriges Kind, das unter der Woche im Internat (Heilpädagogisches Schülerwohn-

heim) am Stadtrand Münchens wohnt, hat keine tauben Erziehungsfachkräfte als erwachsene Vorbilder sowie Bezugspersonen und nimmt Verzicht auf Unterrichtsstunden sowie eine 1,5- bis 2-stündige Fahrtzeit zu unserer Beratungsstelle in Kauf, um Beratungsgespräche bei einer tauben Fachkraft in DGS zu bekommen. Danach wirkt es laut seiner Bezugserziehenden deutlich sortierter und „aufgeräumter“. „Feeling Seen“ (Gesehen werden) ist ein grundlegendes emotionales Bedürfnis zur psychischen Entwicklung und Reifung.

Mit Improvisationstalent, Erfahrung und Zusammenhalt der Fachkräfte können im HuG-Team – bestehend aus vier tauben Mitarbeitenden – viele kommunikative Herausforderungen auch dank eines aufgeschlossenen und solidarisierenden Arbeitgebers abgefangen und bewältigt werden. Das Wissen um fehlende gebärdensprachliche Zugänge wurde uns in diesem Jahr gleich mehrfach schmerzhaft vor Augen geführt, als nicht nur wir, sondern auch die hörenden Kolleg*innen persönlich Zeugen mehrerer Eskalationen wurden, die ihren Ursprung in diesem eng begrenzten System haben.

Als taube Fachkräfte mussten wir beispielsweise in einer Münchner Gerichtssaal erleben, dass ein familienjuristisches Verfahren aufgrund einer inadäquaten Dolmetsch-Situation und fehlender Sensibilisierung im Umgang mit



©_iStock_Xavierarnau

Menschen mit Hörbehinderung zu Ungunsten eines tauben Klienten entschieden wurde und alle Beteiligten bei Gericht diese Schiefelage trotz unserer Intervention nicht erkennen konnten.

Von nicht wenigen ratsuchenden Eltern aus dem Umland Münchens erfahren wir immer wieder, dass zuständige Jugendämter keine Kenntnis haben oder wenig Bereitschaft zeigen für die Organisation und Kostenübernahme von Gebärdensprachdolmetschenden für (Klärungs-) Gespräche. Darüber hinaus besteht oft mangelndes Wissen über die Gehörlosigkeit sowie die Sprache, Kultur und Sozialisationserfahrungen von Gehörlosen. Für taube Eltern ist daher ein mühsamer Weg vorgegeben mit stärkeren zeitlichen Verzögerungen oder sogar Fehleinschätzung über den konkreten Bedarf an Jugendhilfemaßnahmen.

In einem anderen Fall musste kurze Zeit später ein Rettungsdienst in die Beratungsstelle gerufen werden wegen einer tauben suizidalen Person mit potentieller Selbst- und Fremdgefährdung. Die Kommunikation mit Rettungsdienst und Polizei war trotz vorheriger Information am Telefon nicht gesichert und konnte an diesem Tag nicht gelöst werden. Ferner lässt sich aus der verwunderten Reaktion des Rettungsdienstes, dass ein Mensch mit Hörbehinderung als psychologische Fachkraft tätig sein könne, und dem Nicht-Einbeziehen derer fachlichen Einschätzung, auf stereotype Annahmen über die berufliche Kompetenz gehörloser Menschen schließen. Diese dramatische Situation hat auch bei den hörenden Mitarbeitenden auf unserem Flur zu einem verschärften Bewusstsein für die Lücken im Fall von Hörbehinderung geführt.

Es existiert weder ein behördlicher (verpflichtender) Leitfaden für die Kommunikation mit gebärdensprachlichen Menschen noch eine (verpflichtende) 24/7-Notfallbereitschaft der Gebärdensprachdolmetschenden. Zudem fehlt es – wie bereits oben beschrieben – oft an Wissen über das Leben mit Hörbehinderung sowie an Sensibilisierung für den Umgang mit tauben Menschen.

Der traurige Höhepunkt wurde Ende des Jahres in Bochum erreicht, als in einem medial ausgeschlachteten missglückten Polizeieinsatz, mit einem (in den Bauch) angeschossenem 12-jährigen gehörlosen Mädchen, unübersehbar deutlich wurde, wie sehr eine gescheiterte Kommunikation aus dem Ruder laufen kann und wie schnell das Narrativ des Versagens auf taube Menschen projiziert wird statt das dysfunktionale System dahinter zu verstehen.

Als Konsequenz aus diesen Vorfällen fühlen wir uns umso stärker erinnert und verantwortlich, unsere Expertise in einem breiter gedachten Rahmen zur Verfügung zu stellen und einzusetzen in Zusammenarbeit mit Gebärdensprachdolmetschenden, Gehörlosenverbänden, Sozialpsychiat-

rischem Dienst, Krisen- und Rettungsdiensten u.v.m., um eine Verbesserung der Zugänge in Notfällen anzustoßen, Fachkräfte weiterzubilden und die Gesellschaft insgesamt zu sensibilisieren. Dafür sind unsere Kapazitäten innerhalb der HuG-Tätigkeit leider begrenzt. Ein System lässt sich nicht kurzfristig verändern. Wir leben mit einem historisch gewachsenen, leistungsorientiert-effizienten und in seinen Grundzügen ableistischen Menschenbild, das multiple Perspektiven und Lebensrealitäten von marginalisierten Menschen nicht miteinbezieht. Dies erzeugt beinahe zwangsläufig ein System mit diskriminierenden Mechanismen, dessen Dynamiken sich teilweise selbst reproduzieren.

Es kann nicht überraschen, dass vom System nicht mitgedachte Notfälle immer wieder eintreten. Dennoch sind wir nicht handlungsunfähig. Als psychologische Fachkräfte, vor allem aber als Menschen, besinnen wir uns auf unsere elementaren menschlichen Fähigkeiten zu Bindung und zu Beziehung, Präsenz, Vertrauen, Solidarität, Wachstum und Resilienz. Unsere hohe Gebärdensprachkompetenz ist sehr gefragt und gibt uns eine Art Alleinstellungsmerkmal im weiten Raum. Trotz aller technischen disruptiven Fortschritte, trotz des ganzen Hype um KI und ungeahnte materielle Errungenschaften bleiben uns gerade die menschlichen Eigenschaften und Kompetenzen als das Wichtigste in unserer Handlungsfähigkeit: Bei sich und dem Menschen bleiben, ihn nicht alleine lassen in seiner Not und im Gefühl bei ihm bleiben. Präsenz und Solidarität zeigen und – das ist vielleicht am wichtigsten – Vertrauen in unsere ureigenen Ressourcen und in die des Gegenübers geben. Sich Zutrauen, dass uns gerade in kritischen Situationen Fähigkeiten zuwachsen, die wir vorher nicht ahnen konnten. Systeme lassen sich über längere Zeiträume transformieren. Wir Menschen mit unseren menschlichen Eigenschaften sind immer mehr als unsere Systeme.

Erklärung Ableismus: Der Begriff steht für „Behindertenfeindlichkeit“ und beschreibt die diskriminierende und ungleiche Behandlung von Menschen mit körperlichen oder psychischen Behinderungen. Dabei werden betroffene Menschen auf ihre Behinderung reduziert und dadurch als minderwertig dargestellt. Im Zusammenhang mit dem ableistischen Menschenbild werden nicht-behinderte Menschen höhergestellt.

Sofia Wegner

HuG – Erziehungs-, Ehe-, Partnerschafts-, Familien- und Lebensberatung für Menschen mit Hörbehinderung und deren Angehörige

Was hält, wenn nichts mehr hält?

... da gibt es doch noch die Telefonseelsorge!



© AdobeStock_Olezzo_

Der Beginn des menschlichen Daseins ist untrennbar verbunden mit der Grunderfahrung des wahrhaftig Verbundenseins mit einem Menschen durch die Nabelschnur.

Die Geburt ist eine erste erlebte existentielle Krise, im besten Falle wird die Trennung von der gewohnten Wärme und Geborgenheit gemildert mit dem Empfang von Seiten lieber Menschen, die sofort das Angebot an Wärme, Geborgenheit und Nahrung bereitstellen und das Kind voller Liebe annehmen.

Falls diese Grunderfahrung erlebt werden darf, sind die Aussichten für die heranwachsenden Menschen nicht schlecht – der beginnende Lebensfaden ist schon mal gut verankert und kann weiterhin für das Gefühl sorgen, guten Halt gegenüber den Anforderungen und widrigen „Winden“ des unvorhersehbaren Lebensablaufes zu verspüren.

Es gibt viele Worte zum Thema: gehalten werden, ungehalten sein, verhalten reagieren, sich haltlos zu fühlen, Halt zu verlieren, Vorbehalte erleben, Haltung zeigen, etwas behalten dürfen.

Gerade die Nacht verstärkt oder offenbart reale oder befürchtete existentielle Krisengefühle. Vielleicht hängt das damit zusammen, dass eine Art von Regression im Zeitraum

des Einschlafens eintreten kann, wo wir eine sogenannte individuelle Tradition spüren. Diese rührt ursprünglich von schützenden Erlebnissen mit den Eltern her, welche am Kinderbett oftmals folgendes getan haben: Singen, Geschichten erzählen, Beten – man kann sie als Grundelemente eines Gottesdienstes sehen. Wer also nachts in der TS anruft, sucht nach etwas Haltgebendem, Richtungsweisenden.

Im Nachtdienst bietet die TS im weitesten Sinne die Funktion der Seelsorge an.

TS-Nachtdienstler*innen sind da, Anrufer*innen darin zu stärken, an ein Überlebenkönnen zu glauben. Regression kann Todesängste auslösen – und die obengenannten Grundelemente sind wirksame Schutzmaßnahmen vor dieser Angst, völlig den Halt verlieren zu können. Die religiösen Elemente bieten Halt an, weil wir ahnen, dass niemand sich wie Münchhausen selbst „halten“ kann.

Die Kenntnis dieses psycho-religiösen Sachverhaltes erlaubt es, die schwierigen Gespräche nicht unnötig lang zu führen. Die Eltern haben in aller Regel auch nicht die ganze Nacht am Kinderbett verbracht. Sie haben unsere Probleme je nach ihrer Fähigkeit wahrgenommen und uns nicht sel-

ten ermutigt mit dem vertrauensfördernden Satz:

„Gute Nacht, dein Herz will schlafen und morgen ist auch noch ein Tag mit neuen Möglichkeiten.“

Die von Regression geprägten nächtlichen Themen können verstärkt Wünsche nach liebevollen Gefühlen verstärken – und wenn die Realität ganz anders aussieht, durchlebt man tiefe Trauer und Verzweiflung.

Die unbewussten Kräfte, welche tagsüber allenfalls als diffuse Unruhe spürbar sind, können sich im Dunkel der Nacht zu mörderischer Wut und blinden Hassgefühlen wandeln – und die Betroffenen sind entsetzt über sich selbst und stürzen dabei nicht selten in existentielle Krisen.

Als einer der Nachtdienstler der TS fallen mir folgende für mich hilfreiche Aspekte ein:

Ich versuche, mich auf die Anrufer*innen einzustellen, ihre diffusen Erregungen und ihre Unruhe entgegenzunehmen, in mir wirken zu lassen. Wenn ich spüre, dass ich den Anrufer*innen in ihrer konkreten Lage das mir gerade Mögliche angeboten habe, sage ich nicht selten, dass ich müde bin und ermutige die andere Seite, ebenfalls ihre Müdigkeit zuzulassen im Sinne: „... ein neuer Tag steht an mit neuen Möglichkeiten.“

Gegeben zu haben, was mir möglich war, heißt keineswegs immer, den Konflikt des Menschen verstanden zu haben. Ich weiß, ich kann bei aller Anstrengung nur annähernd die Inhalte der Gespräche erfühlen und ich bin nicht konfliktzentriert. Eher versuche ich, Räume anzubieten, in denen Anrufer*innen und ich zur Ruhe kommen können, wenn ich seine oder ihre Unruhe und Erregung selber gespürt habe – ohne, dass ich alles sachlich verstanden hätte.

Ich mag solche Gespräche – sie dauern unter den oben genannten Überlegungen selten länger als eine halbe Stunde. Die Telefonseelsorge ist aus meiner Sicht ein Angebot wie ein Geländer, das nicht den Weg weist, sondern in Grenzbereichen des Lebens, also bei als existentiell empfundenen Krisen nochmal Halt vor einem endgültigen Absturz geben kann – die Verantwortung, sich daran festzuhalten, liegt am in Not befindlichen Menschen.

Wir Menschen sind ständig konfrontiert mit unterschiedlichen Arten notwendiger Verluste, die oft das Gefühl vermitteln, dass uns der Boden unter den Füßen wegbriecht – Haltlosigkeit.

Verlust der Kindheit, der Jugend beim Erwachsenwerden, im Alter das Nachlassen der Kräfte bis zum Verlust des Lebens – hin zum „Unbekannten“, teils hoffnungsvoll, teils dramatisch beschrieben.

Für das Gespräch am Telefon versuche ich, mit meiner eigenen inneren Erkenntnis über mich dem anderen Menschen nichts zu versprechen, sondern zu ermutigen, sich seiner eigenen noch nicht genutzten oder bisher übersehenen Möglichkeiten bewusst zu werden – also seiner Freiheit, dem Joch der Gegenwart etwas entgegensetzen zu dürfen,

neue Wege zu erkunden.

Ich verschweige nicht, dass es anstrengend und holprig sein kann – und es letztlich keine Garantie gibt, es wie ersehnt erleben zu dürfen.

Nicht selten sind anrufende Personen verblüfft und zum Schluss positiver gestimmt, wenn sie sich, wie ich, der Tatsache stellen, dass die Annahmen über die eigene Unzerbrechlichkeit, Immunität und Unsterblichkeit nicht stimmen. Wir sind in Wirklichkeit begrenzte, zerbrechliche, verletzbare, endliche und sterbliche Wesen – aber gleichzeitig so wertvoll, da jeder von uns ein Individuum, ein „einzigartiges Selbst“ ist – fähig sich gleichermaßen gegenseitig zu respektieren, zu lieben.

Manche Verluste, existentielle Krisen haben nicht selten zwei Seiten. Sie verletzen uns, trennen uns, verstümmeln uns, verursachen innere Leere, sie lassen uns allein und einsam, sie erinnern uns an unsere Endlichkeit. Das ist die nicht so schöne Seite.

Aber gleichzeitig vermögen Trennungen und Verluste uns auch neue Chancen für die Freiheit unseres Selbst zu vermitteln, sie können Reflektionen über unsere eigenen Kapazitäten und Fähigkeiten anregen und neue Wege unserer Selbstentwicklung aufzeigen. Vielleicht neue Beziehungen und Verbindungen knüpfen lassen – also wieder viele reale „eigene Haltestangen“ auf dem Lebensschiff realisieren, um bei neuen, unvermeidlich kommenden Stürmen einen besseren Halt erleben zu dürfen.

Zum Schluss noch eine für mich gut nachvollziehbare Bildaussage:

Um an uns zu arbeiten, benötigen wir Schwamm und Fensterleder, um unseren inneren Spiegel zu putzen, damit wir uns selbst darin wiedererkennen können. Tränen sind geeignet als Reinigungsmittel und Seufzer vermögen den Staub auf unserem Seelen Spiegel fortzublasen.

Wenn ich als TS-ler*in mir diese Haltung zu eigen mache, werde ich einfacher erfühlen können, was jemand anderes in seiner Haltlosigkeit braucht.

Jeder Anruf bei der Telefonseelsorge ist symbolisch der letzte Halt, wenn gerade sonst nichts hält.

Nutzen wir als Telefonseelsorge diese Chance, als letztes Halteseil einfach da zu sein.

D.E.

Ein langjähriger ehrenamtlicher Telefonseelsorger

Gemeinsam (Aus-)Halten

Schwangerschaft, ökonomische Unsicherheit und die Frage nach gesellschaftlichem Halt



©_iStock_Prostock-Studio

Schwangerschaft, Geburt, Elternwerden sind immer Grenzerfahrungen (physisch und mental). Sie sind trotz positiven Ansehens in der Gesellschaft mit einem gewissen Kontrollverlust, Unplanbarkeit und auch Sorgen verbunden.

Für werdende Familien kommen unserer Erfahrung nach zu den persönlichen Unsicherheiten, die die Verantwortung für eines neues Leben mit sich bringen, verstärkt die wachsenden ökonomischen Unwägbarkeiten hinzu. Wirtschaftliche Krisen treffen nicht alle gleich. Häufig entscheidet die soziale Herkunft darüber, wie sicher neues Leben beginnen kann. Steigende Lebenshaltungskosten, fehlende soziale Absicherung, Wohnraummangel, Arbeitsplatzunsicherheit beschäftigen inzwischen auch die Mittelschicht. Für Schwangere und junge Familien verdichten sich diese Unsicherheiten zu einer existenziellen Frage: Reicht das, was uns bisher trug – materiell, sozial, psychisch?

Geplante Gesetzesänderungen und Einsparungen auf Bundes-, Landes- und kommunaler Ebene werden die Lebensrealität von nicht wenigen Schwangeren und jungen Familien in München z.T. eher verschlechtern bzw. die Planung der ersten Zeit mit Baby verkomplizieren, so fürchten wir.

Die für kommendes Jahr geplante Reform des Elterngeldes soll z.B. die Beteiligung von Vätern stärken – allerdings auf Kosten der Ansprüche der Mütter. Ohne die Vielfalt der Lebensrealitäten von jungen Familien, deren Einkommensverhältnisse, deren eigenen Vorstellungen von der Gestaltung

des ersten Jahres mit Baby und die unterschiedlichen kindlichen Bedürfnisse angemessen zu beachten, sollen mit dieser familienpolitischen Maßnahme letztlich arbeitsmarkt- und wirtschaftspolitische Interessen durchgesetzt werden. Besonders kritisch sehen wir die Änderungen im Sozialgesetzbuch II (SGB II). Künftig sollen z.B. Eltern bzw. Alleinerziehende bereits ab dem ersten Geburtstag ihres Kindes zur Arbeitsaufnahme verpflichtet werden. Wird dabei Rücksicht genommen auf die individuellen Bedarfe des Kindes, auf die nicht selten allgemeine Überforderung oder Belastung in der Familie, bzw. bei der Alleinerziehenden, auf das Selbstbestimmungsrecht der Eltern? Das kann uns bisher niemand beantworten.

Darüber hinaus wird die Verschärfung von Sanktionen im SGB II (bis hin zu einem kompletten Leistungsentfall) bei fehlender Mitwirkung einzelner Mitglieder einer Bedarfsgemeinschaft in Familien zu einer Art „Sippenhaft“ führen, in der auch die Kinder davon betroffen sein werden.

Hinzu kommen strukturelle Probleme: Lange Bearbeitungszeiten, etwa beim Wohngeld (bis zu zwei Jahren), im Jobcenter oder in der Ausländerbehörde, sowie eine schlechte persönliche Erreichbarkeit von Behördenmitarbeitenden führen schon jetzt zu zahlreichen Vorsprachen von Ratsuchenden in der Schwangerschaftsberatung, die in finanzielle Not geraten sind, um ihren Aufenthaltsstatus bangen, oder sich Missverständnisse durch die fehlende direkte Kommunikation mit dem/der Sachbearbeiter*in aufgetürmt haben. Gleichzeitig werden wichtige Unterstützungsangebote auf kommunaler Ebene eingeschränkt (hier sind u.a. die Ange-

bote für Paar- und Scheidungsberatung und die Begleitung von Alleinerziehenden zu nennen), Personaleinsparungen in der Kinder- und Jugendhilfe sowie reduzierte Beratungsangebote treffen Familien in ohnehin belastenden Lebenssituationen.

Der Wegfall kostenfreier Integrationskurse für Asylsuchende, Einsparungen bei Asylsozialdiensten und Erzieher*innen in den Unterkünften sowie weniger allgemeine Beratungsangebote für Migrant*innen werden in absehbarer Zeit zu zusätzlichen Integrationshürden führen.

Auf Landesebene unerwartet weggefallen sind zuletzt erst das Familiengeld und dann das lange geplante Kinderstartgeld als finanzielle Unterstützungsmöglichkeit für junge Familien. Da diese Gelder nicht auf Sozialleistungen angerechnet wurden, stellten sie auch für Familien am Rande des Existenzminimums eine wirkliche Entlastung dar.

Wir selbst haben in unserer Beratungsarbeit erfahren, wie wertvoll der Einsatz von Dolmetscher*innen ist und wie der unerwartete Wegfall der Dolmetscherfinanzierung über drei Monate im letzten Jahr die Qualität der Beratungsarbeit für ratsuchende Menschen und die Berater*innen negativ beeinflusst hat.

Als Sozialarbeiter*innen haben wir im Studium gelernt: Existenzbedrohende Krisen sind selten rein individuell zu betrachten. Sie entstehen in modernen Gesellschaften vermehrt dort, wo gesellschaftliche Sicherungssysteme nicht (ausreichend) tragen und soziale Gerechtigkeit bedroht ist. Schwangerschaft und Geburt in ökonomisch unsicheren Zeiten sind ein Prüfstein für soziale Gerechtigkeit. Leben ist nicht leistungsfähig von Anfang an. Es ist abhängig, verletzlich und auf Fürsorge angewiesen. Hier zeigt sich, ob eine Gesellschaft bereit ist, Verantwortung für das Verwundbare mit zu übernehmen. Die Frage „Was hält, wenn nichts mehr hält?“ ist daher nicht nur eine private, sondern immer auch eine politische Frage. Sie richtet sich an die Bedingungen, unter denen Leben entstehen darf. Halt entsteht aus Vertrauen und Solidarität, nicht nur zu Personen sondern auch zu Institutionen.

In einer Zeit, in der finanzielle und soziale Sicherheit fragiler wird, versucht unsere Schwangerschaftsberatungsstelle eine verlässliche Begleiterin für junge Familien zu sein, beispielsweise indem wir über einen langen Zeitraum hinweg (vom Kinderwunsch bis zum 3. Lebensjahr des jüngsten Kindes) einfach erst einmal für alle Anliegen ansprechbar sind – ob bei psychosozialen oder finanziellen Themen. Wir hören zu, informieren über Ansprüche und Rechte, helfen bei Anträgen und bei der Durchsetzung von Ansprüchen. Wir lotsen in weitere Hilfen bzw. vermitteln in finanziellen Notlagen Geld für das Nötigste aus Stiftungen. Wir versuchen damit, auch Vertrauen und Halt zu vermitteln. Es bedarf für das „Sich-Einlassen“ auf Familiengründung eben nicht nur des Vertrauens in die persönliche Kraft, in das familiäre und freundschaftliche Umfeld, sondern auch in ein gesellschaftliches System, das hält.

Ein Fallbeispiel

Frau A., 28 Jahre alt, kommt im 7. Schwangerschaftsmonat in die Beratung. Sie berichtet, dass sie mit ihrem Mann in einer 1-Zimmer-Wohnung lebt und beide vor drei Monaten aufgrund einer betriebsbedingten Schließung arbeitslos geworden sind. Sie haben bereits Anträge auf eine größere Sozialwohnung, Arbeitslosengeld und ergänzendes Bürgergeld gestellt, aber noch keine Bewilligungen erhalten. Ein Antrag auf Wohngeld wurde auch gestellt, aber hier ist den Eheleuten schon gesagt worden, dass sie auf einen Bescheid etwa zwei Jahre warten müssten und sie sich doch bitte an das Jobcenter zwecks Vorleistung wenden sollten. Verwandte haben ihnen in den letzten Monaten finanziell ausgeholfen aber das ist jetzt langsam nicht mehr möglich. Durch die fehlenden Bewilligungen ist zudem aktuell der Krankenversicherungsschutz ungeklärt. Solange die finanziellen Einkünfte unklar sind, ist auch eine Beantragung von Hilfen bei der Landesstiftung „Hilfe für Mutter und Kind“ mit unserer Unterstützung für eine Erstausrüstung zu Schwangerschaft und Geburt zunächst nicht möglich.

Acht Monate, zahlreiche Telefonate und neun Beratungsgespräche später: Durch einen „Systemfehler“ bei der Agentur für Arbeit waren die Anträge der Eheleute auf Arbeitslosengeld über vier Monate lang nicht bearbeitet und Anfragen zum Sachstand nicht beantwortet worden. Dadurch war auch der Krankenversicherungsschutz der Eheleute ungeklärt. Entsprechend verspätet erhielt Frau A. auch erst Wochen nach der Geburt des Babys ihr Mutterschaftsgeld von der Krankenkasse. Bürgergeld, auf das das Paar auch einen ergänzenden Anspruch hatte, wurde über sechs Monate lang nicht gezahlt und schließlich fehlerhaft und in zu geringer Höhe berechnet. Der Widerspruch gegen diesen Bescheid ist bis heute in Bearbeitung. Der Folgeantrag ist ebenfalls noch nicht bewilligt. Die, von uns angeratene Erwirkung einer einstweiligen Anordnung beim Sozialgericht, lehnt das Ehepaar aus (unberechtigter) Furcht vor ausländerrechtlichen Konsequenzen ab. Das Kindergeld wird erst seit kurzem gezahlt und die Anträge auf Kinderzuschlag, Wohngeld, Elterngeld und eine Sozialwohnung befinden sich noch in Bearbeitung. Finanzielle Hilfe erhielt die Familie in der Zwischenzeit für die Erstausrüstung des Kindes durch die Landesstiftung „Hilfe für Mutter und Kind“, und zur Begleichung der Stromnachzahlung durch die SZ-Stiftung. Die Familie lebt aktuell nur von dem, im nächsten Monat auslaufenden, Arbeitslosengeld des Mannes und dem Kindergeld. Mittlerweile sind eine Nebenkostennachzahlung und eine Miete offen. Die Familie lebt damit seit acht Monaten durchschnittlich 700-800 € unter dem Existenzminimum.

Halt erhält Frau A. durch ihren Mann, ihre Familie und ihr Kind, das ihr Kraft gibt. Auch die Möglichkeit, sich jederzeit an die Beratungsstelle wenden zu können, gibt ihr Sicherheit, so erzählt sie es beim letzten Termin.

Karina Decker, Sabine Simon

Staatlich anerkannte Beratungsstelle für Schwangerschaftsfragen

UNSERE TEAMS

Team HuG



Team TS



Team SSB



Team Zentralverwaltung



Team EB Ramersdorf



Team PPA



UNSERE TEAMS



Team EPFL Landwehrstraße



Team EPFL Pasing



Team PIBS



Team EPFL Ramersdorf



Team EB Landwehrstraße

Die Beratung für Eltern, Kinder, Jugendliche und Familien (EB) in 2025

Eine Bilanz des Rückblicks auf das Beratungsjahr 2025 könnte lauten: Wir machen weiter, bleiben stabil und leisten unseren Beitrag zur Unterstützung von Familien, trotz der vielfachen Krisen und des Spardrucks. Die Fallzahlen haben sich sogar erhöht, unsere präventiven Angebote, insbesondere unsere Gruppenangebote wurden nicht heruntergefahren, wir konnten sogar innovativ wichtige fachliche Bereiche neu bedienen, standen unterstützend auch für andere Fachdienste zur Verfügung und leisteten unseren Beitrag im Hinblick auf die Sozialpolitik der Landeshauptstadt München, der LAG (Landesarbeitsgemeinschaft Bayern), in Fachgremien und AKS und bei REGSAM. Diese Präsenz zeigt auch Wirkung, was unseren Ruf als fachlich qualifizierte Beratungsstelle anbelangt. So melden sich Klient*innen auch nach Jahren wieder bei uns, weil sie erneut in einer Krise stecken und zuvor hilfreiche Erfahrung mit der Beratungsunterstützung gemacht haben. Klient*innen nehmen teilweise lange Anfahrtswege, auch aus dem Landkreis in Kauf, weil sie von ihrem Wahlrecht Gebrauch machen und bei uns um einen Termin bitten. Kolleg*innen fragen unsere fachliche Expertise an und freuen sich, wenn wir Ihnen zur Verfügung stehen. All das spricht für sich, führt teilweise zu engen Terminkalendern, manchmal auch zu Druck und Stress, ist aber auch erfüllend und sinnvoll und zeigt, wie wichtig unser niederschwelliges Beratungsangebot gerade in unsicheren Krisenzeiten ist. Wie ein sicherer Hafen, den man ansteuern kann. All das ist aber zugleich ein labiles System, dass durch Spardruck und den dadurch erforderlichen Vakanzen bei unbesetzten Stellen leicht zu kollabieren droht. Um all dies aufrecht zu erhalten, bedarf es personeller Power, um dies qualitativ leisten zu können, bedarf es fachlicher Qualifikation in Form von Fortbildungen und fachlicher Unterstützung durch Supervision. Um innovativ sein zu können, braucht man eine gute Ausstattung. Wenn an all dem gespart wird, wird unser Angebot früher oder später zusammen brechen, dann werden Klient*innen abgewiesen, dann werden wir kollegial nicht mehr unterstützend sein können, unsere präventiven Angebote werden einschränkt, was zu Unzufriedenheit der Ratsuchenden und der Mitarbeitenden führen wird. Aber so weit ist es ja noch nicht. Das Jahr 2025 war ein stabiles Jahr. Die Anmeldezahlen waren stabil, das Personal war stabil, die tatsächlichen Beratungszahlen gingen sogar noch hoch, die präventiven Angebote waren umfangreich und gut besucht. Die Gruppen zum Thema soziale Kompetenz und Kinder psychisch belasteter Eltern (EB Landwehrstraße, PIBS und EB Ramersdorf) fanden statt, ebenso der Eltern-Kurs „Kinder im Blick“ (EB Ram) und eine offene Elterngruppe zum Thema Pubertät (EB Ram). Außerdem gab es zusätzliche Angebote, wie die Jugendsprechstunden zum Thema Psychotherapie (EB LW) und zu Mobbing und Ängste (PIBS) beim JIZ, ein gemeinsamer Abend für Jugendliche zum Thema Einsamkeit, in Kooperation mit der Schauburg (EB Ram) und regelmäßige Sprechstunden an einer Fachoberschule (PIBS), das Lerncoaching für Geflüchtete, insbesondere für ukrainische Kinder (PIBS) und darüber hinaus Sprechstunden und Elternabende (PIBS, EB Ram, EB LW,

HuG), sowie Angebote zum Thema Schulfähigkeit (PIBS und EB LW) und die Mitwirkung bei der bke Onlineberatung (HuG).

Fachlich intensiviert wurde der Fokus und das Know-how zum Thema Trauma und Trauer, hier insbesondere durch die Intensivierung der Kooperation mit AETAS Kinderstiftung (KinderKrisenIntervention), die Themen Schulabsentismus, Schulängste, Schulabbruch, Gewalt, Mobbing, Lerncoaching und Scheitern von Bildungswegen (PIBS). Das Thema emotionsfokussierte Therapie als Grundhaltung der Beratung wurde ausgebaut (EB LW) ebenso wie die neue Autorität nach Haim Omer (EB Ram). Als fachlich neue Angebote kamen die Jugendsuchtberatung (EB LW) und die Sandspieltherapie (EB LW und EB Ram) hinzu (vgl. Seite 6). Die Kooperationen und Vernetzungen konnten aufrechterhalten bzw. intensiviert werden. Die bewährte Beratung in den Grundschulen, die es ermöglicht, niederschwellig auch mit Kindern direkt in Kontakt zu kommen, ohne dass sie von ihren Eltern geschickt werden, ist weiterhin sehr erfolgreich und anfängliche Holprigkeiten an der Schnittstelle Beratungsstelle-Schule sind inzwischen weitestgehend beseitigt.

Alles in Allem also ein Beratungsjahr, wie man es sich wünschen kann.

Jürgen Wolf

Leitung Beratung für Eltern, Kinder, Jugendliche und Familien

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

Zweigstelle:

Beratung für Eltern, Kinder, Jugendliche und Familien im ebz in Ramersdorf

Echardinger Str. 63, 81671 München
Tel.: 089-59048 230, eb.ramersdorf@ebz-muenchen.de

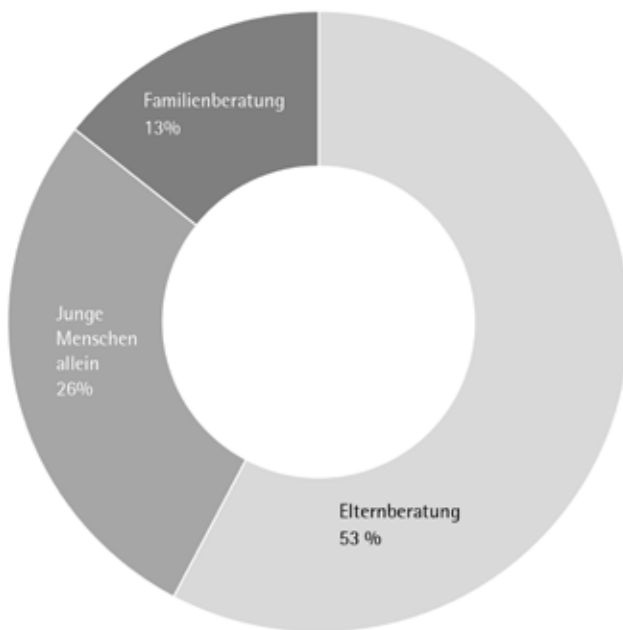
PIBS – Psychologische Information und Beratung für Schüler*innen, Eltern und Lehrkräfte im ebz in Ramersdorf

Echardinger Str. 63, 81671 München
Tel.: 089-59048 270, pibs@ebz-muenchen.de

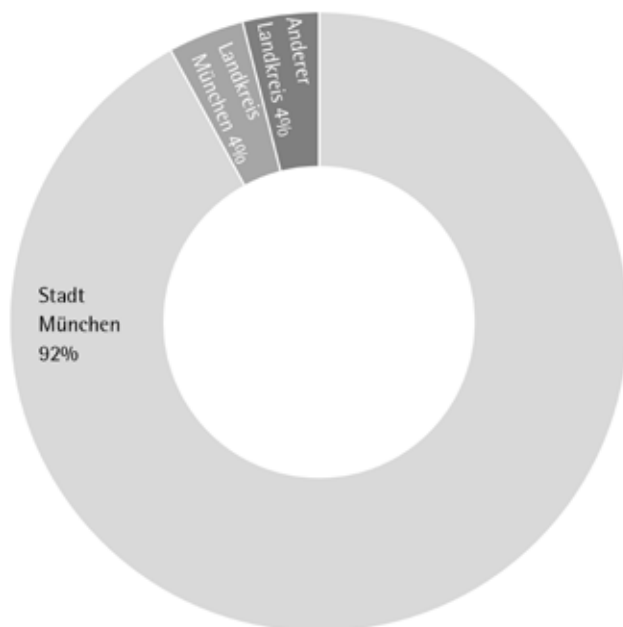
Erziehungs-, Ehe-, Partnerschafts- und Lebensberatung für Menschen mit Hörbehinderung und Angehörige (HuG)

Landwehrstr. 15/3. OG, 80336 München
SMS: 0172-8585846, hug@ebz-muenchen.de
Fax: 089-59048 193, Tel.: 089-59048180

Beratungsformen in Prozent



Region der Anmeldungen



Statistik

Gesamtzahl der beratenen Personen: 2524

Beratungsfälle insgesamt: 1234

Davon in Prozent:

Stadt München 92,5
Landkreis München 3,4
andere Landkreise 4,1

Online-Beratungen:

Einzelberatungsfälle 103

Beratungsanliegen in Prozent (Mehrfachnennungen):**Entwicklung und Leistung:**

Entwicklung-, Arbeits- und Leistungsauffälligkeiten 36,3

Erleben und Verhalten:

Gefühle, Sexualität, Körperbezogenes Verhalten 71,3

Sozialverhalten 33,1

Posttraumatische Belastungen 3,2

Soziales Umfeld:

Erziehungsverhalten, familiäre Interaktion Belastung der Familie 76,3

Trennung und Scheidung 34,1

Partnerschaft 10,1

Neuzusammensetzung der Familie 3,4

Missbrauch und Gewalterfahrung 13,8

Probleme im Körperbereich:

Suchtverhalten, Psychosomatische Probleme 10,6

Sinnfragen, allgemeine Fragestellungen: 8,8

Durchschnittliche Beratungsstunden pro Fall: 8,0

Beratungsformen in Prozent:

Elternberatung 52,7

- davon in Elterngruppen 1,1

Junge Mensch allein 25,5

- davon in Kindergruppen 4,3

Familienberatung 13,1

Beratung anderer Personen 8,7

Prävention (Vorträge, Seminare, Gruppen):

Maßnahmen 51

Personen 2393

Veranstaltungen für Multiplikatoren*innen:

Maßnahmen 15

Teilnehmende 312

Aktionen zum Thema Kinderschutz § 8a/8b

SGB VIII: 139

Die Ehe-, Partnerschafts-, Familien- und Lebensberatung (EPFL) im Jahr 2025

Die Ehe-, Partnerschafts-, Familien- und Lebensberatungsstellen in Bayern wurden im Schnitt vor ca. 50 – 60 Jahren gegründet. Die Notwendigkeiten zur Einrichtung solcher Stellen waren damals wie heute offensichtlich:

- EPFL-Beratung ist hochwirksam. Umfangreiche Metaanalysen aus dem internationalen Kontext belegen die langfristige Verbesserung der partnerschaftlichen Zufriedenheit, der Kommunikation sowie des emotionalen Erlebens. Frühzeitige Inanspruchnahme der Beratung führt zu Stabilität und Zufriedenheit.
- EPFL-Beratung bedeutet Prävention vor und bei psychischen Belastungen. Die Stressbewältigung wird gestärkt, Kompetenzen werden vermittelt und gelernt, Krisen werden frühzeitig bewältigt. Das psychische Wohlbefinden wird verbessert und die Bewältigungskompetenz gefördert.
- EPFL-Beratung reduziert Kosten für die soziale Gemeinschaft. Dies betrifft nicht nur Folgekosten für Scheidung und juristische Auseinandersetzung, sondern vor allem auch Kosten für das Gesundheitssystem.
- EPFL-Beratung wirkt positiv auf Produktivität und den Arbeitsmarkt. Durch Förderung von Stressresilienz einhergehend mit einer höheren Zufriedenheit in Beruf und Familie werden Fehlzeiten aufgrund belastungsassoziierter Erkrankungen reduziert, die allgemeine Zufriedenheit gesteigert und psychische Belastungen allgemein reduziert.

Diese Aufzählung lässt sich fortsetzen und es müsste davon ausgegangen werden, dass gerade 2025 die Unabdingbarkeit dieser psychologischen Grundversorgung mehr denn je zum gesicherten Leistungsportfolio einer zunehmend belasteten und durch psychische Krisen gekennzeichneten Gesellschaft gehört (vgl. Jahresbericht für 2024).

Tatsächlich kann die Krise der Ehe-, Partnerschafts-, Familien- und Lebensberatung jedoch selbst als mittlerweile existentiell bezeichnet werden. Im vergangenen Jahr mussten in Bayern vier psychologische Beratungsstellen in evangelischer Trägerschaft schließen. Für die Versorgung der Familien bleiben hier nur noch 4,85 VZÄ (Vollzeitäquivalente) in den restlichen Standorten übrig. Auch wenn ein Großteil der Beratungen noch durch die Kolleg*innen der Diözesen geleistet wird, ist von einem evangelischen Bekenntnis zur praktischen Unterstützung der Paarberatung angesichts der bestehenden Probleme nur mehr ein geringer Leistungsanteil übrig.

Für das ebz München bedeutet dies: Mit einem immer noch vorgehaltenen Stellenanteil von knapp sieben (besetzten) VZÄ sind wir nach wie vor die leistungsstärkste Beratungsstelle in Bayern. Die Kapazität wird in diesem Umfang nicht haltbar sein und so war das Jahr 2025 vor allem geprägt durch Überlegungen und konzeptionelle Planungen, wie ein möglichst großer Anteil dieser Leistungen erhalten bleiben

kann. Das aktuelle Jahr kann dabei erneut als Schlüsseljahr für die Zukunft der EPFL in Bayern gesehen werden. Sowohl die Stadt München als auch die evangelische Landeskirche haben angekündigt, zu prüfen, welche Leistungen zukünftig weiter finanziert werden sollen und in welchem Umfang. Ausgehend von der oben geschilderten Notwendigkeit und dem Stellenwert der EPFL-Beratung gehen wir zum jetzigen Zeitpunkt von einem klaren Bekenntnis der Kostenträger zur psychologischen EPFL-Beratung aus. Für das aktuelle Jahr, und das ist vor allem auch den Kostenträgern (Ev. Landeskirche, Stadt München, Freistaat Bayern) zu verdanken, kann der Leistungsumfang des vergangenen Jahres aufrechterhalten werden. Durch diese Förderung war es uns möglich, an unseren drei Standorten in München insgesamt 597 Fälle mit professioneller, psychologischer Beratung zu versorgen. Darüber hinaus wurden, wie auch in den vergangenen Jahren, mehrere Kurse des Formats „Kinder im Blick“ durchgeführt und das Projekt MHFA (Mental Health First Aid) gestartet. Dieses Projekt ist auch eine vorzügliche Art und Weise, das ebz in seiner Arbeit und die Menschen in ihrem Umfeld tatkräftig zu unterstützen. Nähere Informationen finden Sie hier: <https://www.ebz-muenchen.de/partnerschaft-und-familie/psychologischer-ersthelfer-mhfa/>

Markus Bernhard

Leitung Ehe-, Partnerschafts-, Familien- und Lebensberatung

Ehe-, Partnerschafts-, Familien- und Lebensberatung

Landwehrstr. 15/Rgb., 80336 München
Leitung: Markus Bernhard, Diplom-Psychologe
Tel.: 089-59048 120, epfl@ebz-muenchen.de

Zweigstellen:

Ehe-, Partnerschafts-, Familien- und Lebensberatung im ebz in Ramersdorf

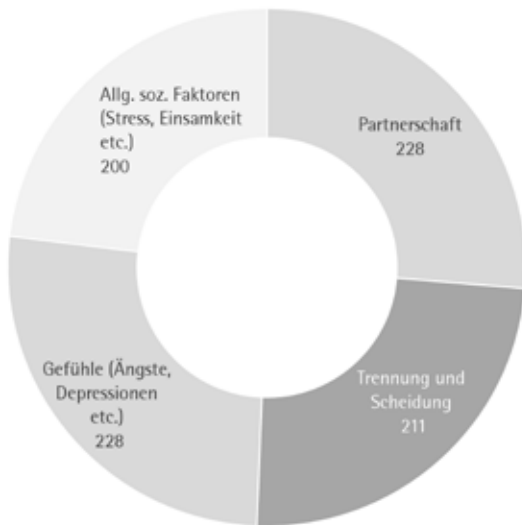
Echardinger Str. 63, 81671 München
Tel.: 089-59048 220, epfl.ramersdorf@ebz-muenchen.de

Ehe-, Partnerschafts-, Familien- und Lebensberatung

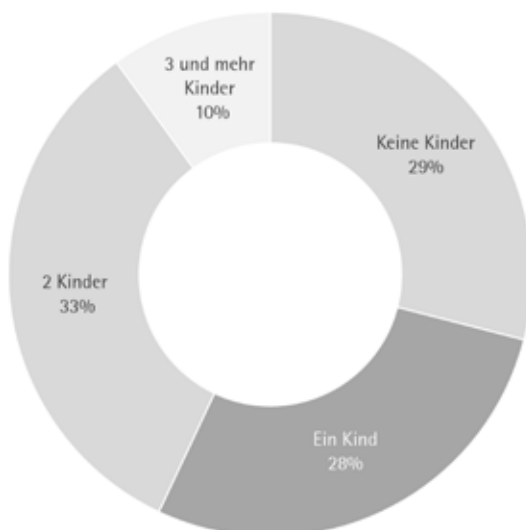
Pippinger Str. 97, 81247 München
Tel.: 089-59048 210, epfl.pasing@ebz-muenchen.de

Anlässe für die Beratung

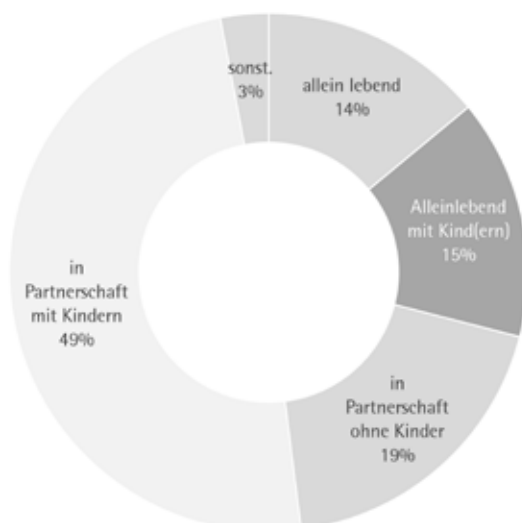
N = 597, Mehrfachnennungen



EPFL-Klient*innen und Kinderzahl



EPFL-Klient*innen und Lebensform



Statistik

Gesamtzahl der beratenen Personen*: 906

Davon:
 Erwachsene 897
 Kinder 9

Beratungsfälle insgesamt: 597

Davon:
 Stadt München 492
 Landkreis München 26
 Sonstige 79

Beratungsanliegen

Probleme im Körperbereich und Sucht	98
Entwicklung und Leistung	25
Erleben und Verhalten	308
Allgemeine soziale Faktoren	200
Partnerschaft	429
Trennung, Scheidung	222
Missbrauchs- und Gewalterfahrung	17
Familiäre Belastungen	211
Erfahrungen in der Gesellschaft	36
Sinnfragen	10
Allgemeine Fragestellungen	37

Durchschnittliche Beratungsstunden pro Fall: 5,8

Beratungsinhalte in Prozent:

Personenbezogene Anlässe	20,98
Partnerbezogene Anlässe	49,51
Familienbezogene Anlässe	23,33
Gesellschaftsbezogene Anlässe	6,18

Dauer der aktuellen Partnerschaft:

Keine Partnerschaft	70
Bis 3 Jahre	45
4 bis 6 Jahre	91
7 bis 9 Jahre	57
10 bis 12 Jahre	72
13 bis 15 Jahre	53
Über 15 Jahre	183
Unbekannt	26

Infoabende / Vorträge:

Anzahl der Veranstaltungen	23
Anzahl der Teilnehmenden	125

Die Evangelische TelefonSeelsorge München (ETS) im Jahr 2025

Dies war ein Jahr des Übergangs und der Neuorientierung in der TelefonSeelsorge, da das hauptamtliche Team vollständig gewechselt hat und eine kommissarische Leitung bestand.

Die Evangelische Briefseelsorge ist wie schon im Vorjahr ein wichtiger Bestandteil der Evangelischen TelefonSeelsorge München.

Januar

Die Katholische TelefonSeelsorge organisiert mehrere Fortbildungen, an denen auch Ehrenamtliche der ETS teilnehmen: Einführungskurs in die Mailseelsorge, Pädophilie, Engagement und Haltung der Kirche rund um das Thema Flucht, Asyl, Migration und Integration.

Februar

Im Kloster Scheyern findet eine Grundschulung zum Thema Krisentelefon mit einer Einführung in die Besonderheiten des Krisentelefon der Psychosozialen Notfallversorgung der Landeshauptstadt München statt.

Das Krisentelefon der Stadt München, auch mit Ehren- und Hauptamtlichen der ETS, wird aufgrund des Attentats auf einen Demonstrationzug freigeschaltet.

März

Die Frühjahrstagung findet in der Katholischen Landvolkshochschule Petersberg statt. Andreas Herrmann erarbeitet mit rund 50 Ehrenamtlichen das Thema „Das Lebensförderliche in den Blick nehmen“.

Brigitte Meyer, die fünf Jahre für die Telefonseelsorge im Sekretariat tätig war, wird herzlich in den Ruhestand verabschiedet.

April

Unter Mitwirkung einiger Ehrenamtlicher finden gemeinsam mit Sheila Bornhäuser die Auswahlgespräche für Interessierte der neuen Ausbildungsgruppe statt.

Mai

Einige Ehrenamtliche besuchen den Tagestreff von „Bela“. Der soziale Dienst kümmert sich um betreutes Einzelwohnen für Menschen mit Alkohol- und seelischen Problemen in ganz München. Als Nachfolgerin von Brigitte Meyer nimmt Cordula Buse ihren Dienst in der TS auf.

Juni/Juli/August

Unter dem Motto „In jedem Anfang liegt ein Zauber inne“ beginnt die rund neunmonatige Ausbildung neuer Ehrenamtlicher.

Großen Zuspruch erfährt der Fachtag „Macht und Manipulation“ im Bannopolis in München.

Regen Anklang findet das Sommerfest im Juni mit vielen aktiven und ehemaligen Ehrenamtlichen. Besonders herzlich werden die Jubilarinnen und Jubilare gewürdigt und die ausgeschiedenen EA verabschiedet.

September

Die TelefonSeelsorge arbeitet eng mit dem Krisendienst zusammen. Da beide Dienste teilweise von denselben Anrufer*innen kontaktiert werden, stellt der Krisendienst an einem Abend seine Arbeit vor. Zudem erarbeitet eine gemeinsame Arbeitsgruppe aus Mitarbeitenden des Krisendienstes und der TelefonSeelsorge ein Eckpunktepapier zur Kooperation zwischen der TelefonSeelsorge und den Krisendiensten in Bayern, das an diesem Abend vorgestellt wird.

Die Küchenparty in den Räumen der Telefonseelsorge bietet einen warmen, entspannten Rahmen für Begegnung und Austausch.

Oktober

Eine große Herausforderung in der TelefonSeelsorge besteht darin, Gespräche angemessen zu beenden. An einem Fortbildungsabend stellt ein erfahrener Referent verschiedene Modelle für einen guten Gesprächsabschluss vor, jeweils angepasst an unterschiedliche Gesprächstypen.

An einem Chat-Fortbildungsabend wird an vier PCs in Zweier- oder Dreiergruppen gearbeitet.

November

Das Thema der Herbsttagung lautet „Spiritualität als Lichtblick“. Gemeinsam mit Pfarrerin Dr. Nika Höfler gehen rund 60 Ehrenamtliche der Frage „Wie kann ich diese Ressource in meinem seelsorglichen Handeln nutzen?“ nach.

Eine Referentin stellt an einem Fortbildungsabend eine „Werkzeugkiste“ für die Chat und Mailberatung vor – mit Fragen, Techniken und praktischen Methoden aus der Chatseelsorge, die die Teilnehmenden direkt erproben können.

Dezember

Die Deutsche Angst-Hilfe e.V. gibt einen Überblick über Angststörungen und darüber, wie unterstützende Gespräche am Telefon gelingen können.

Cordula Buse, Sheila Bornhäuser, Wolfgang Gronauer
Evangelische TelefonSeelsorge München

Evangelische TelefonSeelsorge München

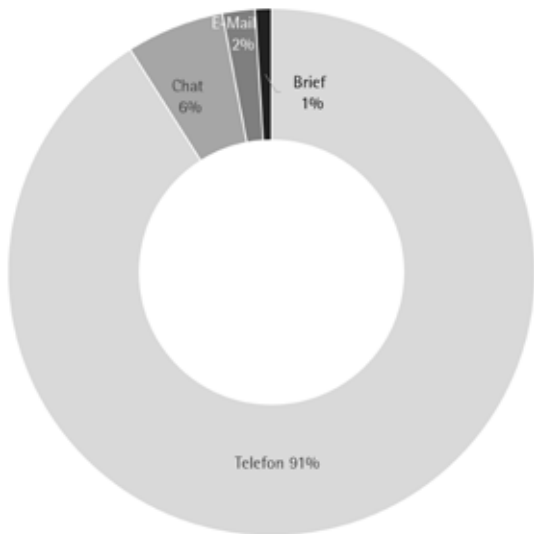
Landwehrstr. 15/Rgb., 80336 München

Leitung: Wolfgang Gronauer, Pfarrer

Tel.: 089-59048 113, ts@ebz-muenchen.de

Telefonische Beratung 24h: 0800-111 0 111

TS 2025 - Kontaktarten



TS 2025 - Art der Anrufenden



TS 2025 - Lebenssituation der Anrufenden



Statistik

Telefon

Gesamtzahl der Gespräche:	14.299
Davon (in Prozent):	
Erwachsene	98

Meistgenannte Beratungsanliegen in Prozent (Mehrfachnennungen):

Familiäre Beziehungen, Partnerschaft	17
Depressive Verstimmungen, Trauer	19
Körperliches Befinden, Erkrankungen	20
Einsamkeit / Isolation	22
Ängste	14
Alltagsbeziehungen (Nachbarn, Freunde)	11
Stress, Ärger, Aggression	22
Sinn, Glaube, Werte, Kirche	4

Erstanruf (in Prozent): 14

Wiederholter Anruf (in Prozent): 63

Nicht bekannt (in Prozent): 23

Lebenssituation:

alleinlebend	58
nicht angegeben	13
in Familie, Partnerschaft, WG und Einrichtung	29

Chat - Gesamtzahl der Chats: 907

Mail - Gesamtzahl der Mails: 245

Brief - Gesamtzahl der Briefe: 100

Die Pastoralpsychologie (PPA) im Jahr 2025

Im Jahr 2025 nahmen 377 Personen v.a. aus dem Kirchenkreis München und Oberbayern (85%) die Angebote der Pastoralpsychologischen Supervision, Beratung und Fortbildung wahr.

Der KSPG-Kurs (Kurs für seelsorgliche Praxis und Gemeindegearbeit), der in München als Intensivkurs Systemische Seelsorge stattfindet, erfuhr auch weiterhin eine ungebrochene Nachfrage. Die Teilnehmenden kamen aus verschiedenen Berufsgruppen und aus unterschiedlichen kirchlichen Handlungsfeldern. Wieder setzten sich 12 Kursteilnehmende mit systemischer Seelsorge auseinander, übten neue Ansätze der Gesprächsführung und reflektierten ihre Seelsorgepraxis. Die Teilnehmenden erfuhren, dass das seelsorgliche Lernen immer auch eine Begegnung mit sich selbst ist, das durch die Gruppe unterstützt wird.

Neben der weiter hohen Nachfrage des KSPG-Kurses scheint es vielen Kursteilnehmenden wichtig zu sein, über den Kurs hinaus an systemischen Haltungen, Inhalten und Theorien dranzubleiben und das systemische Handwerkszeug einzuüben. Ein eineinhalbtägiger Auffrischkurs konnte genau diesem Bedürfnis ehemaliger Kursteilnehmender Rechnung tragen.

In 2025 fanden insgesamt 11 Fortbildungsveranstaltungen statt. So eröffnet das Thema „Konflikte“ für Mitarbeitende mit Kirchenleitungsfunktion innerhalb der gesamten VELKD (Vereinigte Evangelisch-Lutherische Kirche Deutschlands) neue Perspektiven und fordert zu neuer Auseinandersetzung heraus. Neben dem Verstehen von Konflikt dynamiken galt es auch hier, eigene Konfliktmuster zu reflektieren und in der Gruppe neue Impulse zu bekommen. Dies war auch der Schwerpunkt bei einer fünftägigen Veranstaltung zum Thema „Konflikte - Im Auge des Sturms“ für das Pastoralkolleg.

Ein Seminar zum Thema „Skalierungen in der Seelsorge nutzen“ wurde mit großem Interesse belegt. Bei der Fortbildung zu seelsorglichen Kurzgesprächen waren 14 Teilnehmende daran interessiert, ihre seelsorgliche Kompetenz zwischen Tür und Angel zu vertiefen. Inhaltliche Inputs bei zwei Dekanatskonferenzen (zum Thema „Gewaltfreie Kommunikation“ und „Selbstfürsorge“) sowie die Gestaltung der Tagung der Telefonseelsorge („Was hilft, wenn nichts mehr hilft“), ein Tag bei einer FEA-Gruppe (Fortbildung in den ersten Amtsjahren) zum Thema „Konflikte gestalten“ und ein Abend mit Studierenden an der evangelischen Hochschulgemeinde zum Thema „Paardynamik“ runden das Fortbildungsangebot ab.

Es bleibt erfreulich, dass insgesamt 185 Menschen an Fortbildungsmaßnahmen der PPA teilnahmen und 192 Personen von den Supervisionsangeboten profitierten.

So kamen in 2025 acht Teams zur Teamsupervision, eines aus dem Gemeindekontext, vier aus Sonderdiensten und

drei aus dem Klinikkontext.

Acht Gruppen trafen sich regelmäßig zu Gruppensupervisionen. Zwei Gruppen kamen aus dem Bereich der Sonderseelsorge, zwei aus dem Schulkontext bzw. der Schulseelsorge. In zwei 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. Auch die Supervisionsgruppe mit kirchlichen Mitarbeitenden der mittleren Führungsebene hat Bestand. Fünf Dekan*innen trafen sich regelmäßig, um in der Supervision ihr Leitungshandeln zu reflektieren und neue Impulse für ihre vielfältigen Herausforderungen zu gewinnen. Besonders erfreulich ist auch, dass die supervisorische Tätigkeit für die Gemeindeberater*innen der „Wirkstatt“ begonnen wurde und in 2026 fortgeführt wird.

In den Einzelsupervisionen ließen sich 63 Frauen und 23 Männer begleiten, davon 61 Pfarrer*innen, sieben Religionspädagog*innen und drei 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. Wichtig war vielen auch die berufliche Rollenklärung in unterschiedlichen beruflichen Situationen. Die meisten Supervisand*innen kamen aus dem Dekanat München.

Die Orientierungsgespräche zu dem Angebot der geistlichen Auszeiten / „Atem holen“ konnten in 2025 weitergeführt werden. Sie wurden von fünf Mitarbeitenden in Anspruch genommen.

Insgesamt lässt sich sagen, dass kirchliche Mitarbeitende aus allen Berufsgruppen die Angebote der PPA in München in Anspruch nehmen. Mit 48% nutzen Pfarrer*innen das Angebot am häufigsten; 12% kamen aus pädagogisch-theologischen Feldern (Religionspädagog*innen, Diakon*innen etc.) und 26% der Nutzer*innen waren Ehrenamtliche. Aus anderen beruflichen Feldern nahmen 14% die Angebote an.

Die Pastoralpsychologie im ebz bleibt also auch weiterhin eine gute Adresse für persönliche Beratung, berufliche Reflektion und Weiterentwicklung.

Andreas Herrmann

Pastoralpsychologische Beratung, Supervision und Fortbildung

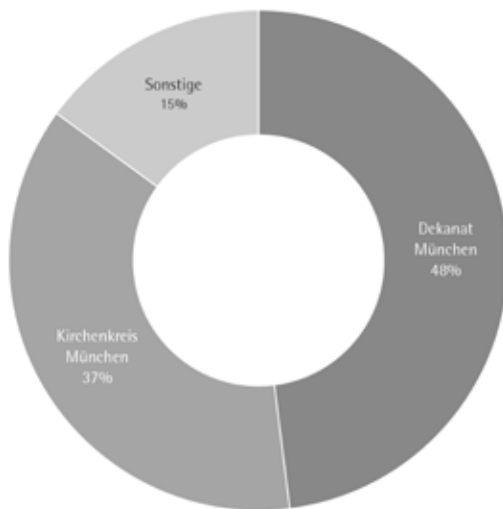
Pastoralpsychologische Beratung, Supervision und Fortbildung

Landwehrstr. 15/Rgb., 80336 München

Leitung: Dr. Bernhard Barnikol-Oettler

Tel.: 089-59048 141, ppa@ebz-muenchen.de

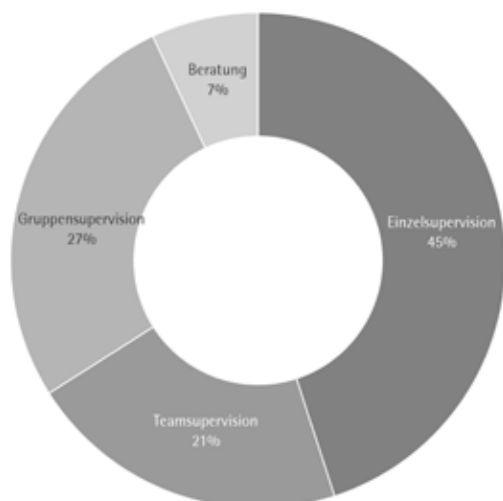
Dienstort



Wichtige Supervisionsanliegen
Mehrfachnennungen



Supervisionsarten



Statistik

Gesamtzahl der Personen, die pastoral-psychologische Angebote nutzen: 377

Dienstort (in Prozent)

Dekanat München	48
Kirchenkreis München	37
Sonstige	15

Supervision und Beratung insgesamt Personen 192

Davon in Prozent:

Einzelsupervision	45
Teamsupervision	21
Gruppensupervision	27
Beratung	7

Supervisions- und Beratungsanliegen: (Mehrfachnennungen in Prozent)

Konflikte	29
Berufliche Neuorientierung	16
Umgang mit Belastungen, Burnout	25
Rollenklärung	25
Verbesserung beruflicher Kommunikation	25
Verstehen von beruflich relevanten systemischen Bedingungen	36
Persönliche Muster erkennen und verändern	39
Spiritualität	15

Fortbildung - Insgesamt Teilnehmer*innen: 185

Teilnehmertage insgesamt	342
Anzahl durchgeführte Fortbildungen	11

Die Schwangerschaftsberatung (SSB) in 2025

Das Jahr 2025 war geprägt vom 50+Jubiläum der Schwangerschaftsberatungsstelle. Höhepunkt war sicher dabei unser festlicher Empfang mit zahlreichen Gästen und Grußwortredner*innen im Juni des Jahres. Daneben gestalteten wir u.a. eine kleine Ausstellung mit Collagen aus der Arbeit und Historie der Beratungsstelle, die man sich im Flur und Wartebereich der Hauptstelle anschauen konnte. Eine anonyme Befragung unserer Klient*innen, die wir rund um die Jubiläumsfeier durchführten, ergab eine sehr hohe Zufriedenheit mit unserer Erreichbarkeit, dem Empfang und der Beratung. Selbst die Klientinnen, die die verpflichtende Schwangerschaftskonfliktberatung aufsuchten, hielten dieses Angebot zu 86% für sinnvoll und hilfreich – auch wenn die Mehrheit gleichzeitig den § 218 Strafgesetzbuch für überholt hielten.

Schwangerschaftskonfliktberatung

Eine mögliche Reform des § 218 Strafgesetzbuch rückte nach dem abrupten Ende der Ampelkoalition wieder weit weg in die ferne Zukunft. Die Beratungsstelle arbeitet daher weiter unter den bisherigen gesetzlichen Vorgaben. Die Nachfrage nach Schwangerschaftskonfliktberatungen ging im vergangenen Jahr etwas zurück, was dem rückläufigen Trend bei der bundesweiten Zahl der Schwangerschaftsabbrüche entspricht. Ein Grund hierfür ist u.a. das immer bessere Verhütungswissen und -verhalten junger Menschen. Aktuelle Umfragen verweisen auf diese positive Entwicklung schon seit einigen Jahren. Wissen, Empowerment von Mädchen und Jungen und leichter Zugang zu sicherer Verhütung sind immer noch die besten Mittel gegen ungeplante Schwangerschaften!

Allgemeine Schwangerschaftsberatung und nachgehende Beratung

Im vergangenen Jahr beobachteten wir einen massiven Rückgang bei der Beratung von Asylbewerberinnen, wobei in den wenigen Fällen dann umso mehr Unterstützung nötig war, u.a. auch weil durch die Einsparungen im Bereich der Asylsozialdienste viele Anliegen jetzt nicht mehr von diesen aus Zeitkapazitätsgründen bedient werden konnten. Geplante Gesetzesänderungen und Einsparungen auf Bundes-, Landes- und kommunaler Ebene werden die Lebensrealität aber nicht nur von asylsuchenden Schwangeren und jungen Familien in München verschlechtern, sie werden auch Auswirkungen auf Angehörige fast aller sozialer Milieus haben, fürchten wir (s. auch unseren Fachartikel).

Beratung nach Pränataler Diagnostik (PND), bei Kinderwunsch und frühem Tod des Kindes

Während die Beratung rund um PND und Spätabbruch in 2025 nur wenig nachgefragt war, hat sich die Nachfrage nach Kinderwunschberatung im Vergleich zum Vorjahr fast verdoppelt. Bei den Beratungsanliegen wird deutlich, wie komplex das Themenfeld der Kinderwunschberatung ist: Neben der Planung und Finanzierung von und dem Umgang mit reproduktionsmedizinischen Belastungen, ging es

oftmals um Ambivalenzen innerhalb eines Paares, wie auch um Solo-Mutterschaft, Co-Parenting (Erziehungsgemeinschaft) und Samenspendewahl.

Eine Nachfragesteigerung war auch bei der Beratung nach Fehlgeburt und frühem Tod des Kindes zu verzeichnen. Diese Beratungen erfordern von den Berater*innen ein Höchstmaß an Belastbarkeit und zeitlicher Flexibilität, um in den oftmals akuten Krisen passend helfen zu können.

Zur Erweiterung des Angebots hat das PND-Team ein Unterrichtskonzept entwickelt, was ab Herbst 2026 für die zehnte Jahrgangsstufe im Rahmen des Ethik- bzw. Religionsunterrichts angeboten werden wird. Das Konzept vermittelt Einblicke in die Arbeit einer Schwangerschaftsberatungsstelle, informiert über die Entwicklung und Möglichkeiten vorgeburtlicher Untersuchungen sowie über deren mögliche Konsequenzen für die Schwangeren. Darüber hinaus werden ethische Fragestellungen sowie Aspekte der schwierigen Entscheidungsfindung im Kontext pränataler Diagnostik thematisiert.

Sexuelle Bildung an Schulen und in internationalen Frauengruppen

Die Sexuelle Bildung an Schulen und das Projekt Frauenfragen? Frauenwissen! waren auch in 2025 ein wichtiger Bestandteil des Angebots der Schwangerschaftsberatungsstelle. Besonders geprägt hat dieses Jahr die Unterstützung des sexualpädagogischen Teams durch eine Studentin im Praxissemester. Sie begleitete die Workshops, wirkte an der Vorbereitung der Methoden mit und führte einzelne Sequenzen eigenständig durch. Die Einbindung der Studentin erwies sich als großer Gewinn für das Projekt. Die Zusammenarbeit verdeutlichte, wie wichtig die enge Verzahnung von Wissenschaft und Praxis ist: Wissenschaftliche Forschung liefert fundierte Grundlagen und Qualitätsstandards, während die praktische Arbeit Rückmeldungen aus der Realität des Schulalltags gibt und somit zur Weiterentwicklung wissenschaftlicher Konzepte beiträgt. Der wechselseitige Austausch z.B. während eines Praktikums stärkt die Qualität und Nachhaltigkeit sexueller Bildungsarbeit und sollte unbedingt weitergeführt werden.

Sabine Simon

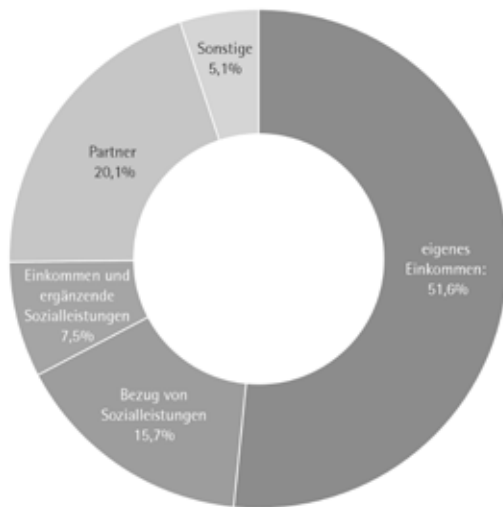
Leitung Staatlich anerkannte Beratungsstelle für Schwangerschaftsfragen

Staatlich anerkannte Beratungsstelle für Schwangerschaftsfragen

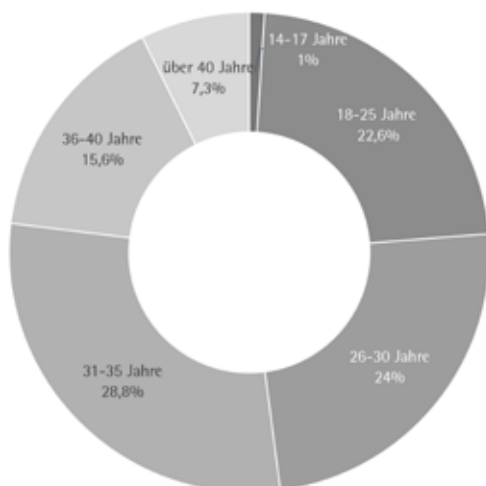
Landwehrstr. 15/Rgb., 80336 München
 Leitung: Sabine Simon, Diplom-Sozialarbeiterin (FH)
 Tel.: 089-59048 150, ssb@ebz-muenchen.de

Zweigstelle:
 Echardinger Str. 63, 81671 München
 Tel.: 089-59048 250, ssb@ebz-muenchen.de

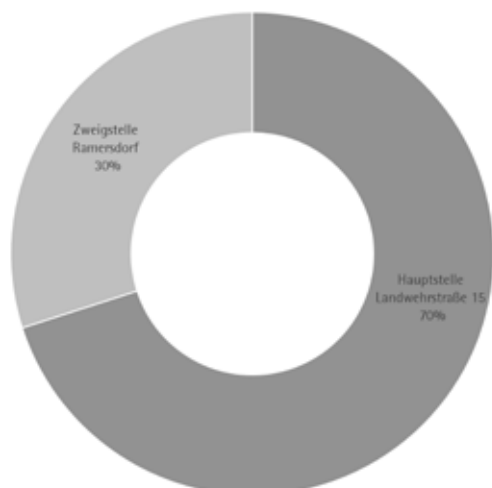
Allg. Schwangerschaftsberatung:
Haupterwerbsquelle der
Ratsuchenden



Schwangerschaftsberatung:
Alter der ratsuchenden Frauen



Allg. Schwangerschaftsberatung:
Beratungskontakte
in Haupt- und Zweigstelle



Statistik

Gesamtzahl der beratenen Personen: 1466

Anzahl der Beratungskontakte: 2218
davon Videoberatungen 102

Beratungen unter Einsatz von Fremdsprachendolmetscher*innen: 71

Beratungen unter Einsatz von Gebärdensprachdolmetscher*innen: 9

Beratungsanliegen (in Prozent):

Schwangerschaftskonfliktberatung	13,7
Allgemeine Schwangerschaftsberatung	41,7
Nachgehende Betreuung ab Geburt	40,0
Sonstige Beratung (u.a. zu Pränataler Diagnostik, Fehl- und Totgeburt, unerfüllter Kinderwunsch, nach Abtreibung)	4,6

Staatsangehörigkeit (in Prozent):

Deutsch	45,7
Ausländische Staatsangehörigkeit	54,3

Auswahl der 4 häufigsten Beratungsinhalte in der allgemeinen Schwangerschaftsberatung (Mehrfachnennungen in %):

staatl. Familienleistungen	81,9
staatl. Sozialleistungen	65,7
Ausbildung /Beruf / Elternzeit	53,0
Partnerschaft / Familie	37,2

Auswahl der 5 häufigsten Gründe für die Erwägung eines Schwangerschaftsabbruchs (Mehrfachnennungen in %):

Kein Kinderwunsch (derzeit) bzw. Familienplanung abgeschlossen	68,5
Psychische / physische Überforderung	63,3
Finanz. Probleme / Schulden / Wohnungsprobleme	51,0
Berufliche Probleme / Ausbildung gefährdet	27,1
Schwierigkeiten / Druck in der Paarbeziehung bzw. durch Familie	26,3

Sexuelle Bildung (Workshops und Infoabende):

Anzahl durchgeführter Maßnahmen	79
Anzahl Teilnehmende	1379

Infoabende für (werdende) Eltern:

Anzahl der Veranstaltungen	11
Anzahl Teilnehmende	440

Vermittlung von finanziellen Hilfen und Gutscheinen:

Anträge an die Landesstiftung	266
Anträge und Soforthilfen über das Diakonische Werk	99
Hilfen des SZ-Adventskalenders	180

Prävention, Info- und Gesprächsabende

- **Info- und Gesprächsabende**
Eltern werden - viel zu wissen und zu erledigen
Mein Kind und seine Sexualität
Schulfähigkeit: Was bedeutet das heute?
Start in die Kinderbetreuung
Systemische Seelsorge
Trennung und Scheidung
Telefonseelsorge – ein besonderes Ehrenamt
Wird mein Kind gemobbt? Was kann ich tun?
- **Workshops und Gruppen**
Sexualpädagogische Workshops in Schulklassen
Workshops Frauenfragen/Frauenwissen
Elterngruppe „Mein Kind ist von Mobbing betroffen – Was kann ich tun?“
Elterngruppe „Der Elterntreff im ebz – Puber-talk unplugged“
Kindergruppe zur Stärkung der sozialen Kompetenz
Kindergruppe für Kinder psychisch belasteter Eltern
Workshop für Jugendliche: „Entspannt in die Schulaufgabe – Was tun bei Prüfungsstress?“
- **Vorträge, Elternabende, Schulungen**
Ausbildung zum/zur Sprach- und Kulturmittler*in (Gemeindedolmetscher*in)
Ausscheidungsautonomie: „Trocken werden“
Basiswissen für Hebammenstudent*innen über Sozial- und Familienleistungen
Depressionen & Burnout – für Gehörlosenverein
Die Erziehungsberatung stellt sich vor
Die Kraft der Bilder
Einsamkeit – für Jugendliche
Ethische und rechtliche Fragen beim Schwangerschaftskonflikt
Freiheit in Grenzen
Gemeinde als Ort der Seelsorge
Grenzen setzen in der Erziehung
Grenzen und Bedürfnisse
Kinder im Blick – Kurs für Eltern in Trennung
MHFA – Ausbildung zum psychologischen Ersthelfer
Mobbing
Oma-Opa-Nachmittag
Schulfähigkeit
Sexualpädagogik für Jungs
Späte Schwangerschaftsabbrüche aus Sicht der Beratung
Sprachdeprivationssyndrom bei tauben Menschen
Systemische Tools zum Ausprobieren
Trotzen, Grenzen und starke Gefühle bei Kindern
Übergänge
Von Wutmonstern und Gefühlsriesen
Was ist Erziehungsberatung? – Für Eltern
Wie funktioniert Beratung? – Für Konfirmanden

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

- Ausbildungsinstituten, Universitäten, Hochschulen für angewandte Wissenschaften
- Beratungsstellen und Treffpunkte für LGBTIQ* Personen
- 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, Therapeut*innen, Familienzentren
- Einrichtungen der Seelsorge, u.a. Katholische Telefonseelsorge, Klinik-, Gehörlosen- Altenheim- und Notfallseelsorge und der Intersee
- Fachanwält*innen für Familienrecht, Asyl- und Sozialrecht, Mediator*innen
- Fachberatungsstellen für Migrant*innen und Geflüchtete
- Gerichten, z.B. Familiengericht
- Institutionen der Gesundheitsversorgung, z.B. Ärzt*innen, Psychotherapeut*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, Diakonie München und Oberbayern, Beratungsstelle für Neue Religiöse Bewegungen, Offene Behindertenarbeit, Evang. Fachstelle für Alleinerziehende, Evang. Gehörlosengemeinde, Stiftung zusammen. tun., Schuldnerberatung und Stadteilbüro Neuperlach des Evang. Hilfswerks, Kirchlicher Allgemeiner Sozialdienst, Kirchlicher Dienst in der Arbeitswelt, Münchner Arbeitslosenzentrum, Evang. Beratungsdienst für Frauen, Bahnhofsmision, Münchener Insel
- Staatlichen und kommunalen Behörden, z.B. Jugendamt, Sozialbürgerhäuser, Amt für Wohnen und Migration, Jobcenter München, Zentrum Bayern, Familie und Soziales, Staatliches Schulamt
- Stiftungen, z.B. Landesstiftung „Hilfe für Mutter und Kind“, SZ Gute Werke, Hilfsfond des Diakonischen Werkes Bayern

Das ebz in den Medien

- 50 Jahre Schwangerschaftsberatung (2025, München evangelisch)
- Bereit für die Schule (08.02.25, Süddeutsche Zeitung)
- Der Wunsch etwas zurückzugeben (30.04.25, Neuburger Rundschau)
- Kinder verstehen (27.05.25, Instagram, „Eltern ohne Filter“)
- Krise bei Kindern und Jugendlichen: Orientierungslosigkeit bei Schulabgängern (11.06.25, Psychologie Heute Live-Talk)
- Neue Laiendolmetscher stehen bereit (30.04.2025, Donaukurier)
- Weihnachten als Familie feiern, ohne Druck und Perfektionismus (05.12.25, Bayern 2, „Nah dran“)
- Wie können Eltern auf das Zeugnis ihrer Kinder reagieren? (30.07.25, Bayern 2, „Die Welt am Morgen“)
- Zwischen Kompromiss und Chaos: Wenn Eltern verschiedenen erziehen (16.05.2025, Bayern 2, „Nah dran“)

Einige Beiträge sind noch abrufbar unter:
<https://www.ebz-muenchen.de/pressespiegel/>



Ihr Beitrag für die Gesellschaft!

Wir sind bestrebt, uns den Bedürfnissen in unserer Stadt immer wieder anzupassen. Wenn wir unsere vielfältigen Angebote in bisheriger Qualität und Umfang erhalten wollen, brauchen wir Unterstützung! Zuschusskürzungen treffen uns spürbar. Bitte helfen Sie uns mit Ihrer Spende!

Weitere Infos finden Sie im Spendenbereich auf unserer Website mit dem QR-Code:



Spendenkonto:
 Evangelische Bank e.G.
 IBAN: DE84 520 6041 0003 402029



© pixelio.de Christina Bieber

Das ebz ist Mitglied in ...

- Arbeitskreis Gewaltprävention und -intervention an Schulen
- Bundeskonferenz für Erziehungsberatung
- Bündnis München Sozial
- Diakonisches Werk Bayern
- Evangelische Konferenz für Familien- und Lebensberatung e.V. – Fachverband für Psychologische Beratung und Supervision (EKFuL)
- Evangelischer Fachverband für Beratung
- Evangelisch-Lutherisches Dekanat München
- Facharbeitsgemeinschaft „Familienangebote“ des Stadtjugendamtes (nach § 78 SGB VIII)
- Facharbeitskreis REGSAM Jugend - Mitte
- Innere Mission München – Bezirksstelle des Diakonischen Werkes Bayern
- Interseel
- Krisentelefon der Landeshauptstadt München bei Großschadenslagen
- KSPG-Leitungskonferenz
- Landesarbeitsgemeinschaft der staatlich anerkannten Beratungsstellen für Schwangerschaftsfragen in freier Trägerschaft
- Landesarbeitsgemeinschaft für Erziehungsberatung
- Landesarbeitskreis für Ehe-, Partnerschafts-, Familien- und Lebensberatung in Bayern
- m.u.e.n.c.h.n.e.r n.e.t.z.w.e.r.k Kinderwunsch
- Münchner Frauen*netz
- Netzwerk gegen Selektion durch Pränataldiagnostik
- OE 1 (Organisationseinheit) der TelefonSeelsorge in Bayern
- Regionalkonferenz der TelefonSeelsorge in Bayern
- TelefonSeelsorge Deutschland e.V.

Das ebz sichert fachliche Qualität

Die Mitarbeiter*innen des ebz haben auch 2025 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.

Herausgegeben von

Evangelisches Beratungszentrum München e. V.
Landwehrstr. 15/Rgb.
80336 München
Tel.: 089-59048 0
E-Mail: mail@ebz-muenchen.de
Website: www.ebz-muenchen.de
Facebook: [@ebz.muenchen](https://www.facebook.com/ebz.muenchen)
Instagram: [@ebz.muenchen](https://www.instagram.com/ebz.muenchen)

Registergericht: Amtsgericht München
Registernummer: VR 7254

Spendenkonto

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



Vorstand

Dr. Bernhard Barnikol-Oettler
Markus Bernhard

Aufsichtsrat

Dr. Barbara Pühl, Dekanin, Leitung Evangelische Dienste München (Vorsitzende)
Monika Kormann-Lassas, Soziologin i.R. (stellvertretende Vorsitzende)
Dr. Cornelia Albert, Delegierte der Dekanatssynode
Dr. Johanna Imhof, Pfarrerin
Reinhold Krämmel, Unternehmer
Siglinde Meyer, Religionspädagogin
Stefan Tillmann, Richter

Redaktion

Dr. Bernhard Barnikol-Oettler
Franziska Thiel
Marion Weber-Zubeidat
Ines Wittig
Grafiken Seite 2, Linde Leschinski

Druck

Uni-Druck, Hohenpeißenberg



Unabhängig von Religion, Nationalität und Lebensweise
können Sie sich mit Fragen und Problemen an uns wenden.

