

Familien-, Paar- und Lebens- beratung

Psychologische Beratungsstelle
des Evangelisch-lutherischen
Kirchenkreises Laatzen-Springe



Jahresbericht 2020

Grußwort

*Wenn wir einen Menschen
nicht ansehen und die Schönheit
in ihm sehen,
können wir ihm gar nichts geben.*
Anthony Bloom

Hinter uns liegt ein Jahr, das tiefe Spuren und Erschütterungen hinterlassen hat: in jedem und jeder Einzelnen, in Familien und Partnerschaften und in unserer Gesellschaft.

So haben „Leben auf Abstand“ und „social distancing“ seit dem ersten Lockdown im März 2020 den privaten und öffentlichen Alltag beherrscht, oft in strengerer, zeitweise in etwas milderer Form. Die immer längere Ausdehnung der Sars-Cov2-Pandemie hat dann viele nach und nach ausgezehrt. Home-schooling und Homeoffice brachten Familien an und nicht selten über Belastungsgrenzen, vor allem dort, wo der Wohnraum eng und wenig Platz zum Ausweichen war. In manchen Familien wurde der Raum auch zu eng und dann im weltweiten Netz wiederum so weit, dass mancher sich darin verlor. Andere Menschen sind vereinsamt und haben darunter psychisch und physisch gelitten. Viele Kinder mussten über lange Strecken auf den für ihre Entwicklung so wichtigen Kontakt zu Gleichaltrigen und zur Gruppe, sei es in der Schule oder im Sportverein, verzichten. Viele Trauerprozesse sind offen geblieben. Und Kurzarbeit und der Verlust von Minijobs haben vor allem Alleinerziehende in existentielle Nöte geworfen.

Umso wichtiger war es, dass in den Beratungsstellen durch die Zeit der Pandemie hindurch Ansprechpartner*innen

für Beratung zur Verfügung standen und stehen, sei es in der allgemeinen Sozialberatung oder eben in der psychologischen Beratung unserer Familien-, Paar- und Lebensberatungsstelle. Das Team der Beratungsstelle um Andreas Heinze hat sich schnell auf die veränderte Situation eingestellt und neben der Beratung in persönlicher Präsenz mit der Telefon- und Onlineberatung neue Formen der Beratung ermöglicht.



Wie nötig dies war, zeigt, dass trotz eines Rückgangs der Anfragen in der Schockphase des ersten Lockdowns die Zahl der Anfragen gegenüber 2019 um 10% gestiegen ist. Näheres dazu finden Sie im Berichtsteil.

Ob aber nun am Telefon oder face-to-face, entscheidend ist die Haltung, die in der Beratung zum Ausdruck kommt. Der o.g. Satz von Anthony Bloom, einem ehemaligen russisch-orthodoxen Erzbischof, kann dabei eine Art Leitsatz sein. Er erinnert: Beratung in einer kirchlichen Beratungsstelle hat immer den Menschen in seiner ursprünglichen Würde im Blick. Durch alle Verwundungen hindurch, auch in allem nicht-gelungenen eines Lebens, sieht sie den Menschen in seiner Schön-

heit, oder in der Sprache des Glaubens: als Ebenbild Gottes. Dass Menschen in der Beratung diese Schönheit und Würde (wieder) entdecken und daraus die Kraft und die Ressource finden, ihr Leben auch in aller Widrigkeit zu meistern und zu gestalten, ist eines ihrer Ziele.

Mit dem Jahreswechsel 2021 ist nun ein organisatorischer Umbruch verbunden:

Die Region Hannover hat für unsere Beratungsstelle zum 1. Januar 2021 den Auftrag für die Familien- und Erziehungsberatung nach SGB VIII auf den gesamten Bereich der Stadt Laatzen erweitert. Damit ist sowohl eine personelle wie auch räumliche Ausweitung verbunden. Mit Sandra Warnick, Kirsten Gesemann als Sozialpädagoginnen und Rona Stellmann als Psychologin hat sich das Team inzwischen

fachlich und personell verstärkt. Neben der Beratung im Kiefernweg wird in 2021 zudem eine Außenstelle in Laatzen-Mitte eröffnet werden. So sehen wir uns für die künftigen Aufgaben gut gerüstet.

Im Namen des Kirchenkreises Laatzen-Springe bedanke ich mich für alle Unterstützung und engagierte Mitarbeit im Jahr 2020.

Dieser Dank geht insbesondere an die Region Hannover für das in die Beratungsarbeit der Beratungsstelle gesetzte Vertrauen, sowie an die Stadt Laatzen und all unsere Kooperationspartner und an das Team im Kiefernweg.

Andreas Brummer
Superintendent

Statistik 2020

2020 stellte auch unsere Beratungsstelle vor viele neue Herausforderungen: Gespräche online und in Präsenz, desinfizieren und Abstand organisieren, Personalengpässe auffangen, ein Hygienekonzept entwickeln, Konferenzen und Netzwerkarbeit per Video, für kleinere Gruppen größere Räume organisieren und immer wieder alles in Einklang mit den neuesten „Corona-Regelungen“ bringen. Ein spezielles Jahr, dessen Wiederholung wohl kaum jemand herbeiwünscht!

Trotz aller Widrigkeiten konnten wir durchgängig persönliche Termine in der Beratungsstelle anbieten und ebenfalls die wöchentliche offene Sprechzeit in Präsenz durchführen, fast jede fünfte Anmeldung fand dort persönlich statt. Die Möglichkeit, telefonisch beraten zu werden, wurde gern angenommen (siehe Artikel „Telefonberatung“). Die durchschnittliche Wartezeit bis zu einem ersten Beratungsgespräch verringerte sich auf 13 Tage, unser niedrigster Wert bisher. Manche Klient*innen, die eigentlich einen Therapieplatz suchen, überbrücken die Wartezeit bei uns und es geht in einen Beratungsprozess über.

Im Frühjahr 2020, der Zeit des ersten „Lockdown“, gab es weniger Anmeldungen. Oft wurde am Telefon vorsichtig nachgefragt, ob wir überhaupt arbeiten und Beratungen durchführen. Zu manchen Klient*innen ging der Kontakt auch verloren. Mit Öffentlichkeitsarbeit und Präsenz wuchs die Anmeldezahl im Jahr 2020 insgesamt um 10 Prozent im Vergleich zum Vorjahr und erfreulicher-

weise ist die Anmeldung durch Männer auch wieder gestiegen (33%). Insgesamt blieb die Zahl der Beratungsprozesse mit 207 auf dem Niveau des Vorjahres.

Im Bereich der Familien- und Erziehungsberatung zeigten sich als häufigste Anlässe, dass Kinder oder Jugendliche durch Konflikte der Eltern oder innerhalb der Familie belastet waren. Die Eltern versuchen zwar ihre Gedanken an Trennung für sich zu behalten, aber in der Beratung zeigt sich häufig, dass die Reaktionen der Kinder andere Hinweise geben.

Die Fälle der Familien- und Erziehungsberatung bildeten weiterhin den größeren Anteil (55%). Im Bereich der allgemeinen Lebensberatung (45%) zeigten sich „Kommunikations- und Beziehungsprobleme“ und „Verlusterlebnisse“ als häufigste Anliegen. Die Trauerarbeit ist weiterhin ein Schwerpunkt in unserer Beratungsstelle und umfasst zudem die Begleitung niedrigschwelliger Angebote wie „Trauercafe“ und „Trauerwandern“, die von Ehrenamtlichen durchgeführt werden.

Unser Schwerpunkt liegt in Laatzten, so kommt etwa die Hälfte unserer Klient*innen direkt aus diesem Gebiet. Nach Springe, in unsere Außenstelle, kamen 11% der Angemeldeten. Einen Unterschied zwischen „Familienberatung“ und „Lebensberatung“ zeigte sich in der Beratungsdauer. Im Bereich der „Lebensberatung“ finden durchschnittlich mehr Sitzungen statt (11,2) und die Klient*innen kamen über einen längeren Zeitraum. In der „Familienberatung“ waren es im Durchschnitt 8,6 Termine.



Dort waren in der Hälfte der Beratungen 1 bis 3 Termine ausreichend.

Viele Angebote im präventiven Bereich wie die Kitasprechzeit oder unsere Themenabende konnten 2020 leider nur eingeschränkt oder gar nicht durchgeführt werden. Die monatliche Rechtsberatung begann erst 2021. Insgesamt konnten wir den Anteil unserer präventiven Arbeit im Lauf der letzten Jahre allerdings kontinuierlich erhöhen.

Eine ausführliche Statistik der Fallzahlen in den Bereichen „Familienberatung“ und „Lebensberatung“ und unsere weiteren Tätigkeiten wie Vorträge, Supervisionen, Fortbildungen und Gremienarbeit können Sie auf unserer Homepage www.lebensberatung-laatzten.de unter „Beratung nach Zahlen“ einsehen.

Andreas Heinze

Unser Corona-Jahr 2020

Als im Lauf der 1. Welle Mitte März 2020 der Lockdown eingeführt wurde, stellte sich die Beratungsstelle größtenteils auf Telefonberatung um und bot in den ersten drei Wochen bis Ostern täglich eine öffentlich beworbene dreistündige Telefonsprechstunde an. Von einer Klientin bekamen wir im April selbstgenähte Alltagsmasken geschenkt, und Anfang Mai stellten wir die Möbel um, um die Diagonalen in den Beratungsräumen zu nutzen und so beim Gespräch einen größeren Abstand herzustellen. Es wurde gelüftet bzw. bei offenem Fenster beraten, später kamen FFP2-Masken und Raumluftfilter hinzu. Durchgängig stand die Wahl des Beratungssettings, also ob Telefon- oder Präsenzberatung, den Mitarbeiter*innen und den Klient*innen frei, wobei wir weiterhin auch Paar- und Familienberatungen durchführten. Supervision wurden per Zoom angeboten, für unsere Fallsupervisionen nutzten wir

geeignete große Räume im kirchlichen Kontext, und die eigenen Weiterbildungen konnten online fortgeführt werden. Im gesamten Jahr 2020 gab es bei den Mitarbeitenden keine Ansteckung oder Quarantäne, und die Beratungsarbeit wurde trotz verringerter Personalkapazitäten aufrecht erhalten.

Die Belastungen durch Corona waren natürlich sowohl für die Mitarbeiter*innen persönlich als auch in der Beratung ständiges Thema. Deutlich wurde dabei, wie zwar alle Menschen betroffen waren und wie die Einschränkungen gleichzeitig doch so unterschiedlich empfunden wurden bzw. sich auswirkten und wie verschieden der Umgang damit sein konnte.

Wir hörten, wie quälend die erzwungene Isolation für Menschen im Pflegeheim ohne jeglichen Kontakt zu Menschen außerhalb war und wie groß die ver-



stärkte Einsamkeit von Hinterbliebenen. Bereits im August und im Oktober führten wir regelkonform Gesprächsabende zum Erleben von Corona und Covid 19 durch. Was eine Betroffene von Long Covid und ihr Ehemann erzählten, nachdem sie Wochen im Koma verbracht hatte, hat uns als Beratende nachhaltig beeindruckt. Auch die persönlichen Berichte einer Krankenschwester verdeutlichten den Ernst von Covid 19 stärker als jedes mediale Angebot.

Dorothee Kalisch

Einsamkeit in Zeiten von Corona

Nach einer repräsentativen Umfrage von 2019 fühlten sich 17 Prozent der befragten Deutschen häufig oder ständig einsam und 30 Prozent verspürten zumindest manchmal Einsamkeit (Splendid Research 2019). Dabei fällt auf, dass Menschen jeglichen Alters von Einsamkeit betroffen sein können und nicht nur, wie häufig vermutet, ältere Personen. Studienergebnissen zufolge (SOEP-CoV-Studie) haben die coronabedingten Einschränkungen bereits im April des vergangenen Jahres zu einem deutlichen Anstieg der subjektiv empfundenen Einsamkeit der Menschen in Deutschland geführt (Entringer & Kröger 2020).

Die verordneten Kontaktbeschränkungen sind für viele schwer auszuhalten. Die Situation mehr mit sich allein sein zu „müssen“, kann ein Türöffner sein, die eigenen Gefühle viel intensiver wahrzunehmen. Ähnlich wie bei einem lodernnden Zimmerbrand wird das Feuer angefacht, wenn es einen Luftzug gibt. Die Gefühlsintensität steigert sich und Verdrängtes kann schmerzhaft zum Vorschein kommen. Sich damit allein zu fühlen, ist eine zusätzliche Last.

Als Anmeldegrund wird Einsamkeit bei uns nur selten genannt, aber im Beratungsprozess tauchte das Gefühl seit dem letzten Jahr vermehrt auf. Das Gefühl der Einsamkeit geht häufig mit Scham einher, weswegen sich Menschen nur zögerlich damit zeigen.

Die Corona-Pandemie hat zur Folge, dass einige Familien gezwungenermaßen sehr viel mehr Zeit zusammen zu Hause verbringen. Eltern müssen im Homeoffice arbeiten und gleichzeitig ihre Kinder dabei betreuen.



Viele Entlastungsmöglichkeiten fallen weg. Einige Elternteile wünschen sich in diesen Zeiten sehr, einmal wieder allein zu sein, um aufzutanken, sich zu sammeln und vieles mehr.

Doch auch diese Eltern können sich im Hinblick auf die neu an sie gestellten Herausforderungen einsam oder auch allein gelassen fühlen.

Für jegliche Beziehungen (Paarbeziehungen, Freundschaften, Familien etc.) kann

diese Zeit eine Herausforderung darstellen. Unterschiedliche Bewältigungsstrategien, Meinungen und Bedürfnisse, die im Zusammenhang mit der Pandemie stehen, prallen aufeinander und führen zu Differenzen. Hierdurch können ebenfalls Distanz- und Einsamkeitsgefühle entstehen.

Unabhängig vom Alter und ob Menschen alleine oder mit anderen zusammenleben, die veränderten Lebensbedingungen in der Pandemie stellen eine große zusätzliche Belastung neben anderen Problemen dar, die es vielleicht schon vor der Pandemie gegeben hat. Es kann eine Entlastung sein, jemanden von außen zum Sprechen zu haben. Sich mit Einsamkeitsempfinden gesehen, gehört und angenommen zu fühlen ist ein erster Schritt, um Wege aus der Einsamkeit finden zu können.

Birgit Baumann

Splendid Research (Hg.) (2019): Studie: Wie einsam fühlen sich die Deutschen? Eine repräsentative Umfrage unter 1.006 Deutschen zum Thema Einsamkeit (<https://www.splendid-research.com/de/studie-einsamkeit.html>)

Entringer, Theresa & Kröger, Hannes (2020): Einsam, aber resilient – Die Menschen haben den Lockdown besser verkraftet als vermutet. In: DIW Berlin – Deutsches Institut für Wirtschaftsforschung (Hg.): DIW aktuell. (Heft 46), S. 1-6 (https://www.diw.de/documents/publikationen/73/diw_01.c.791373.de/diw_aktuell_46.pdf)

Telefonberatung

Beratungsgespräche fanden in der Vergangenheit vor allem im direkten Kontakt statt und wurden in Krisen ggf. durch Telefongespräche ergänzt. Wie unterschiedlich die Klient*innen die Umstellung auf telefonische Beratung im März 2020 empfunden haben, zeigen die folgenden Zitate:

„Ich war sehr froh, dass Gespräche überhaupt möglich waren. Telefonisch war natürlich etwas anderes als vor Ort, wenn man sich in die Augen schaut, trotzdem war es angenehm und hat geholfen, die Probleme zu lösen.“ Mit einer anderen Klientin fanden die Gespräche den ganzen Sommer über und dann zusätzlich im Winter telefonisch statt: „Ich finde das Telefonieren sehr angenehm, vor allem als Alleinerziehende mit Homeschooling und Homeoffice. Ein Gespräch vor Ort wäre persönlicher, das Emotionale fehlt; ich will auch gerne kommen, das ist aber zeitlich nicht möglich. Ich will auf das Gespräch nicht verzichten, die Unterstützung hilft und gibt Halt.“

Eine 70-jährige Frau sagt: „Das Telefonieren ist schon ein bisschen ein Ritual: auf die Uhr gucken und auf den Anruf warten. Ich freue mich darauf. Persönlich wäre es natürlich besser.“ Und ein 74-jähriger Mann: „Ich muss mich schon sehr konzentrieren, es ist aber ganz gut, über meinen Alltag zu sprechen. Ich würde lieber wieder mit Ihnen spazieren gehen.“ Andererseits empfand eine Klientin Telefonieren als so unangenehm, dass sie darauf drängte, so bald wie möglich wieder in die Beratungsstelle kommen zu dürfen.

Diese Berichte zeigen, welche unterschiedlichen Bedürfnisse Menschen in Bezug auf die Beratungsgespräche haben: Manche brauchen unbedingt die Begegnung von Mensch zu Mensch, um sich verstanden und verbunden zu fühlen, um zu entschleunigen und zu entspannen, um außerhalb des eigenen Zuhauses auch innerlich eine andere Perspektive zu gewinnen.



Anderer schätzen an der Telefonberatung, dass sie sich schnell und praktisch in den Alltag integrieren lässt und die Kinderbetreuung erleichtert bzw. dass sie auch während einer Quarantäne möglich ist. Deutlich wird aus den Zitaten außerdem, wie stabilisierend die Telefonate wirkten und wie dankbar die Klient*innen dafür waren, dass sie bei der Auseinandersetzung mit ihren inneren Themen weiterhin begleitet wurden.

Dorothee Kalisch

Das Team der psychologischen Beratungsstelle



Von links nach rechts: Kathrin Arlt, Andreas Heinze, Marion Nolting, Dorothee Kalisch, Birgit Baumann,

Wir sind ein multiprofessionelles Mitarbeiterteam und verfügen über Zusatzqualifikationen unter anderem in den Bereichen systemische Therapie und Beratung, Paarberatung, Mediation, Supervision, Coaching, Strukturaufstellungen, Trauerbegleitung, Kinder- und Jugendlichenpsychotherapie und NLP.

Die Supervision für das Team wurde von Frau Blümel durchgeführt.

Alle MitarbeiterInnen bilden sich kontinuierlich fort.

Unser Angebot

- Lebensberatung
- Paarberatung
- Trennungs- und Scheidungsberatung
- Familienberatung
- Frühe Eltern-Beratung
- Erziehungsberatung
- Beratung für Jugendliche und junge Erwachsene
- Gruppen für Kinder und Erwachsene
- Trauerbegleitung
- Fortbildung und Coaching für Mitarbeiterinnen sozialer Berufe
- Supervision

Die Beratungsgespräche werden zum überwiegenden Teil aus Kirchensteuern finanziert. Wir erwarten eine Kostenbeteiligung. Keine Beratung soll aber an den Kosten scheitern. Erziehungsberatung (KJHG) ist kostenfrei.



Familien-, Paar- und Lebensberatung



Psychologische Beratungsstelle
des Evangelisch-lutherischen
Kirchenkreises Laatzen-Springe

Kiefernweg 2
30880 Laatzen

und Außenstelle:

Pastor-Schmedes-Str. 5
31832 Springe

Tel. 0511 / 82 32 99

Fax 0511 / 9824 339

E-mail: Lebensberatung.Laatzen@evlka.de

www.lebensberatung-laatzten.de

Offene Sprechstunde:

Donnerstag 16.30 Uhr – 17.30 Uhr



Evangelisch-lutherischer Kirchenkreis

Laatzen-Springe

facettenreich + verbindend

