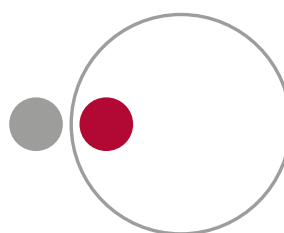




Jahresbericht 2016

PRÄVENTION



RUF UND **RAT**



INHALT

EINLEITUNG	3
PRÄVENTION	
– in der Telefonseelsorge	4
– in der psychologischen Paarberatung	6
– bevor es zum Burnout kommt!	7
– bevor es knallt!	8
– mit und für Frauen	9
Der weise Mann – Männerpsychodrama als Prävention	10
Seelsorge im Internet als Prävention	12
STATISTIK	
Psychologische Beratungsstelle (PFL)	14
Telefonseelsorge (TS)	15
VERANSTALTUNGEN	16
DANK	17

AUTOBIOGRAPHIE IN FÜNF KAPITELN

Kapitel 1

*Ich gehe die Straße entlang.
Da ist ein tiefes Loch im Gehsteig.
Ich falle hinein.
Ich fühle mich verloren – ich bin hilflos.
Es ist nicht meine Schuld.
Es dauert endlos, wieder herauszufinden.*

Kapitel 2

*Ich gehe dieselbe Straße entlang.
Da ist ein tiefes Loch im Gehsteig.
Ich tue so als sähe ich es nicht.
Ich falle wieder hinein.
Ich kann nicht glauben, schon wieder am selben Ort zu sein.
Aber es ist nicht meine Schuld.
Es dauert immer noch lange, wieder herauszufinden.*

Kapitel 3

*Ich gehe dieselbe Straße entlang.
Da ist ein tiefes Loch im Gehsteig.
Ich sehe es.
Ich falle trotzdem hinein – aus GEWOHNHEIT.
Meine Augen sind offen, ich weiß, wo ich bin.
Es ist meine Verantwortung.
Ich komme sofort wieder heraus.*

Kapitel 4

*Ich gehe dieselbe Straße entlang.
Da ist ein tiefes Loch im Gehsteig.
Ich gehe um es herum.*

Kapitel 5

Ich gehe eine andere Straße.

Portia Nelson



PRÄVENTION Einleitung

Das beste Problem ist das Problem, das gar nicht erst entsteht oder frühzeitig gelöst wird.

Deshalb hat Prävention in unserer Arbeit einen hohen Stellenwert. Dazu gehört:

Beziehungsfähigkeit für Partnerschaften, Ehe und Familie fördern

Eigenständigkeit und Eigenverantwortung stärken

Erziehungskompetenz stärken

Suizidprävention, Beziehungsaufbau und Stärkung

Die PFL (Psychologische Familien- und Lebensberatung), so in dem diözesanen Konzeptionspapier der psychologischen Familie- und Lebensberatung zu lesen, beugt der Entstehung und Manifestation psychischer Schwierigkeiten und destruktiver Verhaltensmuster in Beziehungen durch geeignete Maßnahmen vor.

TeilnehmerInnen von Präventionsveranstaltungen erkennen psychische und soziale Zusammenhänge und Wirkungsmechanismen und können diese eigenständig steuern. Durch die Benennung und Beschreibung der Phänomene sind diese für die Teilnehmenden leichter zur Sprache zu bringen und damit einer Bearbeitung zugänglicher. Ihre Beziehungs- und Konfliktfähigkeit wird dadurch gestärkt. Die Teilnehmenden werden zur selbständigen Problembewältigung befähigt und können sich ggf. frühzeitig professionelle Hilfe organisieren.

In Präventionsveranstaltungen lernen die Teilnehmenden auch die Berater und Beraterinnen kennen und können den Nutzen einer Beratung einschätzen. Eine Inanspruchnahme von Beratung wird dadurch erleichtert (vgl. *Konzeptionspapier der psychologischen Familien- und Lebensberatung Diözese Rottenburg-Stuttgart 2010, S. 10*).

In der psychologischen Beratungsstelle Ruf und Rat werden in diesem Bereich verschiedene Gruppen / Kurse angeboten: KOMKOM-Kurs für Paare, Männerpsychodramagruppe, Achtsamkeitskurse speziell für Frauen oder auch Informationsveranstaltungen in den Gemeinden, bei anderen Beratungseinrichtungen oder im Rupert-Mayer-Haus im Rahmen der Valentinswoche oder Telefonseelsorge vor Ort in der Gemeinde.

Thomas Krieg

PRÄVENTION – in der Telefonseelsorge

Telefonseelsorge ist ein Netzwerk. 108 Stellen werden von einem Zentralcomputer (ACD= Automatic Call Distribution) angesteuert, der die Anrufe verteilt.

Die Anrufe werden inzwischen weitgehend regional zugeteilt. Mehrere Stellen werden in sogenannten Organisationseinheiten zusammengefasst. Bei „besetzt“ an einer Stelle werden die anderen Stellen der Organisationseinheit sofort angesteuert.

- 64 % der Anrufe sind Beratungs-Seelsorgegespräche
- 25 % sind Aufleger
- 2,0 % Schweigeanrufe
- 9 % entsprechen nicht dem Auftrag der Telefonseelsorge

Aus rund 1,6 Millionen im Jahr 2016 technisch registrierten Anrufern ergaben sich 724.467 Gespräche. Die Zahlen in der Chat- und Mailberatung liegen deutlich darunter. In allen drei Bereichen gibt es eine größere Nachfrage.

In Deutschland wird unabhängig von der statistischen Erfassung der Gesprächsthemen die Nennung einer diagnostizierten psychischen Erkrankung durch den Anrufer bzw. die Nennung des Themas „Suizid“ erfasst – aus suizidpräventiver Sicht eine begrüßenswerte Differenzierung. Bei der Nennung des Themas „Suizid“ (im Jahr 2016 am Telefon 7,3%, in der Chatberatung 20,2%) wird in der bundesweiten Statistik der Telefonseelsorge zwischen den Kategorien: Suizidgedanken, Suizidabsichten, früheren Suizidversuchen und Suizid Anderer unterschieden.

Beim IFOTES-Kongress im Mai 2016 in Aachen konnten wir uns sehr intensiv mit dem Thema Suizid und unserer Präventionsarbeit bei der Telefonseelsorge auseinandersetzen.

In der nationalen Versorgungs-Leitlinie Unipolare Depression wird ausgeführt: „Suizidale Menschen haben

oftmals sämtliche zwischenmenschlichen Beziehungen bereits abgebrochen und sind mit dem Wunsch zu sterben allein. Gerade Beziehungslosigkeit und Einsamkeit verschärfen den Entschluss, sich das Leben zu nehmen. Deswegen kommt beim Umgang mit suizidalen Menschen dem initialen Beziehungsaufbau zentrale Bedeutung zu“ (*Nationale Versorgungs-Leitlinie Depression 2015, S. 168*).

Für unsere Arbeit bei der Telefonseelsorge ist es essentiell, in suizidalen Krisen eine tragfähige Beziehung anzubieten. Die Beziehung ist die Basis, um den bedrohten Selbstwert der Anrufenden zu stabilisieren. Die Rahmenbedingungen der TS bieten da große Chancen. Der Respekt vor der Person des Kontaktsuchenden ist dazu die Grundlage. Raum geben, Zeit lassen, Bestätigung der verzweifelten Situation, Betonung der Autonomie des Anrufers und der Eigenverantwortung für sich selbst, Akzeptanz der Ambivalenz, soweit möglich Abklärung des Auftrags, Transparenz im eigenen Vorgehen: das sind Bausteine, die der suizidgefährdeten Person eine Wertigkeit zusprechen (*vgl. Seidlitz/Theiss 2013, S. 81ff*).

Die Authentizität der Seelsorger spielt dabei eine wesentliche Rolle. Authentisch sein bedeutet, dass das Handeln einer Person nicht durch Andere bestimmt wird, sondern eben in der Person selbst begründet liegt. Ein authentischer Mensch folgt seiner inneren Stimme. Er spürt das Eigene und fühlt zeitgleich mit dem Anderen mit, ist in Kontakt mit der Befindlichkeit des Anderen. Er hat ein Gespür für die Gesamtsituation und kann so auch die Konsequenzen bewerten, ohne sich davon abhängig zu machen. Dazu gehört auch die ehrliche Haltung

(im Fall der Begleitung eines Suizidalen in der Telefonseelsorge) die eigene Ohnmacht nicht zu verleugnen. So kann er eine sichere Abgrenzung zwischen dem, was in seiner Verantwortung liegt und was nicht, gewinnen.

Sicherlich ist es schwer, eine authentische Beziehung anzubieten und durchzuhalten, wenn es auf Leben und Tod geht. Diese Spannung auszuhalten ist im Beratungskontext oft eine besondere Herausforderung.

R. Schettler beschreibt das Gespräch mit einem Suizidenten, der seinen Plan änderte: „... der geplante Suizid geriet in den Hintergrund. Wohl auch, weil ich ihm vermitteln konnte, dass ich seinen Wunsch nachvollziehen konnte und ich selbst in ähnlicher Situation vor der gleichen Frage stehen würde. Es ergab sich ein sehr dichtes, intensives Gespräch“ (Schettler R. 2015, *Telefonseelsorge in Grenzbereichen, in Suizidprophylaxe* 42, S.158).

Ein wichtiger Schritt hierbei ist es, das Unerträgliche auszusprechen und stehen lassen zu können: die mögliche Selbsttötung. Das Aushalten ist oft der schwierige jedoch auch wichtige Moment. Dabei ist der Respekt vor der anderen Person stets im Vordergrund (vgl. Plöger S., *Suizidprävention in der Telefonseelsorge, in Suizidprophylaxe* 168 S. 17 ff).

Der vorliegende Jahresbericht möchte das Thema „Prävention“ bewusst in den Fokus nehmen und unsere Arbeit ein Stück transparenter machen.

Thomas Krieg



Im Lexikon können wir folgende Definition zu „Prävention“ finden:

Prävention (lateinisch praevenire „zuvorkommen“) bezeichnet Maßnahmen zur Abwendung von unerwünschten Ereignissen oder Zuständen, die mit einer gewissen Wahrscheinlichkeit eintreffen könnten, falls keine Maßnahmen ergriffen werden. Prävention setzt voraus, dass Maßnahmen zur Verfügung stehen, die geeignet sind, den Eintritt dieser Ereignisse zu beeinflussen. Der Begriff der Vorbeugung wird synonym verwendet.

PRÄVENTION – in der psychologischen Paarberatung

Im Jahr 2016 wurden bei Ruf und Rat 382 Paare beraten, davon lebten ca. 2/3 der Paare (233) mit Kindern bzw. Jugendlichen zusammen.

Wie bei allen Beratungsfällen geht es zuerst darum, das Anliegen der Ratsuchenden herauszuarbeiten. In Paarberatungsfällen schwingt immer auch ein unausgesprochenes Anliegen mit. Wie erleben die Kinder die Krise der Eltern. Wie stark sind sie betroffen, gibt es Triangulationen? Die Frage des Kinderschutzes spielt also immer eine Rolle, sobald in der Beratungssituation Kenntnis vom Zusammenleben des Paares oder auch einer alleinigen sorgeberechtigten Person mit einem oder mehreren Kindern oder Jugendlichen besteht.

Man weiß, daß elterliche Konflikte ein hoher Risikofaktor für die kindliche Entwicklung darstellen: Bei Kindern und Jugendlichen kann es zu erhöhter emotionaler Erregbarkeit, zu erhöhtem Stresserleben oder zu dysfunktionalen Bewältigungsstrategien führen. Konfliktbeladene Paare werden als Eltern wenig unterstützend und als inkonsistent in ihrem Verhalten erlebt. Kinder und Jugendliche leiden unter erhöhter Trennungs- und Verlustangst. Es kann zu einem Koalitionsdruck mit Loyalitätskonflikten kommen. Kinder zeigen vermehrt Selbstwertprobleme oder Symptome der erlernten Hilflosigkeit.

Je schlechter die elterliche Kommunikation, desto höher die kindliche Belastung.

Paarberaterinnen und Paarberater sind sensibilisiert und geübt darin auf feine Signale zu hören, wenn das Kindeswohl gefährdet ist. Sie wissen um die Schritte, die gegangen werden müssen um zum Wohl des Kindes zu handeln, auch wenn das Kind nicht vor Ort dabei ist.

Die psychologische Beratung unterstützt und begleitet den Prozess der Klärung des Konflikts. Sie hilft dabei

die psychische - und Handlungskompetenz des Paares zu befördern. Um einige Interventionsmethoden anzusprechen: Hilfreiche Interventionen betreffen die Verbesserung der Kommunikation, das Herausarbeiten eines konstruktiven Konfliktmanagements, Ressourcenaktivierung, das „Spürbar-machen“ der Wünsche, Bedürfnisse und der Ziele des Einzelnen, des Paares und der Familie. Hilfreich dabei ist immer wieder eine Erweiterung der Perspektive, auch einmal in die Rolle des anderen zu schlüpfen, und eben auch immer wieder mal die Sichtweise des Kindes einzunehmen, um nachempfinden zu können, wie sich diese Position anfühlt.

Psychologische Beratung für Paare ist Präventionsarbeit, weil das Paar gestärkt und stabilisiert und dadurch die Basis für ein positives Klima in der Familie gelegt wird. Krisen können früher aufgefangen und abgefedert werden. Konflikte können bereits im Entstehen entschärft werden.

In der Paarberatung wird ein Prozess gefördert, der den Beteiligten die Verantwortlichkeiten aufzeigt und gleichzeitig einen guten, gangbaren Weg zeigt, sorgfältig und konstruktiv damit umzugehen.

Karin Gustedt

PRÄVENTION – bevor es zum Burnout kommt!

Bevor es zum Burnout kommt ist psychologische Beratung eine Möglichkeit, bei Schwierigkeiten am Arbeitsplatz die Situation zu reflektieren, Ressourcen zu aktivieren und Bewältigungsstrategien zu entwickeln.

Eine Frau, Ende 50, kommt in einer akuten Krisensituation in die Beratungsstelle. Sie ist aufgrund eines psychischen Zusammenbruches am Arbeitsplatz für einige Wochen krank geschrieben. Steigende Arbeitsbelastung und Auseinandersetzungen mit einem neuen Vorgesetzten hatten dazu geführt. Sie befürchtete, an der Situation nichts ändern zu können und hatte Angst davor, nicht wieder zur Arbeit gehen zu können, ohne erneut zusammenzubrechen und letztendlich kündigen zu müssen.

Im Verlauf der Beratung nahm ihre empfundene Hilflosigkeit deutlich ab, es wuchs Vertrauen in die eigenen Möglichkeiten, ihre Schwierigkeiten und Bedürfnisse im Gespräch mit ihrem Vorgesetzten zu artikulieren. Sie entwickelte Ideen, um unterhalb der Belastungsgrenze zu bleiben und besser für sich zu sorgen. Dazu gehörte auch das Überprüfen eigener perfektionistischer Einstellungen, mit denen sie sich selbst erheblich unter Druck gesetzt hatte.

Im Fokus der Gespräche stand ebenfalls ein achtsamer Umgang mit sich selbst im Sinne einer besseren Wahrnehmung des eigenen Befindens, um gut für sich sorgen zu können. Die Klientin begann, insgesamt mehr auf einen ausgeglichenen Lebensstil zu achten, statt wie bisher die eigene Energie fast ausschließlich auf die Bewältigung des Arbeitsalltages zu verwenden.

Schließlich verlief der berufliche Wiedereinstieg besser als erwartet, der Vorgesetzte schien bereit, auf sie einzugehen und ihre Angst vor einem weiteren seelischen Tief milderte sich in dem Maße, als sie sich besser abgrenzen konnte.

Helga Prexl-Mager

PRÄVENTION – bevor es knallt!

Bevor es knallt ist die anonyme Mailberatung eine Möglichkeit, sich zu entlasten und nach Lösungen zu suchen.

Ein halbes Jahr lang schrieb eine Ratsuchende über ihre Ehekrise und die Schwierigkeiten im Leben ihrer Patchworkfamilie. Nachdem der Mann aus der Kur zurückgekommen war, war aus ihrer Sicht nichts mehr so wie vorher. Die Situation drohte zu eskalieren, und sie fühlte sich völlig hilflos im Umgang mit ihm. Wieviel Zeit sollte sie ihm lassen, auf sie zuzukommen? Wie viel Freiraum brauchte er? Sollte sie es aushalten, wenn er zu den neuen Freunden und der anderen Frau fuhr? Welche Erwartungen hatte sie an ihren Partner?

Darüber hinaus spitzten sich auch die schon länger bestehenden Schwierigkeiten mit ihren Kindern zu. Alles schien ihr zu entgleiten.

Nachdem sie sich in ihrer ersten Mail alles von der Seele schreiben konnte, war Schritt für Schritt eine Reflexion

über ihre Ressourcen, ihre Wünsche und ihre Handlungsspielräume möglich.

Ihr gelang es, mit ihrem Mann ins Gespräch zu kommen über ihre und seine Gefühle und über das, was im Laufe der gemeinsamen Jahre auf der Strecke geblieben war. Das hat viel Erleichterung und bei ihr größere Gelassenheit gebracht.

Für die weitere Klärung der Ehe Themen und Erziehungsfragen riet ich ihr dringend, eine Beratungsstelle in ihrer Nähe aufzusuchen.

Es hat einige Überzeugungsarbeit gebraucht bis sie diesen Schritt machen konnte. Letztendlich war sie froh, ein kompetentes Gegenüber für eine längere Begleitung zu haben.

Gisela Blattert



PRÄVENTION – mit und für Frauen

*In Prävention steckt das Wort
praevenire – zuvorkommen:
vorher etwas ermöglichen,
damit schwierige Situationen,
die zu befürchten sind,
gar nicht erst eintreffen.*

Prävention nimmt also Menschen in den Blick, um sie zu informieren, ihnen etwas bewusst zu machen und sie zu stärken. Wie können wir das im Rahmen der psychologischen Beratungsstelle tun, bevor Menschen in schwierige und ausweglose Situationen kommen?

In meiner Berufstätigkeit habe ich immer schon besonders gern mit Frauen gearbeitet. Frauen sind für mich in ihren vielfältigen Anforderungen und Rollen wahre Wunder an Multitasking-Talenten und Team-Playerinnen. Aber oft sind sie, sind wir, auch in der Falle, sich zu übernehmen, sich für zu viele(s) verantwortlich zu fühlen, eigene Grenzen nicht wahrzunehmen und zu übergehen.

Deswegen habe ich in den letzten Jahren Veranstaltungsformate überlegt und angeboten, in denen Frauen zu sich selber und im Sinne der Prävention (in) krisenhaften Zeiten „zu - vor - kommen“ können:

Die Reihe „Wechselzeiten“ lädt Frauen ein, die sich beruflich oder privat in wechselnden Zeiten empfinden und die sich mit dieser Phase gedanklich, persönlich, spirituell und kreativ beschäftigen wollen. Die Wechselzeit ist eine Zeit, um Vergangenes zu würdigen und sich von manchem zu verabschieden, aber auch um nach vorne zu schauen: „Was will ich verwirklichen und verändern in meiner Berufstätigkeit und meinen Beziehungen? Wie will ich das Jetzt gestalten, leben und genießen?“

Der Dreiteiler „Atmen – Fühlen – Sein“ gibt Frauen Raum, sich ganz bewusst auf die Fülle des Augenblicks einzulassen. Einfache Übungen für Körper und Seele werden vorgestellt und eingeübt. So können wir achtsam werden

für das, was gerade jetzt in uns und in unserer Umgebung passiert. Denn leben können wir immer nur diesen einen Augenblick.

Mit der Gesundheitsgruppe „Heil-Weisen“ spreche ich Frauen an, die gerade krank sind und nach Anregungen suchen, neben einer medizinischen Behandlung ihre Seele zu stärken und ihre Selbstheilungskräfte zu wecken. Verschiedene „Heilweisen“ wie Handauflegen, Achtsamkeitspraxis, Imagination, Meditation und Körperübungen werden an vier Terminen angeboten. So kann jede Frau ihre eigene „Heilweise“ finden und entwickeln.

In unserem eintägigen Workshop „Wenn die Seele tanzen will ...“ können Frauen wahrnehmen und in Bewegung spüren, was in ihnen lebendig werden und wachsen will. Die Tanzpädagogin Monika Heber-Knobloch leitet behutsam und erfahren die Teilnehmerinnen an, sich ihrem lebenshungrigen Teil zu nähern und in Tanzimprovisationen zum Ausdruck zu bringen. Imaginationsübungen und Gespräche zu zweit und in der Gruppe begleiten und vertiefen diese Erfahrungen.

Die Arbeit mit Frauen ist für mich bereichernd, inspirierend und vielfältig. Ich genieße das voneinander Erfahren und miteinander Entwickeln und freue mich auf weitere Projekte

Annedore Barbier-Piepenbrock

DER WEISE MANN – MÄNNERPSYCHODRAMA ALS PRÄVENTION

Weiser Mann, der das Leben kennt.



Prävention

Der jährliche Fachtag der Psychologischen Familien- und Lebensberatung unserer Diözese und der parallel laufende Qualitätsmanagement-Prozess befassten sich 2016 mit dem Thema „Prävention“. Gelegentlich habe ich den Eindruck, dass Prävention – also die Vorbeugung gegen mögliche Risiken – zum Mode-Ausdruck werden könnte. Alles ist dann Prävention. Für KlientInnen und BeraterInnen entsteht dabei manchmal eine Art „Vorbeugungs-Stress“. Dies passiert, wenn aus dem Blick gerät, dass der Fluss des Lebens häufig sein Veto einlegt gegen unsere Vorstellungen, man könne allen Gefahren zuvorkommen. Ich will einige Gesichtspunkte zusammentragen, inwiefern die bei Ruf und Rat stattfindenden Männerpsychodramagruppen einen Beitrag zur Prävention liefern.

Männerpsychodramagruppe

Männergruppen gab es schon immer bei Ruf und Rat. Seit 2004 sind es Männerpsychodrama-Gruppen. Zehn Männer treffen sich vierzehntägig mit einem erfahrenen Regisseur. Es wird zuerst Theater gespielt und dann über das Erlebte geredet. Da Männer zum Rationalisieren neigen, ist diese Reihenfolge Gold wert.

Die Themen-Palette reicht von ehelicher Kampfkunst, männlicher Sexualität, Sohn- und Vatererfahrungen bis zu beruflichen Konflikten.

Das endgültige Programm entsteht im Verlauf der Gruppe.

Einen Samstag geht die Gruppe auf die Schwäbische Alb zur Biographie-Wanderung: Die Männer gehen zu zweit einen Tag in die Natur und erzählen

sich ihr Leben. Das Handy bleibt dabei ausgeschaltet. Die Biographie-Wanderung wird von den Teilnehmern als unverzichtbar bewertet. Der Tenor ist, um mit H. Grönemeyer zu sprechen, sie „hilft Dir, dass Du trauern lernst, dass Du Dich nicht von Dir entfernst.“
(Song: *Zum Meer*)

Männerpsychodramagruppe und Prävention

Männlichkeit

Nicht wenige Männer hatten und haben in ihrer Biographie Männermangel - angefangen von der Herkunftsfamilie über den Kindergarten und die Schule bis heute. Sie beschreiben die Gruppe der Männer an sich und die direkte Thematisierung des Männlichen als wohltuend und stabilisierend.

Wer mit der Idee gekommen ist, er sei kein „richtiger Mann“, macht die Erfahrung, dass es verschiedene originelle Männlichkeiten und Versionen des Mann-Seins gibt und er sehr wohl ein Mann ist.

Dem Kölner Psychodrama-Institut Szenen verdanke ich die Anregung, bei Konflikten (z.B. mit Elternfiguren) einen „weisen Mann, der das Leben kennt“, also einen Mann, der ein ordentliches Maß an „resignativer Reife“ (A. Retzer) hat, mit auf die Bühne zu holen. Die letzte Männerpsychodramagruppe benannte solche Szenen als besonders hilfreich.

Das Psychodrama kennt am Ende einer Einzelarbeit oder eines Gruppenspiels das sogenannte Sharing. Im Sharing erzählen sich die Männer, was von den vorher gespielten Szenen sie aus ihrem eigenen Leben kennen. Der präventive und ermutigende Effekt ist, mit seinen Familien- und Lebensfragen nicht vaterseelenallein auf dieser Welt zu sein.

Väterlichkeit

Das Thema Väterlichkeit war in den letzten Jahren mindestens in folgenden Variationen auf der Bühne:

- Dem eigenen (verstorbenen) Vater begegnen, ihm vielleicht vergeben.
- Vater werden? Ermutigung, seine eigene Papa-Rolle zu finden angesichts eines vielstimmigen verwirrenden Chors von außen
- Vater sein und wenig Modelle gelebter Väterlichkeit zu haben
- Vater bleiben – zum Beispiel nach häuslicher Gewalt, nach Trennung und Scheidung.

Partnerschaft

Bei einer Durchsicht der Männergruppen komme ich auf folgende Liste von Partnerschaftsfragen:

Sexualität Misandrische Familienideologien Außenbeziehungen Häusliche Gewalt Trennung und Scheidung 2 Nationalitäten – 2 Kulturen...

Anmerkungen zu Sexualität und zu häuslicher Gewalt:

- Zu meinem Erstaunen berichten manche von einer Belebung ihrer Sexualität schon allein durch die Anwesenheit und Thematisierung des Männlichen.
- Es ist ein Beitrag zur Prävention, dass es in der Gruppe der Männer öfter gelingt, sich dem schambesetzten Thema „meine eigene Gewalt in der Partnerschaft“ zu stellen.

- Indem Männer sich klarer werden über ihr Bedürfnis, die Beziehung und damit die Partnerin zu kontrollieren.
- Indem sie sich mit eigenen Gewalterfahrungen auseinandersetzen.
- Indem sie sich klar darüber werden, dass zur Beendigung von Gewalt beide Partner gehören.

Berufliches

In den letzten Jahren werden häufiger berufliche Anliegen angemeldet.. Seit der sogenannten Agenda 2010 hat sich in der Berufswelt einiges verändert: Prekäre Beschäftigungen, häufigere Befristungen, ... der Kapitalismus ist „amerikanischer“ geworden. In der Männerpsychodramagruppe kann die aktuelle berufliche Krise auf die Bühne und zur Sprache kommen und Mann ist „in guter Gesellschaft“ damit. Wo vormals Scham war, können neue Ideen entstehen.

Es geht auf der Bühne mit Hilfe der anderen Männer gelegentlich um die meist unbewussten Prägungen durch die Berufswege der Väter, die eine weitere Entwicklung befördern oder verhindern.

Klaus Blattert

SEELSORGE IM INTERNET ALS PRÄVENTION

Unser Einstieg in die Chatseelsorge

Im Herbst 2015 gab es Grund zum Feiern: Die Telefonseelsorge feierte ein beachtliches Jubiläum: 20 Jahre TS im Internet.

Es waren tatsächlich Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter der TS, die als erste im Bereich der Seelsorge und Beratung vor 20 Jahren geahnt haben, dass das Internet in Zukunft eine immer größere Bedeutung haben wird und dass man sich damit auseinandersetzen muss. Inzwischen ist das Internet aus unserer Welt nicht mehr wegzudenken, und auch die TS steht heute sozusagen auf drei Säulen: Mit Telefon, Mail und Chat können wir ein breites Spektrum von Klienten ansprechen.

Seit Sommer 2016 ist nun auch Ruf und Rat in Sachen Chatseelsorge unterwegs.

Der Begriff „Chat“ kommt aus dem Englischen und bedeutet so viel wie „plaudern“ bzw. „sich unterhalten“; mit „chatten“ bezeichnet man heute die elektronische Kommunikation in Echtzeit, meist über das Internet.

9 Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter unserer Stelle haben sich im vergangenen Jahr dazu bereiterklärt, sich in diesem Bereich ausbilden zu lassen.

Voraussetzungen für die Ausbildung zum Chatseelsorger:

- man sollte eine Ausbildung zur/zum Telefonseelsorger(in) absolviert haben,
- man sollte mindestens drei Jahre Erfahrung am Telefon vorweisen können,
- man sollte vor allem keine Angst vor dem PC haben!

Zusammen mit den TS-Stellen Heilbronn, Karlsruhe und der ev. TS-Stelle in Stuttgart haben wir 2 Ausbildungsabende organisiert, die jeweils an den eigenen Stellen stattgefunden haben - bei uns im März und im April. Außerdem hat Dipl. Psych. Peter

Kallenberger (ehemaliger stellv. Leiter der TS Freiburg und inzwischen im Ruhestand) mit uns allen im Mai eine ganztägige Schulung im PC-Raum des Kolping-Kollegs Stuttgart durchgeführt. Hier ging es darum, einen ganzen Tag lang im Rollenspiel unter Anleitung praktische Erfahrungen mit dem Chatten zu sammeln.

In den Wochen bis zum Sommer gab es dann Gelegenheit zur Hospitation: Einige ehrenamtliche Mitarbeiterinnen der ev. TS Stuttgart hatten sich dankenswerterweise dazu bereiterklärt, unsere „Neuen“ in ihre Chats mitzunehmen und über die Schulter schauen zu lassen.

Seit den Sommerferien chatten unsere Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter nun selbstständig, begleitet durch monatliche Supervision unter der Anleitung von Martina Rudolph-Zeller, der stellv. Leiterin der ev. TS Stuttgart.

Die Erfahrungen dabei sind durchweg positiv: Bis zum Jahresende kamen 153 Chats zustande. Auffällig ist, dass im Gegensatz zur Seelsorge am Telefon vor allem jüngere Klienten die Chatseelsorge in Anspruch nehmen: Bei ca. 50% der Chats war das Alter bekannt; dabei waren zwei Drittel der Klienten zwischen 15 und 39 Jahre alt. 74,5% der Klienten waren weiblich, 19% männlich, 6,5% waren nicht einzuordnen.

Bei den Chat-Themen fällt auf, dass im Gegensatz zur Telefonseelsorge suizidale Absichten öfter genannt werden, nämlich bei 22,9% der Gespräche. Hier haben unsere Chatseelsorger eine wichtige präventive Aufgabe, nämlich Ansprechpartner für Menschen in Krisensituationen zu sein und Suizide zu verhindern.

Natürlich haben viele Themen auch zu tun mit der Lebenswelt der jüngeren Klienten: Da geht es um Depressionen, um Selbstbild und Ängste, aber auch um Partnerschaft und familiäre Beziehungen, um körperliche, seelische oder sexuelle Gewalt und um die Arbeits- und Ausbildungssituation.

Leider spielt uns auch immer wieder mal die Technik einen Streich, wenn beispielsweise Chats ohne unser Zutun plötzlich abbrechen. Hier wird sich in den kommenden Jahren sicher noch einiges verändern: Die Telefonseelsorge arbeitet derzeit daran, ihren Internetauftritt neu zu gestalten. Hoffentlich wird dadurch auch das System stabiler. Denn nichts ist so ärgerlich, als wenn ein Chat (oder Anrufer!) mitten im Kontakt plötzlich weg ist...

Peter Bühler



LÖSUNG Balkon

Lüneburg, 21.02.

Der junge Mann, 33 Jahre, ist verzweifelt. Er sieht für sich keine Zukunft mehr.

Während seiner Zeit in der Bundeswehr war er in Afghanistan eingesetzt. Da er einen Kameraden aus einem Feuer gerettet hat, bekam der Soldat eine Auszeichnung.

Er hat eine Ausbildung gemacht und wird ab und zu vom Stern oder Spiegel als Texter angefragt.

Sein Wunsch: Er will arbeiten. Über das Jobcenter war er zu einem Vorstellungsgespräch eingeladen.

Die Reisekosten bzw. Unkosten für die Reise zu dem Vorstellungsgespräch wurden von der Sachbearbeiterin abgelehnt, was ihn sehr verletzt hat. Hinter ihm in der Schlange stand eine Frau, die sofort ihren Toaster bewilligt bekam.

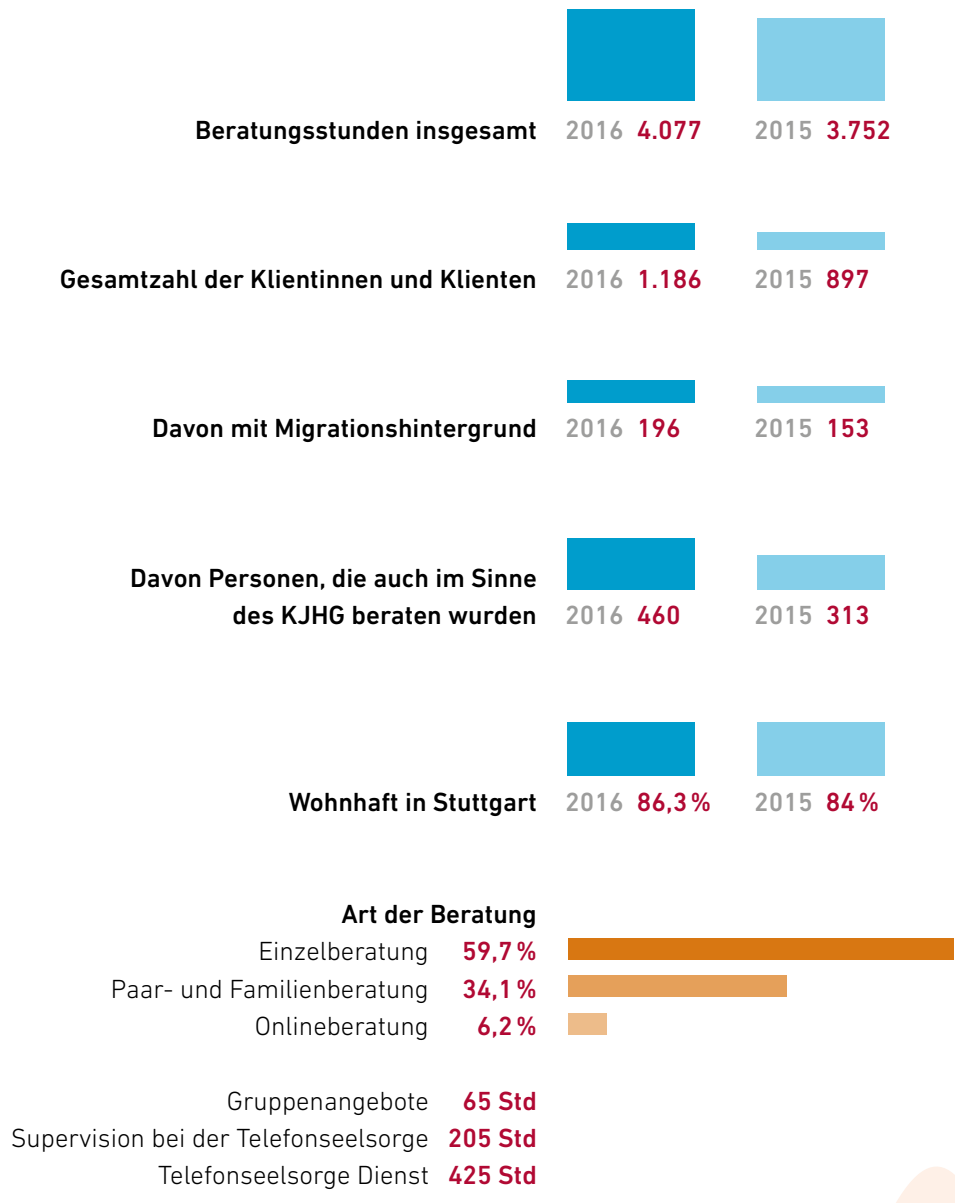
Der Anrufer versteht unseren Staat nicht mehr. Er ist verbittert wegen der Ungerechtigkeit. Sein Selbstbewusstsein ist auf „0“!

Niemand kann ihm helfen, seine Lösung ist ein Balkon.

Im Gespräch und Nachdenken über seinen Bekanntenkreis, denkt er an einen Pastor. Der ist inzwischen im Ruhestand, doch vielleicht findet er ihn.

B. F.-E.

STATISTIK Psychologische Beratungsstelle

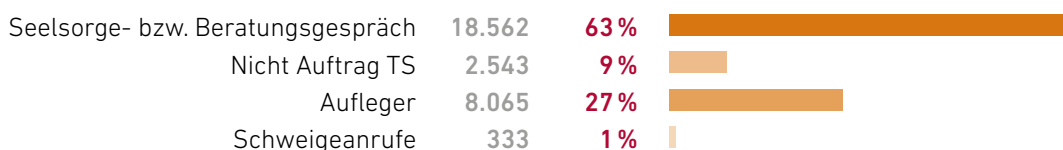


Die MitarbeiterInnen der Beratungsstelle leisteten 205 Stunden Supervision für die ehrenamtlichen MitarbeiterInnen bei der Telefonseelsorge und machten insgesamt 425 Stunden Dienst in der Telefonseelsorge.

STATISTIK Telefonseelsorge



Art des Telefonkontaktes



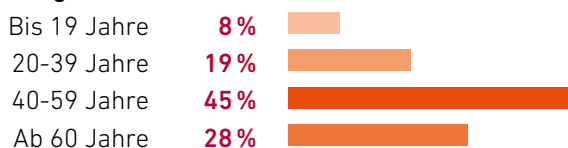
Gesprächsthemen (Mehrfachnennungen)



Geschlecht der Anrufenden



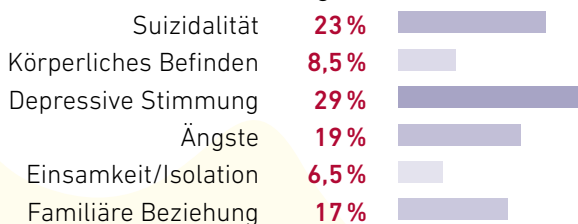
Altersverteilung der Anrufenden



Chatberatungen insgesamt

ab August 2016 **153**

Gesprächsthemen im Chat (Mehrfachnennungen)



VERANSTALTUNGEN – im Jahr 2016

Mitarbeiterabende

- 21.01. **Aufnahme der neuen
Telefonseelsorgerinnen und -seelsorger**
- 18.02. **Thema „Chatberatung“ mit Kolleginnen
und Kollegen der evangelischen Stelle der
Telefonseelsorge Stuttgart**
Frau Martina Rudolph-Zeller
- 07.04. **„Betreuungsrecht“**
Prof. Konrad Stolz
- 12.05. **„Flüchtlinge“**
Dipl. Soziologin Manuela Ziskoven
- 07.07. **„Trauer – mit Trauernden sprechen –
Trauerprozesse“**
Frau Barbara Rolf
- 22.09. **„Sekten/religiöse Gruppen“**
Herr Frederic-Joachim Kaminski
- 17.11. **Bibliodrama – Bibelmuseum Stuttgart**
- 15.12. **Weihnachtsteam**

Ausgewählte Veranstaltungen

- **Neueinführung der Chatberatung**
- **Interkulturelle Beratung**
- **Teilnahme an Arbeitsgemeinschaft
nach §78 KJHG**
- **Besuch bei Caritas-Beratungsstelle**
- **Mitarbeiterausflug nach Kloster Maulbronn
und Vaihingen/Enz**
- **TS Förderverein in der Gemeinde Vaihingen**
- **Klausurtag der Beratungsstelle**
- **Fachtag Hohenheim: Prävention**
- **Kunstaussstellung Frau Schindler 15.03.16**
- **Teilnahme an den kommunalen
ieF-Fachtagen**
- **IFOTES-Kongress Aachen**
- **Fortbildung: Umgang mit Suizidgefährdeten
in der Mail- und Chatseelsorge**

Gruppen

- Februar **KOMKOM Kurs
(Kommunikationskurs für Paare)**
Thomas Krieg
- Februar **Deine Heil-Weisen**
Anne Barbier-Piepenbrock
- März **Männerpsychodrama mit
Biographie-Wanderung**
Klaus Blattert
- Oktober **Achtsamkeit und Tanzimprovisation
für Frauen**
Anne Barbier-Piepenbrock

DANK

Mit dem vorliegenden Jahresbericht unserer Einrichtung, der katholischen Telefonseelsorge und der Ehe-, Familien – und Lebensberatung geben wir einen Überblick über die Qualitätssicherung in der Einrichtung, soziodemographische Daten der Klientel und Themen der Beratung.

Besonderen Dank gilt unserem Träger der Diözese Rottenburg-Stuttgart; der Stadt Stuttgart, insbesondere der Sozialbürgermeisterin Frau Fezer und dem Jugendamt sowie den Ratsuchenden, die mit ihren Spenden nicht unwesentlich zur Aufrechterhaltung unseres Beratungsangebots beitragen. Herzlichen Dank für die Unterstützung durch unseren Förderverein sowie für die Spende von der Firma Daimler AG.

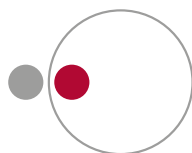
Herzlichen Dank unseren 58 ehrenamtlichen und 10 hauptamtlichen Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern, ohne die unsere Angebote und unsere Arbeit nicht möglich wären.

Thomas Krieg, Leiter Ruf und Rat

Diözese
ROTTENBURG-
STUTTGART

STUTTGART





RUF UND **RAT**

Rupert-Mayer-Haus
Hospitalstraße 26
70174 Stuttgart

Tel 0711 226 20 55
Fax 0711 226 96 46
beratungszentrum@ruf-und-rat.de
www.ruf-und-rat.de

FÖRDERVEREIN

Katholische Telefonseelsorge
RUF und RAT Stuttgart e.V.

UNSER SPENDENKONTO

Förderverein RUF und RAT
LIGA Bank Stuttgart
IBAN DE 30 7509 0300 0006 4974 20
BIC GENODEF1M05
Stichwort: „Spende“

REDAKTION

Karin Gustedt, Helga Prexl-Mager, Thomas Krieg,
haupt- und ehrenamtliche Mitarbeiter