



# Ökumenischer Jahresbericht der Psychologischen Beratungsstellen in kirchlicher Trägerschaft in Württemberg 2019

Themenschwerpunkt: „Psychohygiene und Selbstfürsorge in der  
Psychologischen Beratung“



**Susanne Bakaus**

*Dipl.-Psychologin  
Leiter in der Landesstelle  
der Psychologischen  
Beratungsstellen in der  
evangelischen Landeskirche  
in Württemberg*



**Dr. Esther Stroe-Kunold**

*Dipl.-Psychologin  
Stv. Leiterin der Landesstelle  
der Psychologischen  
Beratungsstellen in der  
evangelischen Landeskirche  
in Württemberg*



**Michaela Rueß M.A.**

*Dipl.-Theologin  
Dipl. Sozialpädagogin (FH)  
Fachreferentin für  
Diakonische Pastoral  
Bischöfliches Ordinariat,  
HA VI - Caritas*



**Sebastian Braunert**

*Soziologe (Magister Artium)  
Referent  
Bereich Soziale Arbeit,  
Caritasverband der  
Diözese Rottenburg  
Stuttgart*

# Vorwort

Sehr geehrte, liebe  
Leserinnen und Leser,

es ist ein merkwürdiges Gefühl, sich in Zeiten von Corona mit dem Bericht der Beratungsarbeit aus dem letzten Jahr zu beschäftigen. Das Virus hat unser aller Leben und Arbeiten gehörig durcheinandergewirbelt und uns gezwungen, unser bisheriges Handeln einzuschränken und auf andere Füße zu stellen. Wie können wir in der Krise weiterhin hilfreich sein – ohne andere und uns zu gefährden? Nach der ersten Schockstarre des Lock-Downs wurde dieser Frage in allen Beratungsstellen fieberhaft nachgegangen.

Und trotzdem ist es hilfreich, sich gedanklich mit dem Vergangenen zu beschäftigen. Ja, es ist sogar tröstlich, in die Routine eines vergangenen Alltags einzutauchen, sich der großen Kontinuität der Beratungsarbeit zu versichern – in dem Wissen, dass nicht alles neu gedacht werden muss. Die psychologische Beratungsarbeit bleibt in ihrer Kernkompetenz weiter erhalten, auch wenn sich die Rahmenbedingungen ändern.

Angesichts der derzeit unsicheren, einschränkenden und damit auch anstrengenden Situation scheint es wie ein kleines Wunder, dass das schon vor einiger Zeit angedachte „große“ Thema des Jahres 2020 sich mit „Psychohygiene und Selbstfürsorge“ beschäftigt. Und zwar nicht nur mit der Psychohygiene der

Klient\*innen, sondern auch der Psychohygiene der Mitarbeitenden. Es ist eine Ehre, Menschen in ihrer Verunsicherung zu helfen, wieder Sinn in ihrem Leben und ihren Beziehungen zu finden. Es ist aber auch eine große Herausforderung, sich tagtäglich und Stunde für Stunde dem Leid unserer Mitmenschen zur Verfügung zu stellen, es auszuhalten, mit ihnen in den Sümpfen unserer irdischen Existenz zu waten, seelisches Leid mitzutragen und gemeinsam nach dem berühmten Silberstreifen am Horizont zu suchen.

So halten Sie nicht nur die Zahlen unserer Beratungstätigkeiten in den Händen, sondern auch eine Auswahl an Möglichkeiten der Bewältigung und „Verstofflichung“ psychischen Leides, das uns selbst immer auch berührt und oft auch anhaftet. Die Idee, selbst unbeschadet und froh aus den Begegnungen mit unseren Mitmenschen in der Krise nach Hause zu unseren Lieben zu gehen, das Abendessen fröhlich mit den Kindern einzunehmen, noch kurz die Schularbeiten zu würdigen und liebevolle Zeit mit dem Partner oder der Partnerin zu verbringen, ist ein Ideal, dem wir nachstreben, das uns aber oft nicht gelingt. Es macht uns froh, Menschen in der Krise zu helfen, zu sehen, wie sie sich wieder dem Leben und der Liebe zuwenden. Aber auch für uns als Fachkräfte ist es oft ein langer Weg bis dahin, in dem oft Selbstzweifel stehen: bin ich wirklich

hilfreich, sollte es nicht schon lange besser gehen, habe ich etwas übersehen, hätte ich mich in dem ein oder anderen Bereich nicht doch noch besser fortbilden lassen sollen?

Es gab schon immer das Ideal der beratenden Fachkraft, die hochprofessionell handelt und fühlt, sich selbst nicht beschädigen lässt und das Leid, mit dem sie zu tun hat, in den Räumen der Beratungsstelle lässt. Die Resonanz, die wir immer in der Beziehungsgestaltung zu den Klient\*innen zulassen und die laut wissenschaftlicher Studien der höchste Wirkfaktor in Beratung und Therapie ist, lässt sich nicht immer einfach an- und abschalten. Und so lassen wir uns berühren im Leid, der Müdigkeit, der Traurigkeit, dem Gefühl der Leere oder auch des Ärgers und Hasses. Und manchmal nehmen wir es auch mit nach Hause oder es berührt eigene Anteile in uns. In diesem Jahresbericht wollen wir Ihnen einige Anregungen geben, was wir tun können, wenn unser „Resonanzgefäß“ so „beschichtet“ ist, dass es droht, die Schwingung zu verlieren. Ulrike Reddemann bespricht das Thema und bettet es in die strukturellen Bedingungen unserer Arbeit ein. Annedore Barbier-Piepenbrock beschreibt das Konzept der Inneren-Teile-Arbeit und beschäftigt sich sogar mit den „Saboteuren der Psychohygiene“. Kunst als Ausdrucksmittel zur Selbsterkenntnis und Heilung ist im

therapeutischen Bereich schon lange angekommen und Rena Cornelia Lange gibt uns ganz konkrete Tipps, wie wir dieses Medium für eine bessere Selbstfürsorge nutzen können.

Vergebung und Versöhnung als ursprünglich theologische Themen sind schon seit einiger Zeit in der Psychologie angekommen, da ihre heilenden Kräfte auch im psychotherapeutischen Prozess als wirksam nachgewiesen werden können. Als kirchlich getragene Beratungsstellen finden wir den Dialog von Psychologie und Theologie natürlich sehr spannend und haben deswegen einen theologischen Aufsatz von Dr. Til Elbe-Seiffart und einen psychologischen Aufsatz zu diesen Themen in unseren Jahresbericht mit aufgenommen. Bei der Auseinandersetzung mit dem Thema mussten wir feststellen, dass das mit der Vergebung oft gar nicht so einfach ist, und immer wieder tauchte die Frage auf, ob der Begriff der Versöhnung vielleicht nicht sogar etwas Anderes meint.

Ich freue mich sehr, in unserem Jahresbericht zwei Projektvorstellungen aus unseren Beratungsstellen mit aufnehmen zu dürfen: Zum einen das Projekt „Psychologische Beratung und Begleitung von jungen Geflüchteten“. Das Projekt liegt uns allen vor allem deswegen am Herzen, weil junge Geflüchtete oft aus der Jugendhilfe in „die freie Wildbahn“ unserer Gesellschaft entlassen werden, ohne

dass irgendwelche Familienangehörigen ihnen beistehen können – und das auch noch in einem Land mit fremder Sprache und fremder Kultur. Vielen Dank an die evangelische Landessynode an dieser Stelle für die Bereitstellung von vier Stellen, von denen jeweils eine einer Prälatur zugeordnet ist.

Das Projekt „Psychologische Sprechstunde an der Schule“ (SAS) zeigt, wie sehr sich die Psychologische Beratung in den vergangenen Jahren ausdifferenziert hat. Die „Komm“-Strukturen werden immer weiter zu „Geh“-Strukturen ausgeweitet und die Psychologische Beratung beteiligt sich damit auch am Konzept der Sozialraumorientierung.

Zu den seit Jahren üblichen Zahlen erfassen wir seit neuestem auch die Fälle von Kindeswohlgefährdung wie auch den möglichen Migrationsstatus unserer Ratsuchenden. Neu ist auch ein erweiterter symptomorientierter Anlasskatalog. Mit über 10.000 Beratungsfällen und mehr als 53.000 Beratungsstunden im Jahr 2019 leisten die christlichen psychologischen Beratungsstellen einen großen Beitrag nicht nur zur psychischen Gesundheit der Menschen in Württemberg sondern in der Folge damit auch zum sozialen Frieden in unserer Gesellschaft.

Nun bleibt mir noch die schöne Aufgabe zu danken: allen Schreibenden, die den inhaltlichen Teil dieses

Jahresberichts ermöglicht haben, den Mitarbeitenden der Psychologischen Beratungsstellen für ihre wertvolle Arbeit, für ihr Engagement und die Bereitschaft, Menschen in ihrem Leid zu begleiten und sich für sie als Resonanzkörper zur Verfügung zu stellen. Wir danken den Kirchen, die es uns ermöglichen, in einer zunehmend säkularen Welt Menschen einfühlsam mit professionellem Wissen bei ihrer Lebensgestaltung zur Seite zu stehen. Außerdem danken wir all den Landkreisen und Kommunen, die uns bei unserer Arbeit unterstützen.

Ich wünsche Ihnen Allen gute innere Bilder, innere und äußere Helfer, die Sie auf Ihrem Lebensweg begleiten. Mögen Sie sich des göttlichen Segens – so oft wie möglich – bewusst sein.

*Susanne Bakaus  
Diplom-Psychologin  
Leiterin der Landesstelle der  
Psychologischen Beratungsstellen in  
der Evangelischen Landeskirche in  
Württemberg*



## Inhalt

### **Themenschwerpunkt: Psychohygiene und Selbstfürsorge in der Psychologischen Beratung**

„Gut zu mir - gut für Andere“	4
Psychohygiene und Selbstfürsorge in der psychologischen Beratung	
Psychohygiene und innere Anteile	6
Art & Soul: Kreative Selbstfürsorge durch künstlerischen Ausdruck	10
Eine alte Geschichte am Beginn eines Gespräches von Theologie und Psychologie	13
„... und zog in ein fernes Land...“ – Theologische Perspektiven zu Freiheit,	14
Schuld und Versöhnung in der Psychologischen Beratung – (wie) können wir diese Konzepte verstehen und nutzen?	18
Projekt „Psychologische Beratung und Begleitung von jungen Geflüchteten“ der evangelischen Landeskirche Württemberg	22
Einblicke in die Arbeit in „Psychologische Sprechstunde an der Schule“	26

### **Ökumenische Trends und Tendenzen der Psychologischen Beratung in kirchlicher Trägerschaft in Württemberg 2019**

1. Allgemeine Zahlen im Überblick	30
2. Einblick in die Paar-, Familien- und Lebensberatung	32
3. Einblick in die Erziehungsberatung	34

### **Glossar**

Fachpolitische Verbände und Gremien	39
Ausblick und Termine 2021	39
Adressen der evangelischen, katholischen und ökumenischen Psychologischen Familien- und Lebensberatungsstellen in Württemberg mit Landkarte der Standorte	40

# “Gut zu mir - gut für Andere”

## Psychohygiene und Selbstfürsorge in der psychologischen Beratung

Beratung und Psychotherapie beinhalten für Psychotherapeut\*innen neben erfüllendem Engagement das Berufsrisiko von Burnout, sekundärer Traumatisierung, Depressionen, Ängsten, Substanzmissbrauch und Suizid (Rehan-Sommer & Kämmerer, 2019), da Berater\*innen fortwährend auch mit schweren Belastungen ihrer Klient\*innen konfrontiert sind.

Unter ökonomischem Druck gab es in den letzten Jahrzehnten auch im Bereich psychologischer Beratung viele Umstrukturierungsprozesse. So sind Heilberufe ständig mit der entscheidenden Frage konfrontiert, ob Sie mit ihrer Arbeit zur Konsolidierung der Finanzen beitragen. (G.Maio, 2018) Werte der Heilberufe (Sorgfalt, Geduld, Respekt vor der Zeit, die Bedeutung des Zuhörens, Begegnungsbereitschaft, Reflektiertheit, Behutsamkeit, Demut u.a.) werden auf den Kopf gestellt, Aktionismus wird belohnt.

Neben strukturellen Faktoren werden in Studien als individuelle Faktoren vor allem folgende benannt:

- Empathisches Einfühlen, welches möglicherweise eine interne Simulation der gespiegelten Emotionen, Körperhaltungen beinhaltet.
- Die persönliche Traumageschichte als Risikofaktor, da unaufgelöste Belastungen und Traumata reaktiviert werden.

- Falsche Idealvorstellungen, unbarmherzige Standards und die Tendenz zur Selbstaufopferung. Nach Jaeggi, 2019, sind viele Psychotherapeut\*innen/ Berater\*innen verwundete Helfer\*innen, die schon in ihrer Kindheit gelernt haben, sich zurückzunehmen. Ihre berufliche Motivation ist zum wichtigsten Teil die Motivation, anderen zu helfen.
- Scham, über eigene psychische Probleme und Erkrankungen zu reden.
- Identifikation mit Klienten und daraus folgend fehlende emotionale Distanzierung.
- Die Anzahl der Kontakte & Ausmaß des Kontakts mit sexuell traumatisierten Klient\*innen.
- Schwere Belastungen und Traumata insbesondere von Kindern, die starke Reaktionen bei Behandler\*innen hervorrufen können.

Hilfreiche strukturelle Bedingungen der Psychohygiene sind auf jeden Fall

- Dass die Arbeit mit belasteten und schwer verletzten Klient\*innen mit anderen vernetzt getan wird. Beratungsstellen haben hier gute Grundvoraussetzungen für regelmäßige und ausreichenden Kontakt in einem unterstützendem Netzwerk sozialer Beziehungen (emotionale Unterstützung, Ermutigung, konkrete Hilfeleistungen, das Berufsrisiko sehen und Opferbeschuldigung vermeiden durch Leitungen und Teams).
- In der Beratung auf ein ausgewogenes Verhältnis von positiven und negativen Aspekten des Helfens hinzuarbeiten, d.h. das Verhältnis zwischen persönlichen Ressourcen und Belastungen zu verstehen (wo bin ich hilfreich, mit meinen Fähigkeiten, wieviele Fälle mit starker Belastung, extrem belastende Expositionen im Lauf des Lebens, sekundäre Exposition und Lebensqualität)
- Möglichst eine Ausgewogenheit in den Fällen (unterschiedlichen Altersgruppen, Geschlecht, Settings, Dauer).
- Beratungen, Pausen, Supervision, Besprechungen abwechseln (ausreichend freie Zeit, bei Krankheit beurlauben lassen, Mittagspausen, Telefon, Spaziergang, Yoga etc.)
- Ein ausgewogenes Verhältnis von Beratungen, Ausbildung, Supervision gegeben ist.





Wir sollten zudem Möglichkeiten der individuellen Selbstfürsorge und Selbstachtsamkeit nutzen.

Oft sind es unsere Bedeutungsgebungen, die Dinge schwierig erscheinen lassen. Es ist hilfreich, unser Menschenbild, Konzepte und Haltungen zu überprüfen, auf deren Grundlage wir arbeiten und um die eigenen Werte zu wissen, Stärken und Kompetenzen anzuwenden, Grenzen zu erkennen und einzuhalten.

Wer von einem würdeorientierten Menschenbild und Konzepten der Selbstorganisation von Menschen ausgeht, weiß um die Möglichkeit und Notwendigkeit, dass Klient\*innen das meiste ihrer Entwicklung (auch wenn diese oft sehr schwierig und herausfordernd ist) selbst tun müssen und dass sie selbst entscheiden müssen, was sie wollen und was nicht (siehe auch Patientenrechtegesetz 2013). Die Psychotherapieoutcomeforschung kommt zum Ergebnis, dass alle Therapieformen hilfreich sind. Klient\*innen müssen selbst aktiv sein. Nach L.Reddemann (2020) helfe es Klient\*innen vermutlich am meisten, wenn wir ankoppeln an das, was Klienten bereits an Ressourcen haben, wenn wir Ideen dazugeben und die Begleitung für Ermutigung, Mitgefühl und Trost der Klient\*innen nutzen. Hierfür ist die Beziehung zwischen Therapeut und Klient wesentlich.

Im Wissen, dass alle Theorien Konzepte sind, sollten wir die Konzepte wählen, die uns und unseren Klient\*innen hilfreich ist.

Auch das Eingestehen von Nicht-Wissen und die Analyse von Fehlern in Beratungen entlastet. Ich muss und kann nicht alles wissen und es gibt

manchmal persönliche Belastungssituationen, wo es fürsorglich ist, mit bestimmten Klient\*innen nicht zu arbeiten.

Bewusste persönliche Werte können die eigene Arbeitsweise und den Umgang mit sich selbst wesentlich mit steuern, weshalb es von Bedeutung ist, sich der eigenen Werte bewusst zu werden und anhand dieser Prioritäten zu setzen. Covey, (2018), schlägt vor, über einen längeren Zeitraum Lebensaussagen zu sammeln, um zu erkennen, was für einen das Wesentliche im Leben ist und diesem statt dem Wichtigen und Dringendem im Leben Vorrang zu geben.

Wenn wir fragen, wo die eigene Kraft/Energie hingehet, was Kraft/Energie in Übereinstimmung mit den eigenen Werten gibt oder diese vermindert, können wir auch Hindernisse der Selbstfürsorge aus dem Innen – oder dem Außen finden. Während wir äußere Einschränkungen nur radikal akzeptieren können, sind Probleme lösbar. Bedingt durch unseren „Vergangenheitsrucksack“ stehen wir uns in der Umsetzung allerdings oft selbst im Weg. Haupthindernisse aus dem Inneren haben häufig mit inneren verletzten, ängstlichen Anteilen zu tun, die im Jetzt mitfühlend versorgt und getröstet werden können. Andererseits kann Selbstfürsorge auch durch früher entstandene Überzeugungen blockiert werden, die geprüft und bearbeitet werden können.

Auch bewusste Distanzierung vom emotionalen Erleben der Klient\*innen wurde in Studien als hilfreich

bewertet, d.h. dissoziative Verarbeitungsmechanismen steuern zu lernen (Jaeggi, 2019). Distanzierung zur Affektregulation gelingt z.B. durch Einüben einer Beobachterperspektive.

Achtsamkeitsarbeit oder Körperarbeit schafft Präsenz, verhindert Ansteckung (Gefangene des Nervensystems eines anderen Menschen zu werden) und ermöglichen eine gute Selbstregulation unseres Organismus. Empathie ist unser wichtigstes Instrument, wir können jedoch auch an unbewusster Empathie und Ansteckung leiden.

Unsere Arbeit bringt persönliche Grenzen ins Bewusstsein und es ist wichtig, im eigenen Interesse fortlaufend einen liebevollen mitfühlenden und achtsamen Umgang mit sich selbst zu üben.

*Dipl.-Psych. Ulrike Reddemann*  
[www.ulrike-reddemann.de](http://www.ulrike-reddemann.de)

#### Literatur:

- Corman-Bergau, G., Jaeggi, E. (2019) Interview - Und wer therapiert die Therapeutinnen heute? Selbstfürsorge in einem heilenden Beruf, Psychotherapeutenjournal 18.Jg, 4/2019, S.388-392
- Covey, S.R., (2018) Die 12 Gründe des Gelingens, Gabal
- Maio, G. (2018) Werte für die Medizin, Warum die Heilberufe ihre eigene Identität verteidigen müssen, Kösel
- Gahleitner, S.B. (3/2020, 14.Jg.) Trauma und Gewalt, Ein Interview mit Luise Reddemann, Klett-Cotta
- Rehan-Sommer, S., Kämmerer, A. (2019) Prophylaxe von Belastungsreaktionen bei Psychotherapeutinnen: Risikofaktoren erkennen und Resilienz stärken, Psychotherapeutenjournal 18.Jg, 4/2019, S.365 - 372



## Psychohygiene und innere Anteile

„

*Es geleitet mich  
deine Compassion (Gnade und Huld)  
durch alle Tage des Lebens.*

**Johan Baptist Metz (Psalm 23,6)**



## Selbstfürsorge bei Beraterinnen und Therapeutinnen

Alle, die in den therapeutischen Berufen tätig sind, die täglich mit einer Fülle von Problemen konfrontiert werden, wissen, wie wichtig die Sorge und Pflege unserer eigenen Psyche ist. Wie wichtig es ist, diese „schwierige Seite der Welt“ nicht in uns einzulagern, sondern uns selbst mit Achtsamkeit und Mitgefühl zu begegnen. Nicht nur, um in diesem Beruf leistungsfähig zu bleiben, sondern auch um weiterhin Freude zu haben und um das Leben lust- und energievoll genießen zu können.

Das Wort Hygiene erinnert an die tägliche Körperpflege im Badezimmer, an regelmäßige Reinigung, an Routine, die wir nicht hinterfragen, sondern jeden Morgen und Abend – aus Gewohnheit – automatisch tun. Als der Psychiater Karl Robert Sommer 1901 den Begriff der Psychohygiene prägte, hatte er sicherlich die Vorstellung, dass wir auf die gleiche Weise wie wir täglich unseren Körper pflegen uns auch um unsere Psyche, um unsere Seele und unseren Geist kümmern, sie täglich von dem reinigen, was sich dort durch unsere Arbeit an Belastendem angesammelt hat.

Es geht also darum, regelmäßige Zeiten und eben auch Vorgänge einzuplanen und besonders sie auch umzusetzen, in denen wir uns der Selbstfürsorge widmen. Zeiten, in denen wir überhaupt wahrnehmen, welche Gefühle, Gedanken und Körperempfindungen wir haben, welche Bedürfnisse in uns sind, um Kraft und Energie zu tanken.

Wir alle kennen eine ganze Reihe von Möglichkeiten, sich fürsorglich und intensiv um unser Selbst zu

kümmern. Zumindest erarbeiten wir diese Ideen in der täglichen Beratungspraxis mit unseren Klient\*innen und unterstützen sie darin, diese immer mehr in ihr Leben zu integrieren.

## Was können wir selbst für unsere Psyche tun?

In ihrem Manual PITT (Psychodynamisch Imaginative Traumatherapie) empfiehlt Luise Reddemann viele Elemente aus ihrer Traumatherapie auch uns Therapeutinnen zur Selbstfürsorge und Regeneration. Sie benennt dort eine ganze Liste, die ich hier in Stichworten wiedergeben möchte (Reddemann 2011):

- › Visionen für das persönliche und berufliche Leben entwickeln
- › Die „innere Weisheit“ als Supervisorin benutzen
- › Achtsamkeit üben
- › Mitfühlen statt Mitleiden
- › Mit dem Ego-State Konzept und dem „Inneren Team“ arbeiten
- › Die Idee des „Alles ist da“
- › Eine Freudetagebuch führen
- › Sich dem eigenen Körper freundlich zuwenden
- › Sich ausreichend bewegen
- › Sich regelmäßig in der Natur aufhalten
- › Viel Musik hören, wenn man Musik gern mag
- › Sich mit schönen Dingen umgeben
- › Dinge akzeptieren, die nicht zu ändern sind – aber Dinge im Blick haben und anpacken, die änderbar sind
- › Sich mit inspirierenden Menschen umgeben

Vieles davon ist uns vertraut und die Liste ließe sich ja noch ergänzen. Hinzufügen möchte ich:

Meditation und Spiritualität.

Die spannende Frage ist, warum tun wir das nicht oder nicht so

regelmäßig, wie uns das gut tut, warum sorgen wir nicht genauso routinemäßig für den Ausgleich unserer Seele und unserer Psyche – wie das regelmäßige Zähneputzen?

In einem Artikel über Psychohygiene bringt Luise Reddemann genau darüber ihre Verwunderung zum Ausdruck, warum so viele Menschen an ihren Fortbildungen zur Traumatherapie interessiert sind, die Nachfrage nach Kursen zur Psychohygiene aber weniger als 1% der Kursteilnehmer\*innen ausmacht (Reddemann 2003)

Mit einem Blick in das Konzept der Ego-States oder der Arbeit mit inneren Anteilen heißt die Frage dann: „Welche Teile hindern uns daran, hilfreiche Maßnahmen der Psychohygiene – wie sie oben aufgelistet sind – für uns genauso in unsere Arbeitspraxis und unseren Alltag einzubeziehen wie wir das in der Beratung und Therapie mit unseren Klienten entwickeln und erarbeiten? Welche Teile sind sozusagen Saboteure unserer eigenen Psychohygiene?“

## Innere Persönlichkeitsanteile

Dazu ein kleiner Ausflug in das Konzept der Teilarbeit. Ich beziehe mich dabei hauptsächlich auf das Inner Family System (IFS) von Richard Schwartz, das ich bei seinem Schüler und Kollegen Tom Holmes gelernt habe.

Als Teile werden unsere Gemütszustände oder Gewohnheitsmuster bezeichnet, mit denen wir in unserem Leben auf äußere oder innere Bedingungen reagieren. Dabei merken wir, dass in bestimmten Situationen die gleichen Bewusstseinszustände



immer wieder auftauchen. Aus dem unendlichen Pool von Verhaltensmöglichkeiten haben sich bei jedem Menschen durch Erziehung und Verstärkung, durch die Wechselwirkungen mit (lebens-)wichtigen Personen in unserem Umfeld einige Persönlichkeitsteile herausgebildet, die unsere Favoriten sind. Holmes spricht von den Persönlichkeitsanteilen in uns, die die Hauptrollen spielen. So kennen wir alle Anteile, die uns bei der sozialen Anpassung und der Bewältigung unserer Anforderungen unterstützen, wie z. B. die innere Kritikerin, die Managerin, die RichterIn, die Antreiberin ... Sie haben die Forderungen und Erwartungen der Außenwelt verinnerlicht und geben sie an das innere System weiter, ohne dass sie dafür von außen aktiviert werden müssen. Diese inneren Anteile übernehmen die Aufgabe, verletzte Anteile in uns zu schützen und davor zu bewahren, von anderen kritisiert und zurückgewiesen werden zu werden. (Holmes, 2014)

Einige Grundannahmen über die inneren Teile:

- Im Konzept der Teilarbeit werden unsere inneren Anteile ähnlich wie die Mitglieder einer Familie angesehen, die kooperieren, interagieren und auch miteinander streiten.
- Teile sind in einer früheren Zeit unseres Lebens entstanden und ihre Art zu reagieren, ist als Lösungsidee aus dem vergangenen Kontext zu verstehen. Ein Kind denkt: „Ich muss so sein, wie sie mich wollen, dann bekomme ich Anerkennung, Liebe ...!“
- Grundsätzlich wollen Teile den Menschen Gutes. Zu einem späteren Zeitpunkt im Leben der Person ist das erlernte Auftreten dieser Persönlichkeitsanteils manchmal nicht mehr hilfreich, sondern eher problematisch. „Gute Teile – schlechte Rollen“. (Schwartz, 2008)
- Wir würden manche Teile gern loswerden, besonders die, mit denen wir uns schwer tun. Das ist nicht möglich, denn diese Teile gehören untrennbar zu unserer Persönlichkeit dazu. Teile, die diesen Versuch bemerken, treten noch stärker und massiver auf.
- Manche Teile befürchten, dass etwas Schlimmes passiert, wenn sie nicht mehr da sind, dass die Person überhaupt durch ihr Agieren erst das erreicht hat, wo sie heute steht. Und sie glauben, dass bei ihrer Abwesenheit alles zusammenbrechen würde.
- Es besteht die Möglichkeit, mit den Teilen in Kontakt zu treten, sie wahrzunehmen und auch wertzuschätzen für das, was sie geleistet

haben. Ziel in der Teilarbeit ist es, für und mit diesen Teilen eine neue „Arbeitsfeldumschreibung“ zu entwickeln, mit denen es sowohl der Person als auch den Anteilen gut geht.

### **Saboteure der Psychohygiene aufdecken**

Bei der Arbeit mit Klient\*innen nehme ich wahr, wie schwer es vielen fällt, sich fürsorglich und liebevoll um sich selbst zu kümmern. Dieses in einem großen Ausmaß für andere zu tun, ist völlig selbstverständlich. Warum ist das so?

Wenn Klient\*innen Ideen entwickeln, wie sie sich selbst Gutes tun können, erlebe ich große Widerstände:

„Da bin ich doch egoistisch, ich kann doch nicht zuerst an mich selber denken, da fühle ich mich schlecht, wenn ich mich an die erste Stelle setze, dann bin ich keine gute Tochter, mir fällt nichts ein, was ich für mich tun kann ...“

Innerer Anteile aus einer früheren Zeit leisten da ganze Arbeit. Diese Persönlichkeitsanteile zu entdecken, mit ihnen in Kontakt zu kommen und nach neuen hilfreichen Aufgaben für sie zu suchen, die zum Entwicklungsstand der heutigen Person passen, ist ein spannender und lohnender Weg.



Und wir, die wir in der Therapie und Beratung tätig sind? Unsere Anteile unterscheiden sich da wohl nicht wesentlich von denen unserer Klient\*innen. Auch wir haben viele Vorstellungen und Sätze im Laufe unseres Lebens verinnerlicht:

„Erst die Arbeit, dann das Vergnügen!“  
- „Du musst dich einfach noch mehr anstrengen!“ – „Ohne Fleiß kein Preis!“  
sind nur einige gängige Sprüche, die wir sicherlich oft gehört haben.

Ich kann mich nicht erinnern, dass Entspannung, Ruhe, Ausgleich, Erholung, Genießen in gleichem Maße beigebracht und gefördert wurden wie Lerninhalte, gute Leistungen und Anstrengungen.

Wie wäre es, wenn wir immer wieder gehört hätten, schon im Elternhaus, in der Schule, im Studium, in den Fortbildungen, wie wichtig es ist, sich zu erholen und das Leben auf ganz eigene Weise zu genießen, dass Pausen voll Freude und Lebensgenuss, dass Aktivitäten, die in uns pure Lebensfreude auslösen, genauso wichtig sind wie Leistung, Arbeit und Anstrengung? Dann könnte es sein, dass wir das genauso selbstverständlich tun würden, wie wir jeden Tag unser Zähne putzen.

Mein geschätzter Philosophieprofessor Philipp Kaiser hat es so ausgedrückt: „Sie müssen in ihren Kalendern nicht nur Zeiten für ihr Tun, sondern auch Zeiten für ihr Sein eintragen“.

Es geht also darum, unsere inneren Anteile, die gern Verantwortung übernehmen und die uns eher antreiben, noch mehr Termine anzunehmen, sich noch kompetenter um unsere Klient\*innen zu kümmern in den Blick zu nehmen. Diese Helferinnenteile entwickeln sich bei Menschen in den sozialen Berufen oft zu überaktiven

überlasteten Helfern. Aufgabe ist es, zu ihnen eine neue und ausgeglichene Beziehung herzustellen. (Holmes 2014)

### **Neue Jobs für alte Teile**

Wenn ich in meinen Arbeitsalltag und in unsere Beratungsstelle schaue, gibt es natürlich schon einiges, was wir für unsere Psychohygiene tun: Wir haben regelmäßig Supervision, einmal in der Woche bereitet eine Kollegin eine Mittagsmeditation vor, es gibt den informellen Austausch zwischen Kollegen und Kolleginnen, Teamessen und Betriebsausflüge ....

Für die tagtägliche routinemäßige Selbstfürsorge ist dann doch auch jede und jeder selbst verantwortlich: Das kann z.B. heißen: Für ausreichende Pausen sorgen, zwischen den Beratungen an die frische Luft gehen, auf dem Wochenmarkt gesundes Essen für einen Imbiss kaufen und sich an der Fülle und den Farben von Obst, Gemüse und Blumen erfreuen, Rituale entwickeln, um mit schwierigen Beratungen umzugehen ...

Dafür braucht es den Einsatz unserer fürsorglichen Anteile. Oder unsere Antreiberinnen und innere Managerinnen müssten diese Inhalte mit in ihr Arbeitsfeld aufnehmen. Bei einem Kontakt und Austausch mit diesen kritischen und antreibenden Anteilen empfinden diese ihre bisherige Tätigkeit als durchaus anstrengend und kraftraubend. Es lohnen sich der Versuch und die Vereinbarung, dass sie sich in Zukunft genau so intensiv für Erholung, Regeneration und Genuss stark machen.

In der Achtsamkeitsarbeit geht man davon aus, dass neue Verhaltensweisen 8 Wochen eingeübt werden

müssen, bis sie in eine Gewohnheit übergehen, bis sie als Routine in den Alltag integriert werden. Das heißt, wir Therapeutinnen und Beraterinnen müssten mit Ausdauer und Konsequenz an neue Ideen der Psychohygiene herangehen, bis wir sie verinnerlicht haben.

Das gelingt natürlich umso leichter, wenn wir das zu einem wichtigen Anliegen in den Beratungsstellen und im gesamten Konzept der Beratungsarbeit machen. Ich habe große Lust darauf, dieses Projekt mit Kolleginnen und Kollegen kreativ und ideenreich weiterhin in Angriff zu nehmen ...

*Annedore Barbier-Piepenbrock,  
Dipl.-Theologin, Dipl.-Psychologin,  
Systemische Therapeutin, Coach  
Ruf und Rat Stuttgart, Psychologisches  
Beratungszentrum und  
Telefonseelsorge*

### Literatur

Holmes, Tom, Reisen in die Innenwelt. Systemisches Arbeiten mit Persönlichkeitsanteilen, Kösel, München 2014

Peichl, Jochen, Rote Karte für den Inneren Kritiker. Wie aus dem ewigen Miesmacher ein Verbündeter wird, Kösel-Verlag, München 2014

Reddemann, Luise, Psychodynamisch Imaginative Traumatherapie. PITT – Das Manual, Klett-Cotta, Stuttgart 2011

Reddemann, Luise, Einige Überlegungen zur Psychohygiene und Burnout-Prophylaxe von Traumatherapeutinnen. Erfahrungen und Hypothesen, in: ZPPM 1. Jg (2003) Heft 1

Schwartz, Richard C., IFS Das System der Inneren Familie. Ein Weg zu mehr Selbstführung, Books on Demand, Norderstedt 2011

## Art & Soul:

# Kreative Selbstfürsorge durch künstlerischen Ausdruck

### Der Holzfäller

„Ein Spaziergänger trifft in einem Wald auf einen Holzfäller, der mühsam versucht, mit seiner stumpfen Säge einen Baum zu fällen. Er tritt an ihn heran und fragt: „Aber guter Mann, Ihre Säge ist ja ganz stumpf. Warum schärfen Sie sie denn nicht?“ Darauf antwortet der Arbeiter: „Dafür habe ich keine Zeit, ich muss doch sägen...!“ (Verfasser unbekannt)

Das Schärfen der Säge in dieser Weisheitsgeschichte können wir als ein Symbol für das Selbstmitgefühl deuten. Wenn wir uns selbst zu wenig beachten, unsere Bedürfnisse dauerhaft vernachlässigen, leidet das ganze System. Die Arbeit wird mühsam, macht weniger Freude, wird weniger effektiv. Nehmen wir uns dagegen selbst wieder mehr wahr, achten uns und unsere Grenzen, integrieren Pausen und positive Aktivitäten, wird die Säge wieder scharf und die Arbeit (das Leben) geht wieder leichter von der Hand.

Selbstmitgefühl ist eine wichtige Ressource für uns alle. Es hilft uns als Berater und Therapeuten, um in diesem herausfordernden Beruf nicht auszubrennen. Es unterstützt aber genauso unsere Klienten, Krisen und Schwierigkeiten besser zu bewältigen.

Das ursprünglich aus dem Buddhismus stammende Konzept des

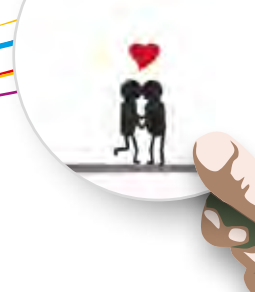
Selbstmitgefühls ist nach meinen Erfahrungen eine wichtige Erweiterung der Arbeit an Stärken und Kraftquellen. Vielen Klienten sind die eigenen Stärken aufgrund einer akuten Krise nur schwer zugänglich. Oder die Stärken sind ihnen suspekt geworden, weil sie u.U. zu überwertig gelebt und damit in ein Ungleichgewicht geführt haben. Nehmen wir das Beispiel einer an einer Erschöpfungsdepression (Burnout) leidenden Frau. Nennen wir sie „Eva“. Eva hat im Beruf alles gegeben. Arbeit und Pflichterfüllung rangierten auf Platz 1 ihres Lebens. Partnerschaft und Freundschaften sowie Hobbies wurden diesem Wert untergeordnet – schließlich ganz fallen gelassen. Spricht man Eva auf ihre Stärken an, nennt sie Empathie und Hilfsbereitschaft. Genau diese Stärken wurden ihr aber im Blick auf sich selbst zum Verhängnis: Weil das Maß nicht mehr stimmte und sie ihre eigenen Bedürfnisse völlig vernachlässigt hatte. In einem solchen Fall ist das Selbstmitgefühl-Konzept sehr hilfreich. Es wird von Menschen mit Depressionen, Burnout-Erfahrungen und traumatischen Belastungen gerne angenommen. Die Patienten und Patientinnen erlernen schrittweise, sich selbst freundschaftlich und wohlwollend zu begleiten. Sie werden Stück für Stück selbstständiger und übernehmen allmählich wieder die Verantwortung für ihre Bedürfnisse. Forschungen bestätigen, dass die

Ausbildung von Selbstmitgefühl nachweisbar Angst und Depression verringert und das Immunsystem stärkt.

Selbstfürsorge ist darüber hinaus ein wichtiger Faktor in der Ausbildung von Resilienz (seelischer Widerstandskraft).

### Was bedeutet Selbstmitgefühl eigentlich?

- › Selbstmitgefühl wird manchmal mit Ich-Bezogenheit oder Egoismus gleichgesetzt, doch hat es damit nichts zu tun, sondern bedeutet vielmehr: Ich schätze mich selbst Wert, ich bringe mir Verständnis, Mitgefühl und Trost entgegen, gerade, wenn etwas nicht rund läuft, ich einen Konflikt, einen Schmerz, eine Krise oder ein Missgeschick zu bewältigen habe. Ich verzichte dann auf Anklage und Selbstvorwürfe und spreche stattdessen wohlwollend mit mir - wie ein guter Freund, eine gute Freundin. Selbstmitgefühl kann auch heißen, dass ich an der warmen verinnerlichten „idealen“ Mutter- und Vaterseite in mir arbeite. Ich erkenne Selbstverurteilung und lerne, sie zu stoppen.
- › Der zweite Aspekt von Selbstmitgefühl betrifft die Erfahrung von Verbundenheit. Auch wenn es sich in der Krise oft so anfühlt: Wir sind nicht



völlig allein – andere Menschen haben Ähnliches erlitten und überstanden. Wie sehr die Erfahrung von Verbundenheit durch schwere Zeiten trägt, zeigen beispielsweise die vielen erfolgreichen Selbsthilfegruppen, die genau darauf aufbauen.

› Der dritte Aspekt (wie ihn die Selbstmitgeföhls-Lehrtherapeutin Kristin Neff erfasst) beinhaltet die Achtsamkeit gegenüber den eigenen Geföhlen. Sie werden nicht geleugnet, nicht verdrängt, sondern aufmerksam angeschaut. Ihre Botschaften werden entziffert, und das heißt in der Praxis: Der Zorn wird mit Schutz und Respekt bedacht, die Trauer mit Trost, Würdigung, Halt und Zuversicht.

Achtsamkeit, Verbundenheit und Wohlwollen sind drei wichtige Schlüssel, um ins Reich des Selbstmitgeföhls zu gelangen. Man kann in Beratung und Therapie an allen drei Ebenen ansetzen. In meiner Praxis hat sich bewährt, mit dem Wohlwollen zu beginnen, weil schon kleine Verbesserungen in diesem Bereich die Lebenszufriedenheit deutlich steigern. In den Gesprächen mit Klienten zeigt sich, dass sie in ihrem Alltag vielfach unbemerkt in inneren Dialogen gefangen sind, bei denen Innere Kritiker (nach Andreas Knuf: „Ankläger, Antreiber und Rechtmacher“) die Führung übernommen haben. So

kommt zum äußeren Leid noch eine innere (selbstgemachte) Verstärkung mit Sätzen wie:

- „Warum hast Du nicht?“ „Wie konntest Du nur?“ „Warum hast Du nicht besser aufgepasst, Dir nicht mehr Mühe gegeben, eher angefangen?“ „Du bist aber auch ungeschickt!“ (= Ankläger)
- „Mach mehr!“ „Mach schneller!“ „Mach besser!“ „Streng dich mehr an! Du Faulpelz!“ „Was, so wenig hast Du erst geschafft?“ (= Antreiber)
- „Was denken die anderen?“ „Was sagen die Nachbarn?“ „Was wollen die anderen?“ „Mögen die mich noch, wenn ich...?“ (= Rechtmacher)

Diese inneren „Miesmacher“ haben im Kern zwar gute Absichten, doch sie formulieren sie in so abwertender Form, dass sie lähmen und blockieren. Das Maß dieser Beschimpfung ist aus dem Gleichgewicht geraten. Es richtet mehr Schaden an als Nutzen. Hier ist es wichtig, die Stimme des Inneren Verbündeten zu stärken. Er ist der Archetyp eines wohlwollenden inneren Begleiters, unterstützt uns, ermutigt und spricht freundlich mit uns. Er nimmt uns mit unseren Schwächen und Stärken an. Er weiß, dass Fehler, Missgeschicke und Schwierigkeiten zum

Leben dazu gehören. Und er möchte, dass wir unsere tiefsten Bedürfnisse und Träume ernst nehmen und nicht nur für andere, sondern auch für uns selbst gut sorgen. Seine Botschaften lauten: „Du schaffst das! Das wird schon! Du darfst Dich ausprobieren! Du darfst Dich ausruhen! Du darfst auch „Fehler“/Erfahrungen machen! Niemand ist perfekt! Ich mag Dich so wie Du bist!“

### Vom Wert der Kunsttherapie fürs Selbstmitgeföhls

Diese vierte Kraft, der Innere Verbündete, lässt sich mit Hilfe von Fantasiereisen, sog. Imaginationen erschließen. Taucht der Innere Verbündete bildhaft auf, als Mann oder Frau, als Engelwesen oder Tier, kann sie oder er, aber auch markante Teilformen und Farben als „pars pro toto“ kunsttherapeutisch ausgedrückt werden. Solche Bilder verankern sich im Unterbewusstsein und bilden dann ein Gegengewicht zu den inneren Bildern von Scheitern, Schuld und Scham. Das Malen mit Kreiden, Pinsel und Farben ist ein lebendiges, multisensorisches, ganzheitliches Erlebnis. Es ist eine Erfahrung des Auswählens, Ausprobierens und Bei-sich-Seins. Die Patienten nehmen sich Gestaltungsmaterial für sich - und zugleich Raum und Zeit für ihre Bedürfnisse und Geföhle. Das alles unterstützt die Ausbildung eines gesunden Selbstmitgeföhls.

Selbstmitgefühl und kreativer Ausdruck sind „Schwestern oder Brüder im Geiste“, ein „Dream-Team“. Denn unterschiedliche Methoden der Kunsttherapie ermöglichen ein Zu-mir-Selbst kommen, ein Innehalten. Zugleich werden Haltungen von Selbstmitgefühl und Selbstfürsorge symbolisch und anschaulich umgesetzt. Dafür braucht es nicht viel: Für den Anfang reicht ein einfacher Zeichenblock und ein Kasten mit 12 leuchtenden Wachsmalkreiden. Auch wenn Sie keine kunsttherapeutische Ausbildung haben, können Sie kleine kreative Übungen als „Seelen-Nahrung“ in Ihre Beratungsarbeit integrieren, z.B. diese:

- › Malen des Inneren Verbündeten (z.B. nach geführter Imagination)
- › Malen der Landschaft, in der der Innere Verbündete zuhause ist
- › Stellen Sie sich vor, Innerer Kritiker und Innerer Verbündeter sind Handpuppen auf Ihren Schultern: Malen Sie diese! Und bringen Sie die Puppen bei Schwierigkeiten miteinander ins Gespräch.
- › Wohlwollende Mut-Mach-Sätze mit Farben ausgestalten, z.B. „Es darf dir gut gehen! Ich bin bei dir! Du schaffst das! Das wird schon!“
- › Ein Symbol des Selbstmitgefühls malen (ein Herz, einen Regenbogen, eine Pflanze, einen Baum, eine Blume; ebenso nach geführter Imagination)
- › Malen eines Gefühlssterns (Übung nach Udo Baer): ein Kreis wird wie eine Torte in 8 gleichgroße Stücke eingeteilt. Die Klientin findet 4 für sie in ihrer Lebenssituation passende Gefühlspaare, z.B. Angst-Mut, Wut-Gelassenheit, Trauer-Hoffnung, Liebe-Hass. Die Gefühlspaare werden im Kreis

einander gegenüber gesetzt und nacheinander angemalt. Für jedes Gefühl wird eine besondere Farbe gemischt. Am Ende entsteht ein Kristall des Gefühlsreichtums des Klienten. Er/Sie kann nun die einzelnen Gefühle befragen, zum Sprechen bringen, Dialoge anregen, hilfreiche Nachbar Gefühle entdecken. Diese Übung erleichtert die achtsame Wahrnehmung von Gefühlen, zeigt darüber hinaus jedoch auch, dass wir immer mehr sind als unsere Gefühle, und viel mehr Gefühle kennen, als es uns im Angesicht einer Krise erscheint.

- › Gute Erfahrungen verinnerlichen: Erinnern Sie sich an einen Menschen, von dem Sie sich ganz und gar angenommen fühlen. Was würde ein solcher Mensch bei einem Missgeschick oder einer Enttäuschung zu Ihnen sagen? Wie fühlt sich das an? Welche Farbe hat dieses Gefühl? Malen Sie es! Notieren Sie sich Ermutigungssätze und sagen Sie sich künftig selbst!

Schöpferisches Tun vermittelt ein Gefühl von Stolz, Selbstwirksamkeitserleben, gesunder Dereflexion und Inspiration. Es ermöglicht den Ausdruck von Gefühlen und das geschützte Sprechen darüber mit Abstand (Die Gefühle sind aufs Papier „gebannt“). Viele Klienten sind beim Malen erstmals ganz bei sich, nehmen sich selbst wieder wahr. Sie können Probleme und Schwierigkeiten gestalten, aber auch ausblenden, z.B. einen Zustand völliger Hingabe (Flow) erleben. Und so Hyperreflexion, Grübelzwang, Problemfixierung überwinden, wenigstens eine Zeitlang unterbrechen. Sie finden durch den Ausdruck von belastendem Material

Entlastung, erschließen zugleich aber auch neue Mini-Freiräume, neue Blickwinkel und Ressourcen. Kreativer Ausdruck innerhalb der Kunsttherapie ist zweckfrei und prozessorientiert. Er verfolgt – anders als der Kunstunterricht in der Schulzeit – kein messbares Ziel oder eine Leistung. Künstlerisches Talent oder entsprechende Vorerfahrungen sind unnötig. Wenn wir unseren Klienten mit Hilfe von Farben und Papier ein Ausdrucksmittel an die Hand geben, bauen wir ihnen eine Brücke zu eigenen Gefühlen und Kraftquellen. Werden eigene Bedürfnisse wieder achtsam erspürt und gestaltet, wachsen Selbstachtung und Selbstmitgefühl.

*Rena Cornelia Lange  
Heilpraktikerin Psychotherapie,  
Kunst- und Logotherapeutin (DGLG)  
in eig. Praxis  
Beratung, Sinnzentrierte (Kunst-)  
Therapie, Supervision und Seminare  
Anschrift: Atelier FarbTon,  
Oderstraße 102, 73529 Schwäbisch  
Gmünd – Bettringen,  
[www.farbe-und-fantasie.de](http://www.farbe-und-fantasie.de)*

#### Literatur:

- Baer, Udo, Gefühlssterne, Angstfresser, Verwandlungsbilder, Semnos, Neukirchen-Vluyn: 2010
- Brähler, Christine, Selbstmitgefühl entwickeln, Liebevoller werden mit sich selbst, Scorpio, München: 2016 (3. Auflage)
- Knuf, Andreas, Sei nicht so hart zu Dir selbst, Selbstmitgefühl in guten und in miesen Zeiten, Kösel, München: 2016
- Penman, Danny (Daniel) und Korsmeier, Antje, Ich atme ein, ich atme aus: Das Geheimnis der Achtsamkeit, Kösel, München: 2017
- Reddemann, Luise, Imagination als heilsame Kraft, Klett-Cotta, Stuttgart: 2006
- Samarah, Petra, „Fantasie- und Körperreisen“, Affenkönig Verlag, Neukirchen-Vluyn: 2004



## Eine alte Geschichte am Beginn eines Gespräches von Theologie und Psychologie

### Vom verlorenen Sohn

Und er sprach: Ein Mensch hatte zwei Söhne. Und der jüngere von ihnen sprach zu dem Vater: Gib mir, Vater, das Erbteil, das mir zusteht. Und er teilte Hab und Gut unter sie. Und nicht lange danach sammelte der jüngere Sohn alles zusammen und zog in ein fernes Land; und dort brachte er sein Erbteil durch mit Prassen. Als er aber alles verbraucht hatte, kam eine große Hungersnot über jenes Land und er fing an zu darben und ging hin und hängte sich an einen Bürger jenes Landes; der schickte ihn auf seinen Acker, die Säue zu hüten. Und er

begehrte, seinen Bauch zu füllen mit den Schoten, die die Säue fraßen; und niemand gab sie ihm. Da ging er in sich und sprach: Wie viele Tagelöhner hat mein Vater, die Brot in Fülle haben, und ich verderbe hier im Hunger! Ich will mich aufmachen und zu meinem Vater gehen und zu ihm sagen: Vater, ich habe gesündigt gegen den Himmel und vor dir. Ich bin hinfort nicht mehr wert, dass ich dein Sohn heiße; mache mich einem deiner Tagelöhner gleich! Und er machte sich auf und kam zu seinem Vater. Als er aber noch weit entfernt war, sah ihn sein Vater

und es jammerte ihn, und er lief und fiel ihm um den Hals und küsste ihn. Der Sohn aber sprach zu ihm: Vater, ich habe gesündigt gegen den Himmel und vor dir; ich bin hinfort nicht mehr wert, dass ich dein Sohn heiße. Aber der Vater sprach zu seinen Knechten: Bringt schnell das beste Gewand her und zieht es ihm an und gebt ihm einen Ring an seine Hand und Schuhe an seine Füße und bringt das gemästete Kalb und schlachtet's; lasst uns essen und fröhlich sein! Denn dieser mein Sohn war tot und ist wieder lebendig geworden; er war verloren und ist gefunden worden. Und sie fingen an, fröhlich zu sein. Aber der ältere Sohn war auf dem Feld. Und als er nahe zum Hause kam, hörte er Singen und Tanzen und rief zu sich einen der Knechte und fragte, was das wäre. Der aber sagte ihm: Dein Bruder ist gekommen, und dein Vater hat das gemästete Kalb geschlachtet, weil er ihn gesund wiederhat. Da wurde er zornig und wollte nicht hineingehen. Da ging sein Vater heraus und bat ihn. Er antwortete aber und sprach zu seinem Vater: Siehe, so viele Jahre diene ich dir und habe dein Gebot nie übertreten, und du hast mir nie einen Bock gegeben, dass ich mit meinen Freunden fröhlich wäre. Nun aber, da dieser dein Sohn gekommen ist, der dein Hab und Gut mit Huren verprasst hat, hast du ihm das gemästete Kalb geschlachtet. Er aber sprach zu ihm: Mein Sohn, du bist allezeit bei mir und alles, was mein ist, das ist dein. Du solltest aber fröhlich und guten Mutes sein; denn dieser dein Bruder war tot und ist wieder lebendig geworden, er war verloren und ist wiedergefunden.

Die Bibel nach Martin Luthers Übersetzung, revidiert 2017



## „... und zog in ein fernes Land...“ – Theologische Perspektiven zu Freiheit,

### **Schuld und Versöhnung ausgehend von Lukas 15, 11-32**

Das biblische Gleichnis in Lukas 15, 11-32 ruft, allermeist ohne die Begriffe explizit zu verwenden, Themen auf, deren Plausibilität alles andere als selbstverständlich ist: Schuld, Sünde, Versöhnung, womöglich sogar Reue oder das sprichwörtliche „schlechte Gewissen“ – sie gelten vielfach als Vokabeln, die bestenfalls verstaubt und überholt sind, wenn nicht beengend oder sogar für den Menschen bedrohlich. Die abträgliche Geschichte ihrer machtorientierten Verwendung – sei es konservierend oder in anderer Weise missbrauchend – ist vielfach beschrieben worden. Ein nach wie vor herausragendes Beispiel bietet Tilman Mosers Anklage „Gottesvergiftung“ aus dem Jahr 1980. Solche Problematik ist gegeben und lässt sich nicht einfach wegwischen. Dennoch gibt es auch für die bleibende Bedeutung des durch die genannten Begriffe angedeuteten Phänomenzusammenhangs etliche Gründe, die nach christlicher Auffassung in der Natur des Menschen und des menschlichen Zusammenlebens liegen. Ziel der folgenden Relecture der biblischen Passage ist es, zu einer neuen Besinnung auf und zu einer Diskussion um den Gehalt jener Begriffe anzuregen. Vielleicht zeigt sich in der Folge, dass sie mehr sind als nur verstaubte Ausdrücke aus der Mottenkiste der Theologiegeschichte<sup>1</sup>.

### **„Und er sprach: Ein Mensch hatte zwei Söhne...“**

Um mindestens drei Personen wird es gehen, um einen Mann und seine beiden Söhne. Keiner von ihnen nur

für sich, sondern auch ihr Miteinander wird zum Thema. Darüber hinaus und grundlegend regt die Erzählung zum Nachdenken über eine weitere Verhältnisbestimmung an. Denn Jesus – „und er sprach“ – erzählt hier ein Gleichnis (wobei dieser Ausdruck hier in einem weiten Sinne verwendet wird, ohne der Diskussion zu folgen, ob gattungsgeschichtlich genauer von einer „Beispiel Erzählung“ zu sprechen wäre). In Lukas 15, 11-32 steht der Vater für Gott, die beiden Söhne für Menschen. Insofern ist neben der Beziehung zum Mitmenschen auch die Ursprungsbeziehung thematisiert. Schließlich wird bereits in den ersten Worten deutlich, dass noch eine weitere Dimension immer mitbedacht wird: Die Worte „Gib mir mein Erbteil!“ setzen voraus, dass der Sprecher in einem reflektierenden Verhältnis zu sich selbst steht.

Für das menschliche Leben sind Beziehungen konstitutiv – die moderne Theologie spricht darum von „relationaler Anthropologie“. Dabei unterscheidet sie die Beziehung des Menschen zu seinem Ursprung („Gott“), zu seiner Umwelt (Dinge, Mitgeschöpfe und Mitmenschen) und zu sich selbst. Bereits die erste Erzählung der Bibel, der sogenannte „priesterliche Schöpfungsbericht“ hebt auf dieses Beziehungsgefüge ab (vgl. Gen 1,1-2,4a). Es ist nicht vom Menschen selbst hervorgerufen, sondern ihm vorgegeben.

### **„Und nicht lange danach sammelte der jüngere Sohn alles zusammen und zog in ein fernes Land...“**

Der jüngere Sohn will seinen Weg gehen. Er will sich ausprobieren und herausfinden, was das Leben ihm

zu bieten hat. Er will nichts ver-säumen von dem, was ihm möglich ist. Er macht von seiner Freiheit Gebrauch.

Mit seiner Existenz ist dem Menschen aufgegeben, das Beziehungsgefüge, in dem er sich vorfindet, verantwortlich zu gestalten. Diesen Sachverhalt betont der erste Schöpfungsbericht im sogenannten „Dominium Terrae“:

„Und Gott segnete sie [= die als Mann und Frau geschaffenen Menschen] und sprach zu ihnen: Seid fruchtbar und mehret euch und füllet die Erde und machet sie euch untertan ...“ (Gen 1, 28).

Damit thematisiert bereits die Schöpfungserzählung das Phänomen der menschlichen Freiheit. Mit ihr und aufgrund ihrer erhält der Mensch den Auftrag, die Welt zu gestalten. Dass dieser Freiheitsgebrauch verantwortlich und nicht missbräuchlich ausbeutend geschehen soll, verdeutlicht der Blick in den direkt anschließenden, etwas älteren „zweiten Schöpfungsbericht“ (vgl. Gen 2, 4b-25), der den Mensch als Gärtner im Garten Gottes beschreibt und ihm als solchem aufgibt, diesen Lebensraum zu bebauen und zu bewahren (Gen 2, 15). Zweierlei ist also bis hierhin für das menschliche Leben wesentlich: Ein vorgegebenes Beziehungsgefüge und dessen Gestaltung in Freiheit. Dieser Sachverhalt unterscheidet nach christlicher Auffassung den Menschen von anderen Geschöpfen.

Nach biblischer Auffassung gestaltet der Mensch die ihm im Leben vorgegebenen Beziehungen dann angemessen, wenn er sie in Liebe lebt. So antwortet Jesus auf die Frage nach



dem höchsten und wichtigsten Gebot mit dem sogenannten „Doppelgebot der Liebe“ (vgl. Mk 12, 28-34) und gibt damit Auskunft über menschliches Leben, das seiner Bestimmung entspricht. Etwas genaueres Hinsehen zeigt, wie das sogenannte „Doppelgebot“ eigentlich ein „Dreifachgebot“ ist und so alle drei Relationen menschlichen Lebens umfasst: Die Liebe zu Gott, zum Nächsten und zu sich selbst.

#### **„... und dort brachte er sein Erbteil durch mit Prassen.“**

Der in Freiheit gewählte Weg des jüngeren Sohnes erweist sich als Ab- und Irrweg. An verantwortliches Wirken für andere verschwendet er offenbar ebenso wenig einen Gedanken wie daran, ob der Umgang mit dem Erbe Respekt mit dem Lebenswerk des Vaters ausdrückt. Die Bibel beobachtet sehr genau das Scheitern des Menschen an einem Leben in Liebe und somit an dem bestimmungsgemäßen Gebrauch seiner Freiheit. Paradox formuliert: Indem der Mensch mit der Freiheit genau das Geschenk gebraucht, das ihn als Menschen zu einem besonderen Geschöpf macht, steht er vor der Möglichkeit, seine Bestimmung zu verfehlen. Ein solches Verfehlen eines Zieles ist die Grundbedeutung des griechischen Wortes „hamartánein“, das auf Deutsch mit „sündigen“ wiedergegeben wird. Das Phänomen der menschlichen Freiheit ist also im Kern zutiefst ambivalent, weil es stets vor der Möglichkeit des Scheiterns steht. Die ätiologische Erzählung vom sogenannten „Sündenfall“ in Genesis 3 hält fest, dass dieser Sachverhalt immer wieder die menschliche Existenz einholt. Freiheit gibt es in der

noch nicht erlösten Welt nur in der Ambivalenz, der die Möglichkeit des Scheiterns innewohnt.

Eine verschwenderische Feier allein ist mit dem „Prassen“ nicht gemeint, vielmehr geht es um eine Haltung. Ein solches Verständnis einer Haltung kommt in der englischsprachigen Tradition deutlich zum Ausdruck, die den jüngeren Sohn im Gleichnis den „prodigious son“ – den „verschwenderischen Sohn“ – nennt. Die Bibel hat weitaus weniger einzelne „verfehlte“ Taten im Blick als ein grundsätzlich verkehrtes Verhältnis, das nicht mehr seiner Bestimmung gemäß ist: Das Verhältnis des Menschen zu Gott, dem Ursprung der Freiheit. Der jüngere Sohn meint in seinem Aufbruch, der Vater könne ihm etwas vorenthalten, so dass ihm Möglichkeiten seines eigenen Lebens entgehen. Die Angst, durch Versäumnisse die eigene Bestimmung zu verfehlen, wird zum Kern eines Misstrauens Gott gegenüber, das allerdings genau ein bestimmungsgemäßes Ursprungsverhältnis verhindert. Sehr anschaulich ist in diesem Zusammenhang S. Kierkegaards Beschreibung der Angst als „Schwindel der Freiheit“: Angesichts der Möglichkeiten, die die Freiheit bietet, schwindelt dem Menschen, weil ihm bewusst wird, dass er im Ergreifen einzelner Möglichkeiten stets andere Optionen negiert und so unter Umständen seine Bestimmung verfehlt.

Einem solchen Ursprungsverhältnis wohnt inne, dass auch das Verhältnis zur Umwelt und das Selbstverhältnis nicht bestimmungsgemäß sind. Martin Luther bezeichnete das sündige Selbstverhältnis als „Verkrümmung


in sich selbst“. Sünde heißt also, zuge-spitzt ausgedrückt, dass das gesamte Beziehungsgefüge des geschaffenen Menschen aus den Fugen geraten ist. In der Bildsprache des Gleichnisses zeigt sich das daran, dass der Sohn bereit wäre, das Futter der Schweine zu essen – die bestimmungsgemäßen Bezüge des Menschen sind durcheinander geraten.

#### **„... Da ging er in sich...“**

Offenbar hat der jüngere Sohn ein Gespür für seine Lage. Er merkt, dass etwas nicht stimmt, dass er auf seinem Weg in die Irre gegangen ist. In der Besinnung auf sich selbst, also im Medium der Selbstbeziehung, wird ihm klar, dass seine Beziehungen nicht intakt sind. Er kehrt um und macht sich auf den Weg zurück zu seinem Vater. Das griechische Wort *metánoia* bezeichnet wörtlich die Änderung des Sinnes und kann sowohl mit Umkehr als auch mit Buße übersetzt werden. Das Gewissen des jüngeren Sohnes regt sich, er empfindet Reue. Die Worte, die er im Sinn hat, bringen das auf den Punkt: „Vater, ich habe gesündigt gegen den Himmel und vor dir.“

#### **„Als er aber noch weit entfernt war, sah in sein Vater und es jammerte ihn...“**

Bevor der jüngere Sohn seine Worte der Reue zum Vater sagen kann, hat der ihn schon gesehen, läuft auf ihn zu und umarmt ihn. Das versöhnende Verhalten des Vaters ist bedingungslos und eröffnet die Möglichkeit eines neuen gemeinsamen Weges. Erst danach spricht der Sohn die Worte, die er sich vorgenommen hat. Für den christlichen Glauben ist die Erfahrung wesentlich, dass der



Mensch das verkehrte Verhältnisgefüge nicht von sich aus und aus sich heraus überwinden kann. Vielmehr wird im Neuen Testament das von Gott her kommende Heil als die versöhnende Kraft beschrieben, die die Sünde besiegt. Dieses Wirken Gottes ist an das Leben und Sterben Jesu geknüpft. In dem Menschen Jesus nimmt Gottes ewige Liebe so Gestalt an (vgl. Joh 1,1), dass sie menschlicher Erfahrung zugänglich wird. Dem Menschen, der sich auf diese Zuwendung Gottes einlässt und ihr vertraut – d. h. nichts anderes als: ihr glaubt –, ermöglicht dieses Wirken Gottes ein neues Leben. Im Gleichnis: „Dieser mein Sohn war tot und ist wieder lebendig geworden.“

**„Und sie fingen an,  
fröhlich zu sein.“**

Die Erzählung könnte mit diesem Blick auf die überwundene Entfremdung des jüngeren Sohnes von seinem Vater, mithin des Menschen von

Gott, abschließen. Doch sie endet anders. Das Fröhlichsein hat keine ungebrochene Dauer, sondern ist erst einmal ein zwar realer, aber punktueller Anfang. Getrübt wird das neue Leben durch den Einwurf des älteren Sohnes, der nun seinerseits „in sich verkrümmt“ das bestimmungsgemäße Beziehungsgefüge auf allen Ebenen bedroht. Im Neid auf den Bruder und dessen Versöhnung mit dem Vater liegt dreierlei: Zum einen ist der ältere Sohn unfähig zu einer konstruktiven Beziehung zu seinem Bruder. Zum andern stellt er seinen bisherigen eigenen Weg infrage. Drittens schließlich kommt in diesem Zweifel an der Richtigkeit des Weges mit dem Vater ein Misstrauen diesem gegenüber zum Ausdruck. Ob dessen Versuch, den älteren Sohn in die Freude, ins neue Leben, einzubeziehen schließlich gelingt, bleibt offen. Die Erzählung endet dadurch nicht im Kitsch, sondern in der Realität der noch nicht erlösten Welt.

Die reformatorische Tradition hat dieses Ineinander von zurechtgebrachtem und noch immer gebrochenem Beziehungsleben mit dem Ausdruck „Gerechter und Sünder zugleich“ zu beschreiben versucht. Das menschliche Leben der Christin und des Christen bleibt in der ambivalenten Spannung der Freiheit zwischen bestimmungsgemäßer Praxis der Liebe und in schuldhafter Verstrickung resultierendem Scheitern..

*Dr. Til Elbe-Seiffart  
Evangelischer Oberkirchenrat  
Referat 1.1 Theologie,  
Kirche und Gesellschaft*

- 1 Einen anschaulichen Beitrag zur Deutung der hier genannten Themen in Beispielen der Literaturgeschichte bietet Wilhelm Gräßl, *Der menschliche Makel*, in: *Pastoraltheologie* 97/7 (2008), S. 238-253.



„

*Wir müssen auf unsere Seelen hören,  
wenn wir gesund werden wollen.*

*Letztlich sind wir hier,  
weil es kein Entrinnen vor uns selbst gibt.*

*Solange der Mensch sich nicht selbst  
in den Augen und im Herzen  
seiner Mitmenschen begegnet,  
ist er auf der Flucht.*

*Solange er nicht zulässt,  
dass seine Mitmenschen an  
seinem Innersten teilhaben,  
gibt es keine Geborgenheit.*

*Solange er sich fürchtet durchschaut zu werden,  
kann er weder sich noch andere erkennen,  
er wird allein sein.*

*„Alles ist mit Allem verbunden.“*

**Hildegard von Bingen**



## Schuld und Versöhnung in der Psychologischen Beratung – (wie) können wir diese Konzepte verstehen und nutzen?

„Wenn die Seele ruhig wird“ heißt der Titel eines Vortrags der Paartherapeutin Friederike von Tiedemann 2017 in Heidelberg. „Verzeihen und Versöhnen in (Paar-)Beziehungen“ lautet der Titel des dazugehörigen Buches<sup>1</sup>. Wie können sich Paare aus dem Kreislauf von unausgesprochenen Erwartungen, Verletzungen, Kränkungen und Anschuldigungen befreien und „Versöhnungskompetenz“ erlernen? Wie können wir in der psychologischen Beratung Menschen dabei begleiten und ihnen helfen, mit sich selbst und anderen wieder in eine liebevolle Partnerschaft zu finden? Versöhnung oder sogar Vergebung also als Weg der Psychohygiene

zum inneren und äußeren Frieden? Ein schöner Gedanke und ein schwieriges Vorhaben<sup>2</sup>. Schwieriger als es vielleicht auf den ersten Blick scheint.

Am Thema Schuld und Sühne kommen wir in der psychologischen Beratung nicht vorbei. Zu uns kommen meistens Menschen, die tief verletzt sind, weil andere an ihnen schuldig geworden sind. Nicht nur in der Paartherapie. Oft sind es Menschen, die in ihrer Kindheit abgewertet, misshandelt oder sogar sexuell ausgebeutet worden sind. Oder Menschen, die manchmal selbst an anderen schuldig geworden sind oder sich zumindest schuldig fühlen.

Schuldig werden wir alle irgendwann. In einem Dokumentarfilm sah ich einen buddhistischen Bettelmönch, der seinen Mund verhüllte und mit einem Besen bei jedem Schritt vor sich her kehrte, um nicht aus Versehen an einem Lebewesen, einem übersehenen Insekt, schuldig zu werden, indem er es aus Versehen einatmet oder zertritt. Verständnislos und fasziniert sah ich dem Mann zu, stellte dann aber fest, dass ich in den nächsten Tagen immer wieder gedanklich zu diesem Bild und der Frage des Umgangs mit dem Thema Schuld zurückkehrte. Der Mönch zwang mich aufgrund seines zuerst einmal skurril anmutenden Verhaltens, mich mit





der Frage nach Schuld als einer allgemeinen menschlichen Erfahrung in unserem Leben auseinanderzusetzen. Denn: Wir alle werden schuldig sobald wir uns bewegen. Aber wie gehen wir damit um?

Wenn wir jegliche Schuld vermeiden wollten, würden wir dann nicht schuldig am Leben werden? Am Nichtleben von Beziehungen, an unserer nicht gelebten Schaffenskraft und -freude? Was aber ist mit der Schuld, die einen anderen Menschen ein Leben lang in seiner Entfaltung behindert oder gar ein Leben auslöscht? Einer Schuld, die nicht wiedergutmacht werden kann. Einer Schuld, der nur Sühne folgen kann im Sinne einer Berichtigung von eigenen Irrtümern? Wie kann eine Sühne mit einem Versprechen, das begangene Unrecht nie wieder zu tun, gelingen? Hannah Arendt sagt dazu: „Beide Fähigkeiten (Versprechen und Verzeihen) können sich (...) überhaupt nur unter der Bedingung der Pluralität betätigen, der Anwesenheit von Anderen die mit-sind und mit-handeln. Denn niemand kann sich selbst verzeihen, und niemand kann sich durch ein Versprechen gebunden fühlen, das er nur sich selbst gegeben hat. Versprechen, die ich mir selbst gebe, und ein Verzeihen, das ich mir selbst gewähre, sind unverbindlich wie Gebärden vor dem Spiegel.“<sup>3</sup> In dem 1982 von Richard Attenborough gedrehten Film über Mahatma Gandhi gesteht ein Christ Gandhi, dass er ein muslimisches Kind getötet hat. Er leidet unter seiner Schuld und darunter, dass diese seine Tat weder ungeschehen noch wiedergutmacht werden kann. Gandhi empfiehlt ihm, ein muslimisches elternloses Kind zu adoptieren und es im muslimischen Glauben zu erziehen.

Der Begriff der Schuld hat für viele von uns eine so schwere und hoffnungslose, ja verzweifelte Anmutung, dass wir uns oft erst gar nicht mit dem Thema auseinandersetzen wollen. „Durch meine Schuld, durch meine Schuld, durch meine große Schuld“ musste ich als Kind in der katholischen Kirche sagen und mir bei jedem Mal, wenn ich das Wort Schuld aussprach, mit meiner Faust aufs Herz klopfen. Selbst wenn ich nichts Böses getan hatte – schließlich war ja Jesus wegen unser aller Sünden (meiner als siebenjähriges Kind eingeschlossen) ans Kreuz genagelt worden.

Das Geschäft mit den Sünden boomte im Mittelalter mit dem Ablasshandel und war für Luther der Anlass für seine Thesen und der Grund für die Spaltung der christlichen Kirche. Mit Luthers Idee des bedingungslosen Angenommenseins tun wir uns heute noch schwer. Der strafende rächende Gott spukt immer noch in unseren Köpfen. Dieses Gottesbild gibt uns auf der anderen Seite aber auch die Möglichkeit, für unsere Schuld nicht in Verantwortung gehen zu müssen.

Til Elbe-Seiffart beschreibt in seinem Artikel das Wort der Sünde in seiner ursprünglich gemeinten Bedeutung, nämlich im Sinne einer Möglichkeit des Scheiterns, die dem mit freiheitlichen Entscheidungsmöglichkeiten ausgestatteten Menschen innewohnt. Wen wundert es, dass die Worte Schuld und Sühne in der heutigen Zeit aus der allgemeinen Wahrnehmung verschwinden. Schuld kann strafrechtlich nicht geleugnet werden, aber – gerade in der Psychologie – wurden die schicksalhaften Verstrickungen untersucht, die in

vielen Fällen dann so augenscheinlich waren, dass sie auch als „mildernde Umstände“ in die Rechtsprechung eingingen.

Auf Schuld folgt Strafe – ein Konzept aus der Kindererziehung, das wir eigentlich mit der „schwarzen Pädagogik“ überwunden glaubten. Der Mörder muss ins Gefängnis und „seine Strafe absitzen“. Das Werk „Schuld und Sühne“ von Dostojewski wird in anderen Sprachen bevorzugt mit „Verbrechen und Strafe“ übersetzt.

Ein für unsere Zeiten neuer Begriff, der Begriff der Vergebung, hat in den letzten Jahren Hochkonjunktur und ist mittlerweile auch in der Psychologie angekommen. Ein wichtiges und heilsames Konzept. Aber kann immer alles einfach vergeben werden?

Vielleicht lohnt es sich doch, aus psychologischer Sicht im Fundus der Kirche zu „wildern“: Ich erinnere mich an meinen Katechismus-Unterricht zur ersten heiligen Kommunion und die Grundlagen für die Absolution in der Beichte: „Ich bekenne, ich bereue, ich tue Buße“. Da ist es wieder dieses hässliche Wort, bei dem ich an Büßerhemden, Geißelung, Fegefeuer und Unterwerfung denke. Oder wie Heinrich Heine in seinem Wintermärchen schreibt: „... das alte Entsagungslied vom Himmel, womit man einlullt, wenn es greint, das Volk, den groben Lümmel“<sup>4</sup>.

An dieser Stelle möchte ich die Geschichte eines Freundes erzählen: In der Beichte berichtete er seinem Pfarrer, dass er seinen neuen Schulkameraden Heinz gar nicht leiden könne. Der Pfarrer meinte, dass er da nicht einfach die Absolution

sprechen könne, sondern dass mein Freund mit Heinz die Angelegenheit regeln müsse. Zur nächsten Beichte berichtete mein Freund seinem Pfarrer, dass er und der Heinz sich zünftig geklopft hätten und sich mittlerweile gut verstünden, ja jetzt sogar neben einander säßen. Daraufhin sprach der Pfarrer sein „ego te absolvo“. Auch wenn wir diese Konfliktlösungsstrategie vielleicht nicht schätzen, die Herstellung der zwischenmenschlichen Beziehung hatte für den Pfarrer – gemäß seiner christlichen Werte – die oberste Priorität.

Eine alte, aber doch immer wieder sehr anrührende – und auch eine der bekanntesten – Geschichten aus dem Neuen Testament ist das Gleichnis vom verlorenen Sohn, das Til Elbe-Seiffart im vorigen Artikel zum Thema rezipiert hat: Er lässt sich sein Erbe auszahlen, verprasst es und kommt, nachdem er sogar mit den Schweinen aus dem Trog gegessen hatte (und das als Jude!) nach Hause zurück. Der Vater freut sich, nimmt ihn in die Arme, lässt einen Mastochsen schlachten und beruhigt auch noch liebevoll seinen anderen Sohn, der wütend ist, dass es für den Prasser keine Strafe gibt, indem er ihm sagt: „Was mein ist, ist auch Dein.“

Bestimmt können wir den zweiten Sohn gut verstehen: Wie? – keine Strafe, keine Sühne? Da könnte doch jeder kommen! Das kann man doch nicht einfach vergeben! Wer den Text von Til Elbe-Seiffart aufmerksam gelesen hat, stellt fest, dass weder im Bibeltext noch in seiner Auslegung das Wort von der Vergebung auftaucht. Der Vater „versöhnt“ sich wieder mit seinem „Kind“ – dem Sohn, der das Erbe des Vaters verschleudert hat

und damit in gewisser Weise auch mit der Lebensleistung des Vaters missachtend und respektlos umgegangen ist. Der Sohn bekennt und bereut seine Sünde, eine Wiedergutmachung kann es nicht geben und eine Sühne wird nicht einmal angedacht. Nur die Wiederaufnahme der Beziehung zwischen Vater und Sohn ist wichtig – die Ver“söhn“ung.

In der systemischen Therapie und Theorie werden die Beziehungen zwischen Eltern und Kindern nicht gleichbehandelt wie die Beziehungen in einer Partnerschaft oder unter Freunden oder unter erwachsenen Kindern und ihren Eltern. Dazu ist das Machtgefälle zu groß und außerdem haben die Eltern die Verpflichtung, für ihre Kinder zu sorgen. Die Eltern geben den Kindern, und die Kinder müssen dafür nichts zurückgeben. In Familien mit kranken Eltern, seien sie psychisch, körperlich oder suchtkrank, übernehmen oft die Kinder Erwachsenen-Funktionen. Sie müssen viel regeln, organisieren, auf kleine Geschwister aufpassen. Sie gehen früh in Verantwortung, was die Freuden einer Kindheit zwar verkleinert, aber per se nicht unbedingt eine schlechte Entwicklungsprognose nach sich zieht. Schwierig wird es, wenn Kinder für die emotionalen Bedürfnisse der Eltern sorgen müssen. In diesem Falle einer „Parentifizierung“ des Kindes bleibt das Kind ohne sorgende Eltern einsam und ängstlich. Ohne das Containment der Eltern wird es in der Folge Schwierigkeiten mit dem Aushalten seiner Gefühle und Bedürfnisse und dem Eingebunden sein in die Welt haben. Extrem wird dies deutlich bei Kindern, denen sexuelle Gewalt von Elternseite angetan wird. Sie müssen

die Machtbedürfnisse und sexuellen Phantasien von Erwachsenen befriedigen.

Kann die Seele eines Kindes – auch als erwachsener Mensch – ruhig werden, wenn es diese schreckliche Tat vergibt? Wird das Kind nicht wieder parentifiziert und sorgt für den Täter? Ist die Kategorie der Vergebung in diesem Zusammenhang angemessen? Was ist mit den Gefühlen von Schmerz, Enttäuschung und Wut – ja sogar Hass? Kann das Kind sich mit seinem eigentlich geliebten Vater versöhnen – wieder in eine zumindest innere Beziehung gehen? Wenn es verziehe, müsste er nicht zumindest gestehen? Wäre es dann nicht parentifiziert?

Vergebung ist meiner Meinung dann erst möglich, wenn der Täter gesteht, bereut und verspricht, sein schädigendes Verhalten zu beenden – „ich bekenne, ich bereue, ich tue Buße“. In Fällen von sexuellem Kindesmissbrauch durch Familienangehörige, also Inzest, passiert dies in den wenigsten Fällen. Ich hatte sogar Fälle in meiner Beratung, bei denen der erwachsenen Frau, wenn sie ihren Vater mit der Tat konfrontiert hatte, mit einer Verleumdungsklage gedroht wurde. Sehr oft gerieten die Frauen wieder in vollkommen verängstigte Zustände angesichts eines seit der Kindheit als übermächtig wahrgenommenen Vaters.

Alle Kinder lieben ihre Eltern, auch die, die ihnen Unrecht angetan haben. Im Laufe meiner Beratungen mit in ihrer Kindheit sexuell misshandelten Menschen kam irgendwann immer der Punkt, an dem der Verrat an der bedingungslosen Liebe des Kindes zu



seinen Eltern als der tiefste Schmerz empfunden wurde. Und damit auch der Verrat an den anderen christlichen Grundprinzipien wie Glaube und Hoffnung. Anstelle dieser Liebe bleibt oft ein leeres, verwundetes Herz. Ich frage die Frauen, ob es auch Schönes mit dem Vater gegeben hat. Und oft lässt sich da etwas finden. Wir machen eine „Rückgabearbeit“, das heißt die Schuld, der Schmerz, die Gewalt wird dem Vater zurückgegeben und das Schöne, auch wenn es wenig ist, bleibt warm im Herzen.

Auch wenn nichts Schönes wahrgenommen wird oder im Gedächtnis bleibt, so kann die Tatsache, dass der Vater beteiligt daran war, dass das Kind auf die Welt kam, als etwas Schönes aufgenommen werden. Eine von mir betreute Jugendliche sagt einmal: „Meine Eltern hätten nie Kinder bekommen sollen“. Ich antwortete ihr: „Ich bin froh, dass Deine Eltern Kinder bekommen haben, denn sonst wärst Du nicht da.“. Sie schaute mich völlig irritiert an und sagte: „Das wäre auch besser, wenn ich nicht da wäre“. Indem sie ihren Eltern das Recht absprach, Kinder bekommen zu dürfen, entzog sie sich selbst das Recht auf Leben. Ich sagte ihr nur „Ich bin froh, dass Du da bist“. Sie fragte mich natürlich warum und ich erzählte ihr, was ich alles gut an ihr finde und worüber ich mich an ihr freue.

Vergebung in solchen Fällen ist ein schwieriges Konzept, aber eine innere Ver"söhn"ung oder Ver"tochter"ung würde es dem Kind wieder ermöglichen, zu seiner ersten großen Liebe und damit zur eigenen Liebesfähigkeit zurückzufinden. Also nicht als äußerer Prozess, sondern im Sinne eines inneren Geschehens. Eine

Klientin hat am Ende einer Beratung zu mir gesagt: „Ich bin froh, dass ich einen Vater hatte, und ich da bin. Was er gemacht hat, geht mit ihm nach Hause, nicht mit mir. Und von mir aus kann ihn beim Scheißen der Blitz erschlagen.“

Mit der Idee des Blitzes kommt eine höhere Macht ins Spiel oder wie in der Bibel steht: „Mein ist die Rache“ spricht der Herr. Oder wie andere Klient\*innen zu mir gesagt haben: „Soll ihn der Teufel holen“ oder „Soll er mal sterben und vor seinem Richter stehen.“

Marianne BIRTHLER, die ehemalige Chefin der „Gauck“-Behörde hat auf der 50-Jahres-Feier der Landesstelle gefragt, wo angesichts des durch die Stasi erlittenen Unrechtes Vergebung möglich ist. Viele Familien und Leben wurden zerstört. Die Täter lebten weiter als Teil der Gesellschaft. Marianne BIRTHLER warb eindrücklich darum, Wege zu finden, wie ein weiteres Miteinander möglich sein kann auch wenn Vergebung und Wiedergutmachung nicht möglich sind. Versöhnung statt Vergebung? Zu Beziehungen zurückfinden, die vielleicht nicht von Liebe geprägt sind, in denen Wiedergutmachung und Vergebung nicht möglich und gewollt sind, aber Begegnung und Miteinander wieder möglich werden? Wie kann so etwas geschehen? Wir Deutschen standen nach 1945 vor den gleichen Fragen. Wie hat ein Versöhnungsprozess mit den Juden stattgefunden? Konnte der Holocaust vergeben werden?

Das Thema ist vor allem für die psychologische Beratung offensichtlich komplexer als zuerst gedacht, die Begriffe werden in ihren

Wortbedeutungen oft unterschiedlich wahrgenommen. Die Frage der Gefühle, der Wiederannäherung, der Reue, der Sühne und der Verantwortungsübernahme hängen immer auch davon ab, wo Mensch auf seinem Entwicklungs- oder Lebensweg steht. Am Ende eines reichen Lebens trotz eines schlimmen Anfangs ist es mit Sicherheit einfacher, gnädig zu sein – o je! – Ein neuer Begriff!?

Auf jeden Fall lohnt es sich, über diesen Themenkomplex nachzudenken und zu diskutieren. Auch über die Frage, inwieweit eine transzendente Dimension dabei helfen kann.

*Susanne Bakaus*  
*Diplom-Psychologin*  
*Leiterin der Landesstelle der Psychologischen Beratungsstellen in der Evangelischen Landeskirche in Württemberg*

- 1 Von Tiedemann, F., Möhrle, A.: Versöhnungsprozesse in der Paartherapie, Junfermann 2018.
- 2 Enright, Robert D.: Vergebung als Chance: Neuen Mut fürs Leben finden, Huber 2006.
- 3 Arendt, H.: Vita Activa – oder Vom tätigen Leben, Stuttgart 1960, 231 f.
- 4 Heine, H.: Deutschland. Ein Wintermärchen. Textausgabe mit Kommentar und Materialien: Reclam 2017.

# Projekt „Psychologische Beratung und Begleitung von jungen Geflüchteten“ der evangelischen Landeskirche Württemberg

Die Synode der evangelischen Landeskirche Württemberg finanziert für die Dauer von drei Jahren in jeder Prälatur eine ganze Stelle zur Entlastung der evangelischen Jugendhilfeeinrichtungen oder anderen diakonischen Diensten, die mit jugendlichen und jungen erwachsenen Geflüchteten bis 27 Jahre arbeiten. Bereits im Oktober 2019 konnte in der Prälatur Ulm gestartet werden, im Januar 2020 folgten die Prälaturen Heilbronn und Reutlingen und im April 2020 konnte auch die Stelle in der Prälatur Stuttgart besetzt werden.

Viele der jungen Geflüchteten hatten im Herkunftsland oder/und auf der Flucht schwere traumatische Erlebnisse. Die Erfahrungen, die sie gemacht haben, können sich oft Jahre später in vielen psychischen Problemen im Alltag zeigen, die eine Integration erschweren. Gleichzeitig bringen sie meist gute Ressourcen mit, um bei ausreichend umfänglicher und früh begonnener Unterstützung ihre Erlebnisse einordnen und bewältigen zu können. Wir helfen dabei mit, dass junge Menschen gut in Deutschland ankommen können, indem sie ihre traumatischen Erlebnisse verarbeiten und indem sie die notwendigen Kontakte herstellen und aufrechterhalten können, um hier auf ein funktionierendes Helfernetz zurückgreifen zu können.

Es sind also mehrere Aufgaben, denen wir uns stellen müssen: wir übernehmen die psychoedukative, stabilisierende und traumatherapeutische Beratung der jungen Menschen. Traumatherapeutisch können wir allerdings nur beraten, wenn die äußeren Lebensumstände gesichert sind. Bei jungen Geflüchteten ist das

selten der Fall, weshalb alle anderen Lebensthemen Gegenstand psychologischer Beratungsgespräche sein können. Wir begleiten die jungen Geflüchteten bei Bedarf auch zu wichtigen anderen Helfern, stellen aktiv den Kontakt her und bereiten sie auf Termine mit diesen vor. So können sie für verschiedenartigste Problemlagen, in die junge Menschen geraten, wenn sie früh selbständig leben müssen, unterschiedliche Spezialisten aufsuchen (klassische Beispiele sind Sprachkurs- und Ausbildungsvermittler, Schuldnerberatung, Wohnungsvermittlung). Zentral dabei ist, dass die jungen Menschen zunehmend selbständig werden und nur bei Bedarf auf notwendige Hilfen zurückgreifen müssen, sie aber auch merken, dass sie nicht allein gelassen werde und immer wieder jemand mit echtem Interesse nachfragt, wie es gerade läuft.

Zusätzlich zu unserem Angebot für junge Geflüchtete bieten wir unsere Unterstützung auch den Mitarbeiter/innen der diakonischen Einrichtungen an. Dazu zählen die kollegiale Fallberatung sowie Beratung und Schulung zu verschiedenen Themen (z.B. Trauma, Interkulturelle Arbeit, Selbstfürsorge).

Um Ihnen einen kleinen Einblick zu geben, wie unterschiedlich sich unsere Arbeit gestalten kann, stellen wir Ihnen zwei Fallbeispiele vor:

## **E., ein 20jähriger Geflüchteter aus Syrien**

Meine Kontaktdaten werden von Frau S. (Mitarbeiterin einer Jugendhilfeeinrichtung) an E. weitergegeben. Frau S. erzählt, dass sie E. bereits seit seiner Ankunft vor fast sechs Jahren

betreut, damals war er 14 Jahre alt. E. habe immer wieder heftige psychosomatische Beschwerden (v.a. Bauchschmerzen), die eindeutig auf ein Trauma zurückzuführen seien. Organisch sei keine Ursache zu finden, das sei bei mehreren Krankenhausuntersuchungen bestätigt worden. Sie habe lange auf E. eingeredet, aber jetzt sei er endlich bereit sich von mir (der Psychologin) helfen zu lassen. Sie ist davon überzeugt, dass E. sich in den nächsten Tagen bei mir melden wird. Als nach zwei Wochen kein Kontakt stattgefunden hat, bittet Frau S. um einen Gesprächstermin zu dritt, da E.s soziale Ängste wohl doch so groß seien, dass er es nicht schaffe, selbständig den Kontakt zu mir herzustellen. Noch bevor dieser Gesprächstermin stattfinden kann, kommt es in der Schule zu einer Krise: E. bekommt heftige Bauchschmerzen und klagt über Lähmungserscheinungen in beiden Beinen. Seine besorgte Lehrerin ruft einen Krankenwagen. Die Sanitäter weigern sich allerdings, E. mit ins Krankenhaus zu nehmen, da er dort bereits bekannt ist und eine organische Ursache für seine Schmerzen ausgeschlossen wird. Frau S. bittet mich um einen möglichst schnellen Krisentermin als Hausbesuch bei E., den ich bereits für den nächsten Tag anbieten kann.





E. empfängt mich sehr freundlich an der Wohnungstür. Er wirkt gepflegt, aufgeschlossen und selbständig. Offen und frei erzählt er bereits bei diesem ersten Gespräch über sich, baut immer wieder kleine Scherze ein. Von einer Krise ist im ersten Eindruck nichts zu bemerken. Erst im Verlauf des Gesprächs wird deutlich, dass er kaum Zugang zu seinen Gefühlen hat: Völlig emotionslos berichtet er von Kriegsgeschehen, die begannen, als er zehn Jahre alt war, und von den mehrfachen Gefängnisaufenthalten, die er als dreizehnjähriger Junge während der Flucht nach Deutschland erlebt hat. Ebenso emotionslos berichtet er von einem Aufenthalt in der Psychiatrie hier in Deutschland. Er war nach einem Suizidversuch eingewiesen worden. E. gibt an, dass er keinerlei Emotionen verspüre, wenn er davon berichtet. Das sei alles Vergangenheit.

Ich beginne mit einer sehr ausführlichen Psychoedukation, erkläre ihm was ein Trauma ist, was dabei im Körper passiert und welche Auswirkungen ein Trauma haben kann. Da er berichtet, dass er in Panik gerät, wenn diese Bauchschmerzen plötzlich kommen, zeige ich ihm verschiedene Übungen (Atemtechniken, „Sicherer Ort“ etc.), mit deren Hilfe er seine

Panik reduzieren kann. Auch den Sinn und Zweck einer Medikation versuche ich ihm zu erläutern.

Bereits nach drei Gesprächsterminen erklärt E., dass er nun verstanden habe, dass seine immer wieder auftretenden Bauchschmerzen aus seiner Vergangenheit kommen. Er ist nun zu einem mehrwöchigen Besuch einer Tagesklinik bereit. Frau S. findet sehr schnell einen Klinikplatz für ihn. Zu mir hält E. (nach Rücksprache mit der Tagesklinik) weiterhin Kontakt, als zusätzliche Unterstützung und Stabilisierung.

### **T., ein 21jähriger Geflüchteter aus Afghanistan**

Während einer offenen Sprechstunde in einer Jugendhilfeeinrichtung stellt mir der Betreuer Herr M. den damals noch 20jährigen T. vor. Herr M. wünscht sich weitere Unterstützung für T., der in drei Wochen 21 Jahre alt wird und deshalb die Jugendhilfeeinrichtung verlassen muss. T. sei noch sehr unselbständig und bräuchte dringend einen regelmäßigen Ansprechpartner. Das könne er, Herr M., zukünftig nicht mehr leisten, da dafür keine Zeit vorhanden sei. T. lächelt während dieses Gesprächs sehr viel, sagt kaum etwas. Er ist damit einverstanden, sich regelmäßig mit mir zu Gesprächen zu treffen. Er ist auch damit einverstanden, dass mir Herr M. vorab seinen Lebenslauf zukommen lässt. Wir vereinbaren einen Termin, der in den Räumlichkeiten der Jugendhilfeeinrichtung stattfinden soll.

Zum Erstgespräch erscheint T. pünktlich. Er macht einen freundlichen, etwas schüchternen Eindruck. Das Gespräch gestaltet sich sehr schwierig, da T. auf alle meine Fragen nur

mit „Ja.“, „Nein.“, „Gut.“ oder „Ok.“ antwortet. Etwas verwirrt sehe ich in seinem Lebenslauf nach: Er hat den Hauptschulabschluss mit guten Noten bestanden, das Sprachniveau B1 wird ihm bescheinigt. An mangelnden Sprachkenntnissen sollte es also nicht liegen, dass er so einsilbig antwortet. Ich frage ihn, was er sich von mir wünscht. Er meint, dass er Unterstützung braucht, weil er sein Leben allein nicht organisieren kann. Wir vereinbaren einen nächsten Termin, der nach seinem Auszug aus dem Betreuten Jugendwohnen in seiner neuen Unterkunft stattfinden soll.

Ein paar Tage später werde ich vom Fachdienstleiter der Jugendhilfeeinrichtung angerufen: Herr M. ist kurzfristig erkrankt, er wird für längere Zeit ausfallen. Ob es möglich sei, dass ich den Umzug von T. begleite, er habe personell gerade einen Engpass. Für den Transport seiner Habseligkeiten sei gesorgt. Ich zögere kurz, weil ich eine solche Aufgabe nicht in meinem Tätigkeitsbereich enthalten sehe. Da ich aber gerade zu Beginn des Projekts noch Kapazitäten frei habe, willige ich „ausnahmsweise!“ ein, T. bei seinem Umzug zu begleiten.

Es gibt viel zu organisieren: Ummeldung, Antrag auf Asylbewerberleistungen stellen, Krankenversicherung wählen, neue Kontaktdaten insbesondere ans BAMF weiterleiten... Dabei stellt sich heraus, dass T. oft nicht weiß, woher er wichtige Informationen bekommen kann. Auch hat er eine große Scheu davor, bei Ämtern anzurufen aus Angst, etwas falsch zu verstehen. Ganz bewusst lasse ich ihn an meinen eigenen Suchprozessen nach Informationen teilnehmen, versuche ihm so zu zeigen, dass es keine



„dummen“ Fragen gibt. Ich ermutige ihn, in meinem Beisein selbst bei Ämtern anzurufen. Wenn er nicht mehr weiter weiß, könne er den Hörer an mich weiterreichen (das war kein einziges Mal notwendig). Zu den ersten Terminen bei Beratungsdiensten (z.B. Jugendmigrationsdienste) begleite ich ihn, da ich bemerke, dass er große Hemmungen hat, sich in neue, fremde Situationen zu begeben.

Meine Unterstützung bei alltagspraktischen Aufgaben erweist sich als vertrauensbildende Maßnahme, etwas, das ich schon häufiger in der Arbeit mit Geflüchteten erlebt habe. Viele Geflüchtete sind erst bereit sich zu öffnen, wenn ich mich als zuverlässige und vertrauenswürdige Kontaktperson erwiesen habe. So auch hier: Nach und nach wandelt sich die Qualität unserer Gespräche. T. erzählt mir von seiner Familie, die er in Afghanistan zurückgelassen hat, von seinem jüngeren Bruder, um den er große Angst hat, weil in seinem Heimatdorf die Taliban noch immer aktiv sind. Er berichtet, dass er unter einem wahnsinnig hohen Druck steht, weil seine Familie von ihm erwartet, dass er sie finanziell unterstützt. Wenn er ihnen versucht zu erklären, dass es hier in Deutschland für ihn nicht so einfach ist, eine Arbeitserlaubnis zu bekommen, dann glauben sie ihm nicht. Immer wieder erzählt er auch von Erlebnissen während seiner Flucht, z.B. von der alten Frau, die sie am Wegesrand in den Bergen

zurückließen, weil sie nicht mehr laufen konnte. Er muss oft an sie denken, was wohl aus ihr geworden ist, bestimmt ist sie gestorben.

Inzwischen wohnt T. sein einem halben Jahr in seiner neuen Unterkunft. Wir treffen uns immer noch regelmäßig einmal pro Woche. In diesen Gesprächen geht es um die Aufarbeitung seiner Fluchterlebnisse und um Möglichkeiten, wie er mit den Erwartungen seiner Familie umgehen kann. Immer häufiger diskutieren wir auch sehr ernsthaft über die Unterschiede und Gemeinsamkeiten unserer Kulturen. Dabei vertritt T. zunehmend selbstbewusst seine Meinung. Gerade eben, während ich diese Zeilen schreibe, erhalte ich einen Anruf von T.: Er hat sich selbständig eine Arbeit gesucht und gerade ist die Arbeitserlaubnis von der Ausländerbehörde eingetroffen, er kann ab nächster Woche arbeiten gehen. Seine Termine bei mir möchte er trotzdem auch weiterhin wahrnehmen.

#### *Kontakt Daten der Ansprechpartner in den Prälaturen:*

##### *Prälatur Reutlingen*

*Petra Müller*

*Mobil: 0173 - 84 69 836*

*Telefon: 07121-17051*

*petra.mueller@diakonie-reutlingen.de*

*Psychologische Beratungsstelle*

*Tübinger Straße 61-63,*

*72762 Reutlingen*

##### *Prälatur Heilbronn*

*Ingrid Riek*

*Telefon: 07131-96 44 20*

*ingrid.riek@diakonie-heilbronn.de*

*Psychologische Beratungsstelle*

*Schellengasse 7-9, 74072 Heilbronn*

##### *Prälatur Stuttgart*

*Dr. Christiane Berner*

*Mobil: 0157 - 34510627*

*Telefon 0711 - 70 20 96*

*c.berner@kdv-es.de*

##### *Guido Fuchs*

*Telefon: 0711 702096*

*g.fuchs@kdv-es.de*

*Psychologische Beratungsstelle Filder*

*Eisenbahnstr. 3, 70794 Filderstadt*

##### *Prälatur Ulm*

*Angelika Spach*

*Mobil: 0170-55 70369*

*ASpach@kirche-diakonie-ulm.de*

*Psychologische Beratungsstelle*

*Grüner Hof 3, 89073 Ulm*





”

*Rettende Insel*

*Wenn Parteien sich und Massen  
Sichtbar und geräuschvoll hassen,  
Klingt das mir wie Meeresrauschen.  
Und dann mag ich henkeltrocken  
Still auf einer Insel hocken,  
Die mich zusehn läßt und lauschen.*

*Nicht, daß ich dann etwa schürfe  
Oder was dazwischen würfe  
Oder schlichten wollte, nein,  
Nein, ich weiß, das muß so sein.  
Und ich dehne mich und schlürfe  
Eingefangnen Sonnenschein.*

*Wechselnd laut und wieder leise  
Rauscht das Meer in weitem Kreise  
Mir vertraute Melodie.  
Wo blind oder falsch gestempelt  
Mißklang sich an Mißklang rempelt,  
Windelt neue Harmonie.*

*Und dann schwimmt – fast ist es schade –  
Noch ein Mensch an mein Gestade,  
Sucht an meiner Pulle Halt.  
Aus ist die Robinsonade,  
Denn nach Insulanersitte  
Sag ich unwillkürlich: »Bitte!«  
Und ein zweiter Pfropfen knallt.*

*Und wir trinken. Es gesellen  
Andre sich dazu. Die Wellen  
Glätten sich. Der Haß zerstiebt.  
Bis zuletzt in süßer Ruhe  
Niemand noch was in die Schuhe  
Andrer schiebt,  
Und sich alles gegenseitig  
Eingehenkelt ganz unstreitig  
Duldet, gern hat oder liebt.*

**Joachim Ringelnatz (1883 - 1934)**



## Einblicke in die Arbeit in „Psychologische Sprechstunde an der Schule“ (SAS)



Auch wenn man es den Schulen von außen nicht immer ansehen mag, hat sich die Schullandschaft im Laufe der Zeit sehr verändert. Kinder verbringen heute deutlich mehr Zeit an der Schule, essen dort, machen ihre Hausaufgaben und werden bis in den späten Nachmittag hinein betreut, da häufig beide Eltern arbeiten. Allein dadurch entstehen neue Herausforderungen an der Schule. Gleichzeitig nimmt die gemeinsam verbrachte Zeit von Eltern und Kindern im heimischen Kontext tendenziell ab, für viele gestaltet sich die familiäre Situation komplizierter und instabiler als früher, mehr Eltern trennen sich und Kinder wachsen bei einem Elternteil allein oder in neu zusammengesetzten Familien auf. Aktuelle Entwicklungen und Problemkomplexe wie z.B. der Umgang mit neuen Medien

werden zudem mehr als früher zum Thema der Schule.

Politik und Fachkräfte sind gefordert analog zu diesen veränderten Bedingungen Schulen so weiterzuentwickeln, dass der dortige Regelbetrieb möglichst vielen Schüler\*innen „inklusiv“ gerecht wird und bei den noch entstehenden Problemen möglichst frühzeitig und passgenau Unterstützung geleistet werden kann.

Längst arbeiten dabei nicht mehr nur Lehrer\*innen an den Schulen, sondern auch Erzieher\*innen (in der Mittags- und Nachmittags-Betreuung), Schulsozialarbeiter\*innen, pädagogische Assistent\*innen und Fachkräfte, Schulbegleiter\*innen, Ehrenamtliche u.a. Heilbronn ist mit dem „Heilbronner Weg“ besonders intensiv

und konsequent dabei, das schulische Regelsystem zu stützen und durch die Kooperation zwischen Schule und Jugendhilfe zu stärken. Nachdem in diesem Zusammenhang schon vor fast 20 Jahren die „Psychologische Sprechstunde an der Schule“ eingeführt worden ist, wurde 2015 durch eine Aufstockung der Stellenanteile in Verbindung mit einem deutlich erweiterten Auftrag eine noch stärkere Intensivierung dieser Arbeit möglich.

### **SAS als Teil des Helfersystems**

Mehr zeitliche Präsenz an den Schulen ist sicherlich die auffälligste Veränderung, die mit der neuen Konzeption von 2015 einherging. An drei Schulen sind die Kolleg\*innen an zwei Wochentagen vor Ort, an zwei kleineren Schulen an einem Tag pro Woche.



Den Kolleg\*innen steht jeweils ein Raum an der Schule zur Verfügung, so dass Beratungsgespräche, aber auch anonyme Fallbesprechungen mit Lehrer\*innen oder Fachkräften aus der Ganztagsbetreuung und Abstimmungsgespräche vor Ort stattfinden können.

Die regelmäßig (i.d.R. monatlich) stattfindenden Kernteams mit Schulleitung, PsychologIn (SAS), Schulsozialarbeit, Sonderpädagog\*innen, teilweise Sozialem Dienst des Jugendamts und Beratungslehrer\*innen dienen der Besprechung aktueller Problemstellungen im Einzelfall und der Koordination von dahingehenden notwendigen Hilfen. Die Zusammenarbeit der verschiedenen Fachdisziplinen erweist sich dabei immer wieder als hilfreich. Maßnahmen können besser als früher aufeinander abgestimmt werden und greifen gut ineinander. Insbesondere die Präsenz des Sozialen Dienstes hat sich hierbei bewährt, da Jugendhilfeangebote mitunter direkt bewilligt werden können. Gleichzeitig werden auch die einzelfallübergreifenden Bedarfe erfasst und versorgt. Im Kernteam werden Maßnahmen entwickelt oder extern angefragt, die mit den zur Verfügung stehenden Ressourcen der beteiligten Fachkräfte bzw. der der Schule zur Verfügung gestellten Gelder dann möglichst passgenau und präventiv wirksam umgesetzt werden.

Drei der von der Diakonie mit SAS versorgten Schulen verfügen aktuell im Rahmen eines auslaufenden Modellversuchs der Stadt Heilbronn über ein Schulbudget, über welches das Kernteam schnell und unbürokratisch z.B. erlebnispädagogische Maßnahmen für die Schüler\*innen

verwirklichen kann. An den beiden anderen Schulen verwaltet und verantwortet SAS ein kleineres Sachbudget. Im Rahmen der Weiterentwicklung der Jugendhilfe sollen diese Möglichkeiten erhalten bleiben und zukünftig in eine größere, stadtteilorientierte Lösung überführt werden.

Neben der Mitarbeit in den Kernteams mit koordinierender Funktion und psychologischer Fachkompetenz ist die Einzelfallarbeit weiterhin der Schwerpunkt der Tätigkeit. Aufgrund der Präsenz vor Ort ist die sehr niederschwellige Kontaktaufnahme für Eltern, Lehrer\*innen und Fachkräfte noch einfacher geworden und zeitnahe Termine vor Ort erhöhen die Wahrscheinlichkeit, dass Beratungsangebote auch angenommen werden. In vielen Fällen steht die Beratung der Eltern als dem unmittelbaren sozialen Bezugssystem des Kindes im Vordergrund. Die Psycholog\*innen werden aber auch direkt von den Schüler\*innen in Anspruch genommen. Neben Beratungsgesprächen erweisen sich manchmal Beobachtungen im Unterricht als nützlich sowie der Einsatz von Testverfahren, um eine differenziertere Einschätzung der Situation zu bekommen. Manche Ratsuchende machen von der Möglichkeit Gebrauch unsere Psycholog\*innen, weg von der Schule, in den Räumen der Beratungsstelle aufzusuchen.

Zudem besteht für die SAS die Möglichkeit zu fallübergreifenden Angeboten, bspw. im Rahmen von themenspezifischen Gruppenangeboten.

Für Lehrer\*innen und Fachkräfte bietet der Rahmen einer anonymen Fallbesprechung eine gute Möglichkeit,

die eigene Beziehung zu einem Kind oder einer Klasse zu reflektieren und zu weiterführenden Ideen zu kommen. Auch werden die Psycholog\*innen wegen kleiner Fortbildungsinputs z.B. zur Frage von Gesprächsführung mit Eltern angefragt.

### **SAS am Beispiel eines idealtypischen Fallverlaufs**

Im Folgenden wird ein idealtypischer Fallverlauf stichwortartig skizziert. Durch ein multimodales Vorgehen - unter Einbeziehung sehr vielfältiger Ressourcen - gelang es, das soziale Umfeld zu stärken und dem betroffenen Kind eine positive Entwicklung zu ermöglichen.

#### ■ Kurze Fallvorstellung

- Kind (Junge, Klasse 1, Grundschule) fiel im Unterricht massiv auf durch starke körperliche Unruhe, Wahrnehmungsbeeinträchtigungen (auditiv), starke Ablenkbarkeit, kurze Konzentrationszeit, lautes Durch-die-Klasse-Schreien, geringe altersentsprechende Selbstorganisation, graphomotorische Schwierigkeiten, Außenseiterposition in der Klasse (die er durch Herumalbern zu überwinden versuchte), Probleme bei Impulskontrolle (schlägt andere Kinder, rastet schnell aus), Unfähigkeit sich selbst emotional zu regulieren. Ein Verbleib in der Regelschule war fraglich.

#### ■ Zugangsweg

- Die Klassenlehrerin des Jungen empfahl den Eltern die Einbeziehung einer psychologischen Fachkraft und bekam von diesen das Einverständnis einen telefonischen Erstkontakt herstellen zu dürfen. Wie in diesem Fall meldet sich im

Rahmen der Niedrigschwelligkeit des Angebots in der Regel der/die PsychologIn bei den betreffenden Erziehungsberechtigten telefonisch, um einen Erstgesprächstermin zu vereinbaren.

#### ■ Erstgespräch mit den Erziehungsberechtigten (1.-2. Sitzung)

- Beziehungsaufbau Problemanalyse, bisherige Lösungsversuche und Strategien
- Bildung erster Hypothesen durch die psychologische Fachkraft
- Besprechung der weiteren Vorgehensweise (Gespräche mit Lehrkräften und Schulsozialarbeit, Verhaltensbeobachtung des Kindes im Unterricht, bestimmte testpsychologische Untersuchungen; inkl. Schweigepflichtenbindung ggü. den am Kind arbeitenden Fachkräften)

#### ■ Diagnostikphase (je nach Fragestellung)

- Verhaltensbeobachtung im Unterricht mit chronologischem Beobachtungsprotokoll
- Testpsychologische Untersuchung (hier: WISC-IV, Dortmunder Aufmerksamkeitstest, Fremdbeurteilungsbogen Eltern/Lehrer DISYP-SII; Satzergänzungstest Kind)
- Gespräche mit Lehrkraft, Schulsozialarbeit, Schulleitung, Mitarbeiter Ganztagsbetreuung

#### ■ Auswertungsgespräch Eltern

#### ■ Weitere Fallarbeit

- Arbeit mit den Eltern
- Fokus auf Aufbau einer liebevollen und verlässlichen Eltern-Kind-(Schule-)Beziehung, Verbesserung der emotionalen Regulierung bei Kind und Eltern, Schaffen einer

zum Kind passenden Alltagsstruktur/Umgebung, psychoedukative Elemente (bei V.a. ADS)

- Unter Anwendung von Auszügen aus dem Therapieprogramm für Kinder mit hyperkinetischem und oppositionellen Problemverhalten (THOP; Döpfner, Schürmann, Fröhlich) angewendet
- Fokus auf „störendes“ Verhalten (SORCK-Modell) - Aufrechterhaltende Bedingungen (z.B. Stress in der Familie) - Konsequenzen etc.
- Arbeit mit der Lehrkraft
- Allgemeiner Eindruck, spezifische Problembereiche und Ressourcen des Kindes, welche „Interventionen“ wurden bereits durchgeführt und mit welchem Erfolg, Psychoedukation
- Mehrere Unterrichtsbesuche mit Fokus auf dem Kind und anschließender Besprechung mit Lehrkraft. Wenn erwünscht, Unterstützung zum besseren Umgang mit dem Kind.
- Förderung einer positiven Lehrer-Kind-Beziehung
- Austausch/ enge Zusammenarbeit mit Schulsozialarbeit

#### ■ Weitere Schritte

- Kinder- u. Jugendpsychiatrische Praxis
- Übermitteln der diagnostischen Ergebnisse
- Von dort Bestätigung der Verdachtsdiagnose ADS
- Nachfolgende Kooperation
- Sozialtraining in Schule
- Einbezug von Lerntherapeutischer Praxis (Lerntherapeutischer Schwerpunkt ADS)
- Ergotherapie (Konzentrationsförderung, fein- u. grobmotorische Förderung)

#### ■ Austauschtreffen aller Beteiligten incl. Eltern (3x in diesem Fall)

- Motto: „An einem Strang ziehen“
- Ist-Stand
- Positive Veränderungen verstärken
- Lösungsmöglichkeiten für noch bestehende Probleme erarbeiten
- Verteilung der noch anstehenden Aufgaben

#### ■ Evaluation

- Evaluationsgespräch mit möglichst allen Beteiligten

#### ■ Ergebnis

- Kind bleibt in der Regelschule und kommt dort gut zurecht
- Beziehung zwischen Eltern und Kind hat sich deutlich verbessert
- Schule und Elternhaus „ziehen an einem Strang“
- Eltern haben gelernt mit der Besonderheit ihres Kindes umzugehen
- Affektive Eskalation im Elternhaus haben sich deutlich verbessert
- Soziale Umgebung wurde so verändert, dass eskalierende Situationen schon im Voraus vermieden werden konnten (Umwelt passt sich dem Kind an /Inklusion)
- Der ganzen Familie gelingt es besser sich zu regulieren
- Kind hat Freunde gefunden, ist in Klasse recht gut integriert, hat keine Außenseiterposition mehr

*SAS-Team der Psychologischen Beratungsstelle, Kreisdiakonieverband Heilbronn*



”

*Aufwachen, die Augen öffnen.*

*Das Christentum ist kein blinder  
Seelenzauber.*

*Es lehrt nicht eine Mystik der  
geschlossenen, sondern  
eine Mystik der offenen Augen.*

*Im Entdecken, im Sehen von Menschen,  
die im alltäglichen Gesichtskreis  
unsichtbar bleiben, beginnt die  
Sichtbarkeit Gottes,  
öffnet sich seine Spur.*

**Johan Baptist Metz**

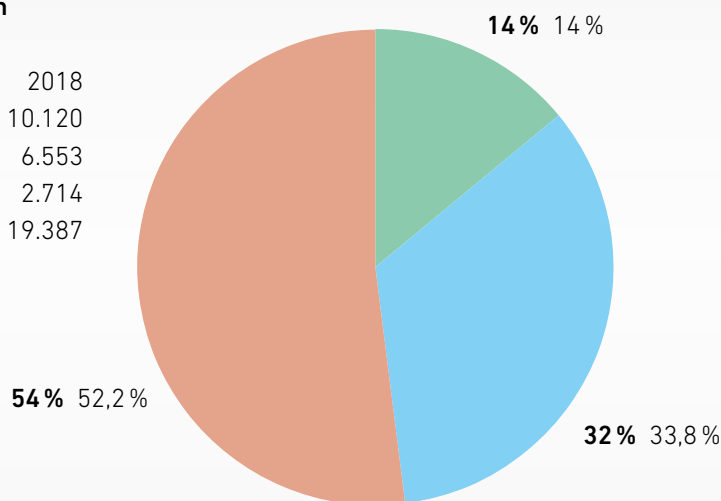
# Ökumenische Trends und Tendenzen der Psychologischen Beratung in kirchlicher Trägerschaft in Württemberg 2019

## 1. Allgemeine Zahlen im Überblick

Im Folgenden werden grundlegende Beobachtungen aus dem Beratungsalltag im Jahr 2019 in den kirchlichen Stellen wieder gegeben.

### 1.1 Fallzahlen und Angebotsarten im Jahresvergleich

	2019	2018
Erziehungs- und Jugendberatung	11.337	10.120
Lebensberatung	6.718	6.553
Ehe- und Partnerschaftsberatung	2.939	2.714
<b>Summe der Beratungen</b>	<b>20.994</b>	<b>19.387</b>

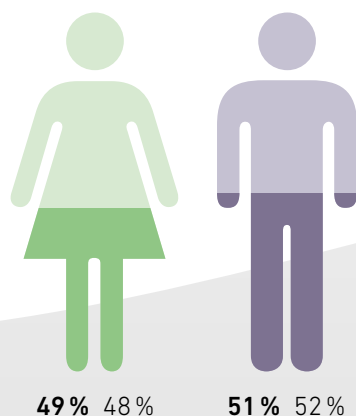


### 1.2 Durchschnittliche Beratungsstunden im Jahresvergleich

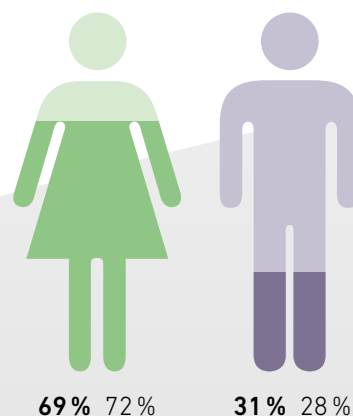
	2019	2018
Erziehungs- und Jugendberatung	2.566	2.768
Lebensberatung	1.503	1.407
Ehe- und Partnerschaftsberatung	468	569
<b>Summe: Persönliche Beratung</b>	<b>4.538</b>	<b>4.745</b>

### 1.3 Geschlechterverteilung der Ratsuchenden im Jahresvergleich 2019 2018

#### Erziehungs- und Jugendberatung



#### Lebensberatung

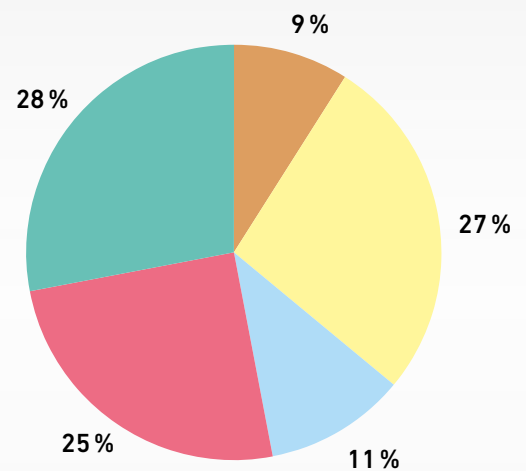




## 1.4 Übergeordnetes Engagement der Beratungsstellen

Anzahl der Aktivitäten

<b>Fortbildungen / Kurse</b>	<b>142</b>
(durch die Beratungsstelle veranstaltet)	
<b>Supervisionsangebote der Beratungsstelle</b>	<b>420</b>
Einzel-Supervision / Fallbesprechungen	84
Gruppen-Supervision / Fallbesprechungsgruppen	230
Team-Supervision	106
<b>Öffentlichkeitsarbeit</b>	<b>172</b>
(z.B. Presse, Rundfunk, Tag der offenen Tür etc.)	
<b>Prävention</b>	<b>385</b>
(z.B. Vorträge zu bestimmten Themen)	
<b>Teilnahme an Arbeitskreisen / Netzwerkarbeit</b>	<b>442</b>



## 1.5 Einordnung der Zahlen und Entwicklungen

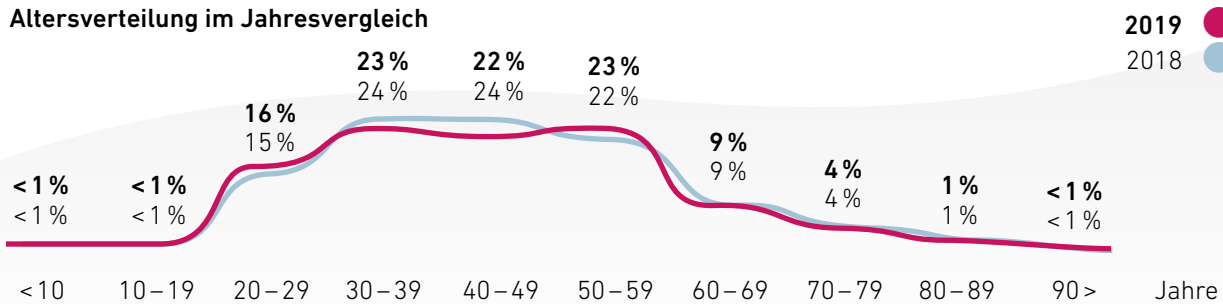
Zwar können aus deskriptiven Statistiken keine statistisch signifikanten Zusammenhänge oder gar Kausalitäten abgeleitet werden. Sie geben uns dennoch Hinweise auf Trends und Tendenzen, die es uns insbesondere im Jahresvergleich erlauben, klare Entwicklungen nachzeichnen. Darüber hinaus motivieren sie weitere Analysen und Abfragen.

Im Jahresvergleich 2018-2019 zeigt sich, dass die Beratungsstellen in stabiler Art und Weise für Menschen wichtige Anlaufstellen sind. Im Jahr 2019 haben die Psychologischen Beratungsstellen insgesamt fast 21.000 Ratsuchende in durchschnittlich über 4.500 Beratungsstunden je Beratungsstelle begleitet. Dieser psychologische Versorgungsauftrag und damit die niedrighschwellige und flexible Begleitung von Kindern, Jugendlichen, Erwachsenen, Eltern und Paaren ist ihre zentrale Aufgabe. Der Arbeit mit Kindern und Jugendlichen in der Erziehungsberatung kommt dabei durchgehend eine besondere Bedeutung zu. Hier wurden sowohl in 2018 als auch in 2019 ähnlich viele männliche wie weibliche Ratsuchende erreicht. Das ist insbesondere deshalb erfreulich, weil sich – z.B. im Gegensatz zu den Erfahrungen im Schulalltag – hier offensichtlich kein Gender-Effekt zeigt. Die Tatsache, dass in der Lebensberatung mehr Frauen erreicht werden, entspricht dem gesamtgesellschaftlichen Trend, dass Frauen sich eher Hilfe suchen als Männer. Dies wirft für Beratungsstellen die Frage auf, wie Männer zukünftig besser erreicht werden können.

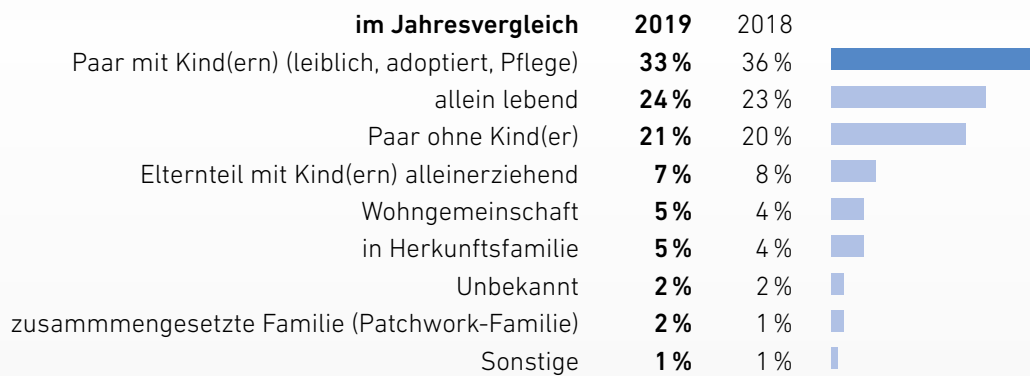
Neben der „beraterischen Arbeit am betroffenen Menschen“ werden über Fortbildungen und Angebote für Fachkräfte (z.B. in Kindergärten, Schulen, Tagespflegeeinrichtungen und Heimen) auch Eltern und Paare sowie Kinder ein Vielfaches an Menschen erreicht. Dadurch werden Ratsuchende im Sinne der Prävention durch Psychoedukation und andere Angebote zusätzlich in ihrer Lebensbewältigung gestärkt und lernen außerdem in Gruppenangeboten als Peers voneinander. Darüber hinaus bieten Psychologische Beratungsstellen Supervision (Einzel-, Gruppen-, Fall- und Teamsupervision) an und begleiten Menschen dadurch auf ihrem beruflichen Weg. Die Zahlen aus 2019 zeigen auch, dass die Stellen alle mit kommunalen Trägern und anderen Hilfsangeboten gut vernetzt sind. Dies bedeutet zwar Zeitaufwand, ist aber z.B. für den Bereich der Kindeswohlgefährdung unerlässlich. Diese Zahlen zum übergeordneten Engagement wurden 2019 erstmals erfasst und wir werden sie in den kommenden Jahren weiter beobachten.

## 2. Einblick in die Paar-, Familien- und Lebensberatung

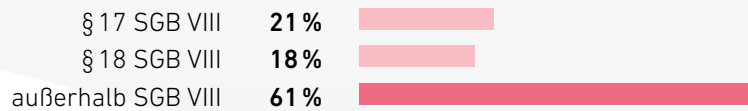
### 2.1 Altersverteilung im Jahresvergleich



### 2.2 Ratsuchende nach Haushaltsituation

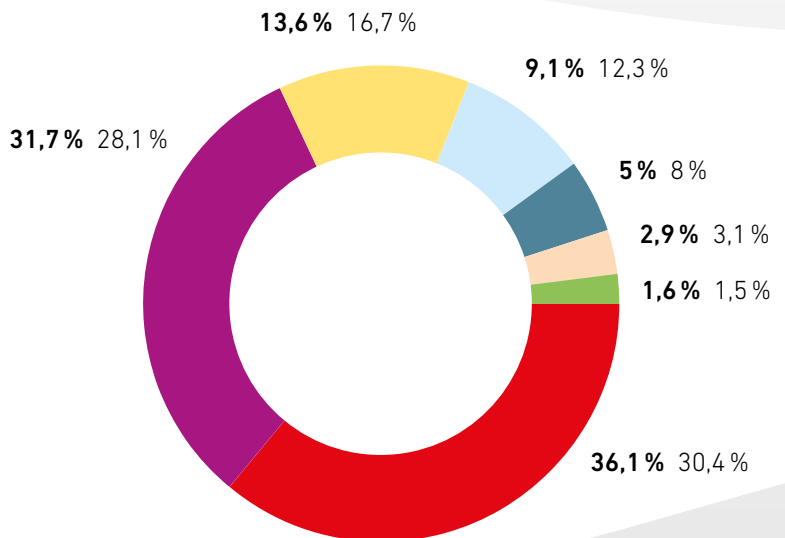


### 2.3 Paarberatung nach SGB VIII



### 2.4 Konfession und Religionszugehörigkeit im Jahresvergleich 2019 2018

- Unbekannt
- Keine Religion
- Andere Religion
- Islam
- Sonstige Christliche Religion
- Römisch-Katholisch
- Evangelisch





2.5 Erwerbsstatus der Eltern im Jahresvergleich	2019	2018
Vollzeit erwerbstätig	<b>43,5 %</b>	41,4 %
Teilzeit erwerbstätig	<b>20,2 %</b>	18,7 %
sonstige nicht Erwerbstätige	<b>16,2 %</b>	16,5 %
berentet/pensioniert	<b>10,6 %</b>	10,1 %
"Mini-Job" (Einkommen bis 450 Euro)	<b>4 %</b>	4,2 %
unbekannt	<b>3,1 %</b>	6,7 %
Arbeitslosengeld 1	<b>2,3 %</b>	2,4 %

2.6 Staatliche Hilfen zum Lebensunterhalt im Jahresvergleich	2019	2018
keine staatlichen Hilfen	<b>83,5 %</b>	82,2 %
unbekannt	<b>6,1 %</b>	5,9 %
Arbeitslosengeld 2	<b>4 %</b>	4,5 %
Sonstiges	<b>2,8 %</b>	4,2 %
Sozialhilfe	<b>1,8 %</b>	1,6 %
Erwerbsminderung	<b>1 %</b>	0,9 %
Grundsicherung im Alter	<b>0,8 %</b>	0,7 %

### 2.7 Einordnung der Zahlen und Entwicklungen

Die Altersverteilung der Ratsuchenden in der Paar-, Familien- und Lebensberatung, welche sich im Vergleich zu 2018 und 2019 stabil zeigt, legt nahe, dass Psychologische Beratung an Entwicklungsschwellen besonders häufig in Anspruch genommen wird: So z. B. in der Phase der Paarbildung, der Familiengründung sowie dem Auszug der erwachsenen Kinder und der damit häufig verbundenen persönlichen Bilanzierung.

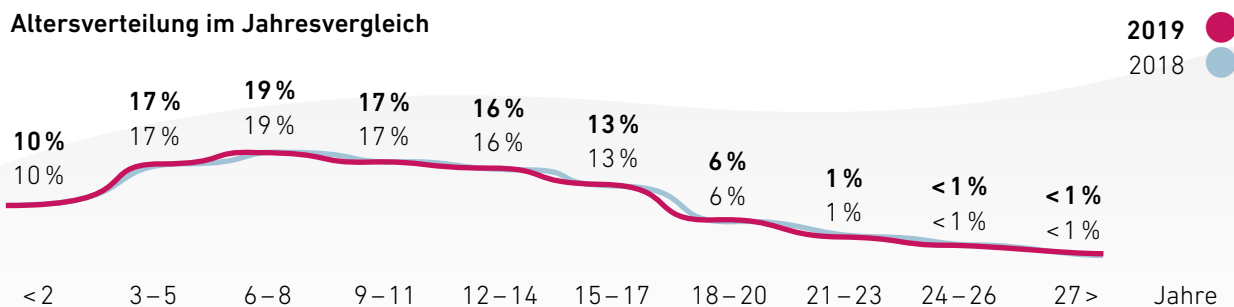
Der Blick auf die Haushaltssituation der Ratsuchenden im Jahr 2019 und 2018 zeigt, dass in den kirchlichen Psychologischen Beratungsstellen Menschen in vielfältigen Lebenszusammenhängen erreicht werden. Hinsichtlich Religionszugehörigkeit begleiten die Beratungsstellen als kirchenfinanzierte Stellen in der Mehrheit Menschen mit christlicher Konfession. Die Frage nach dem Erwerbsstatus und den staatlichen Hilfen zum Lebensunterhalt kann Hinweise geben, inwiefern die Beratungsstellen auch Menschen erreichen, die eher am Rand der Gesellschaft stehen. Zwar war auch 2019 die Mehrheit der Ratsuchenden erwerbstätig und erhielt keine staatlichen Hilfen zum Lebensunterhalt, der Anteil der nichterwerbstätigen Leistungsempfänger unter den Ratsuchenden weicht jedoch nicht deutlich von deren Prävalenz in der Gesamtbevölkerung ab.

2019 haben wir erstmals Daten über Paare erhoben, die sich wegen Fragen der Trennung und Scheidung (§17 SGB VIII) und der Ausübung der Personensorge und des Umgangsrechts (§18 SGB VIII) an Beratungsstellen wandten. Es zeigt sich, dass etwa 39 % der Paare mit diesen SGB-relevanten Fragestellungen in den Beratungsstellen Hilfe suchen.

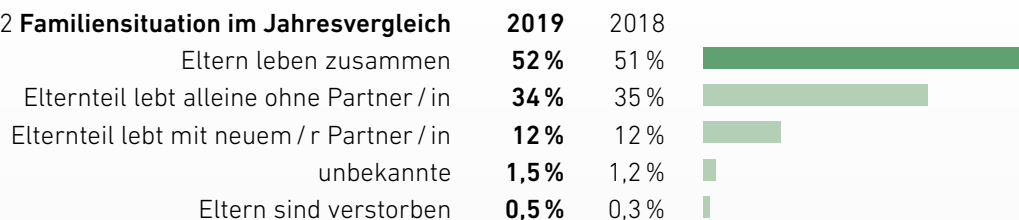
# Statistik

## 3. Einblick in die Erziehungsberatung

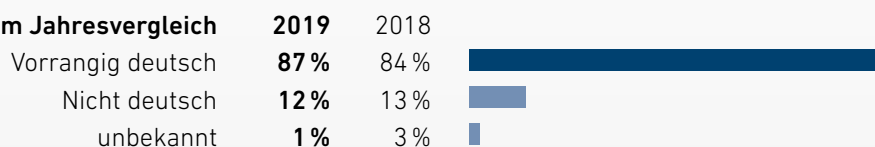
### 3.1 Altersverteilung im Jahresvergleich



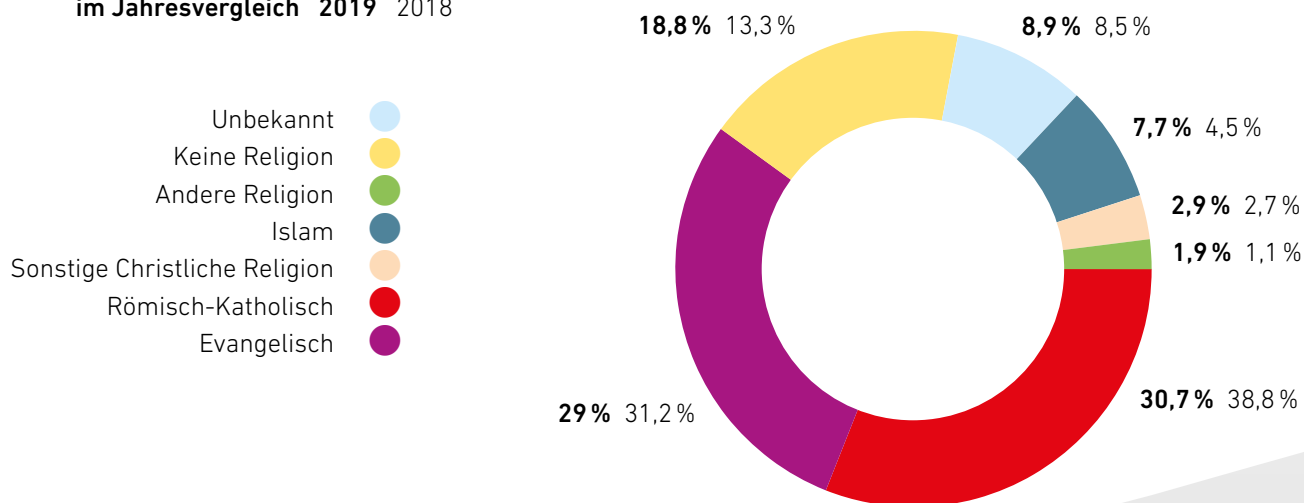
### 3.2 Familiensituation im Jahresvergleich



### 3.3 Sprache der Kinder in der Familie im Jahresvergleich



### 3.3 Konfession und Religionszugehörigkeit im Jahresvergleich 2019 2018





3.5 Erwerbsstatus der Eltern im Jahresvergleich	2019	2018
Vollzeit erwerbstätig	<b>44,2 %</b>	46,6 %
Teilzeit erwerbstätig	<b>25,7 %</b>	21,4 %
sonstige nicht Erwerbstätige	<b>14,1 %</b>	15,8 %
unbekannt	<b>11,3 %</b>	11,1 %
„Minijob“ (Eink. bis 450 €)	<b>2,8 %</b>	2,3 %
Arbeitslosengeld 1	<b>1,1 %</b>	2 %
berentet / pensioniert	<b>0,8 %</b>	0,8 %

3.6 Staatliche Hilfen zum Lebensunterhalt im Jahresvergleich	2019	2018
keine staatlichen Hilfen	<b>78,2 %</b>	77,6 %
unbekannt	<b>12,2 %</b>	13,9 %
Arbeitslosengeld 2	<b>3,8 %</b>	3,4 %
Sonstiges	<b>3 %</b>	2,4 %
Sozialhilfe	<b>2,4 %</b>	2,3 %
Erwerbsminderung	<b>0,3 %</b>	0,3 %
Grundsicherung im Alter	<b>0,1 %</b>	0,1 %

3.7 Gefährdung des Kindeswohls im Jahresvergleich	2019	2018
Körperliche Gewalt in der Familie	<b>36,3 %</b>	33,5 %
Psychische Gewalt in der Familie	<b>20,8 %</b>	19,6 %
Sonstiges	<b>11,5 %</b>	20,3 %
Aufgedeckter sexueller Mißbrauch	<b>10,4 %</b>	10 %
Vernachlässigung	<b>6,9 %</b>	4 %
Verdacht auf Vernachlässigung	<b>5,3 %</b>	3,8 %
Verdacht auf sexuellen Mißbrauch	<b>4,0 %</b>	5,1 %
Verdacht auf Kindesmißhandlung	<b>3,2 %</b>	2,5 %
Aufgedeckte Kindesmißhandlung	<b>1,6 %</b>	1,1 %

### 3.8 Einordnung der Zahlen und Entwicklungen

Auch in der Erziehungsberatung scheint die Altersverteilung in über die Jahre stabiler Weise zu bestätigen, dass Kinder und Jugendliche in sensiblen Perioden (z. B. Schuleintritt, Übergang zu weiterführenden Schulen, Pubertät) in ihren Entwicklungsaufgaben begleitet werden.

Die Zahlen aus 2019 belegen außerdem wieder, dass Kinder und Jugendliche aus vielfältigen Familiensituationen in die Erziehungsberatung kommen. In 12 % der Familien wird kein Deutsch gesprochen, was vermuten lässt, dass die Beratungsstellen auch Familien mit Migrationshintergrund erreichen. Hinsichtlich des Anteils religionsloser und muslimischer Ratsuchender verzeichnen wir von 2018 bis 2019 eine deutliche Zunahme, was darauf hindeutet, dass wir in der Arbeit mit Familien immer mehr Menschen auch außerhalb der Kirchen erreichen. Analog zur Paar-, Familien- und Lebensberatung finden wir auch in der Erziehungsberatung nicht erwerbstätige Menschen oder Leistungsempfänger\*innen unter den Ratsuchenden.

Auch im Kinderschutzbereich verfügen Beratungsstellen aufgrund ihrer speziell ausgebildeten Fachkräfte über eine besondere Expertise. In kinderschutzrelevanten Fällen, die von Beratungsstellen begleitet werden, zeigt sich für das Jahr 2019, dass sich die Mehrheit der Fälle auf körperliche und psychische Gewalt bezieht, gefolgt von aufgedecktem sexuellem Missbrauch und Vernachlässigung.

# Weshalb kommen Menschen in die Paar-, Familien- und Lebensberatung?

Psychologische Beratungsstellen nehmen einen wichtigen Platz in der psychosozialen Versorgungslandschaft ein, da sie aufgrund ihrer Niedrigschwelligkeit unter anderem eine "Brückenfunktion" erfüllen: Menschen machen die Erfahrung, dass professionelle Begleitung hilfreich sein kann. Für das Jahr 2019 wurden die Anlässe und Gründe für die Inanspruchnahme von Beratungsleistungen differenziert untersucht.

Anlässe der Beratung im Jahresvergleich	Absolut	2019	2018
Personenbezogene Beratungsanlässe	<b>11.487</b>	<b>36 %</b>	35 %
Partnerbezogene Beratungsanlässe	<b>9.919</b>	<b>31 %</b>	32 %
Familienbezogene Beratungsanlässe	<b>5.951</b>	<b>19 %</b>	19 %
Gesellschaftsbezogene / soziokulturelle Beratungsanlässe	<b>4.350</b>	<b>14 %</b>	14 %

## Beratungsanlässe in der Ehe-, Familien- und Lebensberatung 2019 im Detail

Personenbezogene 11.487	36 %
depressives Erleben	18,3 %
Selbstwertthematik	15,5 %
Ängste, Phobien	8,7 %
vegetative und psychosomatische Beschwerden	7,1 %
Suche nach Lebensorientierung	6,3 %
Verlusterlebnisse Personen	6,1 %
körperliche Erkrankungen / Beeinträchtigungen	4,7 %
Schuldgefühle	4,3 %
Konzentrations-, Arbeitsstörungen	3,2 %
Gewalt- / Missbrauchserfahrung	3,2 %
aggressive Impulse / Handlungen	2,9 %
Sonstiges	2,3 %
Themen des Alterns	2,2 %
Kontaktprobleme	1,9 %
Partnersuche / Partnerwahl	1,7 %
Alkohol	1,6 %
Ess-Störungen	1,4 %
psychotische und autistische Auffälligkeiten	1,3 %
Suizidalität	1,3 %
Sexualität	1,3 %
sonstige Sucht	1,2 %
Zwänge	1 %
Glaubens- und Sinnfragen	0,9 %
Verlusterlebnisse materiell	0,8 %
Schwangerschaft	0,6 %
sexuelle Übergriffe (Täter)	0,3 %

Partnerbezogene 9.919	31 %
Kommunikationsprobleme	19 %
Ambivalenz / Trennungswunsch und -angst	15 %
Bewältigung von Trennung	9,9 %
Eskalierendes Streitverhalten	9,8 %
Auseinanderleben / Mangel an Kontakt	9,3 %
besondere Belastungen durch einen Partner (Sucht, Krankheit, Behinderung, Gewalt)	9,3 %
Klärung des Rollenverständnisses	5,6 %
Außenbeziehung	5,4 %
Sexualität	4,6 %
Bewältigung von Übergängen (z.B. Geburt, Berentung)	4,2 %
Sonstiges	2,6 %
Gewalt	1,9 %
Kulturverschiedenheit	1,9 %
Schwangerschaft / Familienplanung	1,4 %



Die intrapsychischen Themen, mit denen erwachsene Einzelpersonen in die Beratung kommen, spiegeln die Prävalenzen in der Gesellschaft wider: Einzelpersonen kommen zumeist wegen Depressionen, Selbstwertthemen, Ängsten und Phobien. Partnerbezogene und familienbezogene Gründe machen zusammen 50 % der Anlässe der EFL aus. Hierbei fällt auf, dass Kommunikationsprobleme, Trennungsambivalenzen zwischen Partnern, aber insbesondere auch Spannungen und Streit zwischen Familienmitgliedern sowie weitere Beziehungsprobleme wichtige Gründe sind, warum Erwachsene Beratung aufsuchen. Die Vermutung liegt nahe, dass Kinder und Jugendliche durch ähnliche Themen belastet sind wie die erwachsenen Systemmitglieder. Dies unterstreicht den präventiven Charakter der EFL im Hinblick auf Kinder und Jugendliche.

<b>Familienbezogene</b>	<b>5.951</b>	<b>19 %</b>
Spannungen / Streit mit Mitgliedern der Herkunftsfamilie		<b>16,4 %</b>
familiäre Schwierigkeiten durch Trennung / Scheidung		<b>11 %</b>
Beziehungsprobleme zwischen Eltern und Kindern		<b>10,5 %</b>
Belastung durch die Vergangenheit von Familienangehörigen		<b>7,4 %</b>
Belastung durch Tod, vergleichbaren Verlust		<b>6,6 %</b>
Symptome und Auffälligkeiten von Kindern		<b>6,2 %</b>
familiäre Schwierigkeiten wegen der Kinder		<b>5,2 %</b>
Bewältigung von Übergängen		<b>5 %</b>
unterschiedliche Erziehungsvorstellungen		<b>4,6 %</b>
psychische Auffälligkeiten eines Elternteils		<b>4,2 %</b>
Sonstiges		<b>3,7 %</b>
Erkrankung, Behinderung von Kindern		<b>3,6 %</b>
Umgang mit pflegebedürftigen Angehörigen		<b>3,1 %</b>
Neuzusammensetzung der Familie		<b>2,5 %</b>
Gewalt in der Familie		<b>2,5 %</b>
Erkrankung, Behinderung eines Elternteils		<b>2,3 %</b>
Geschwisterproblematik		<b>1,9 %</b>
Sucht eines Elternteils		<b>1,4 %</b>
Sucht von Kindern		<b>1 %</b>
Sexueller Missbrauch		<b>0,8 %</b>
Vernachlässigung von Kindern		<b>0,3 %</b>

<b>Gesellschaftsbez. / soziokulturelle</b>	<b>4.350</b>	<b>14 %</b>
Ausbildungs-, Arbeitssituation		<b>30,8 %</b>
Arbeitslosigkeit		<b>15,3 %</b>
Wohnsituation		<b>14,5 %</b>
finanzielle Situation		<b>10,8 %</b>
Migration		<b>8,7 %</b>
Probleme im sozialen Umfeld		<b>7,7 %</b>
Rechtsinformation		<b>5,9 %</b>
kirchlich-religiöse Situation		<b>4,5 %</b>
Sonstiges		<b>1,8 %</b>

# Weshalb kommen Menschen in die Erziehungsberatung?

In der Erziehungsberatung zeigt sich als Hauptgrund für die Beratung "Belastungen des jungen Menschen durch familiäre Konflikte". Dies bedeutet, dass über die in der Beratung anwesende Indexperson hinaus immer auch das Geschehen in der Familie und insbesondere auch negative Dynamiken zwischen den Eltern der ratsuchenden Kinder und Jugendlichen zu beachten sind. Aus diesem Grund ist es immer relevant, warum Erwachsene in die Beratung kommen, da die Problemlagen in die Familie ausstrahlen.

Hauptgründe der Beratung im Jahresvergleich	2019	2018	
Belastung des jungen Menschen durch familiäre Konflikte	37%	37%	
Entwicklungsauffälligkeiten / seelische Probleme des jungen Menschen	20%	19%	
Auffälligkeiten im sozialen Verhalten	12%	11%	
Belastung des jungen Menschen durch Problemlagen der Eltern	10%	10%	
Eingeschränkte Erziehungskompetenz der Eltern	10%	10%	
Schulische / berufliche Probleme des jungen Menschen	7%	7%	
Gefährdung des Kindeswohls	2,5%	3,5%	
Unversorgtheit des jungen Menschen	1%	0,8%	
Unzureichende Förderung des jungen Menschen	0,5%	0,5%	



## Fachpolitische Verbände und Gremien

- » Bundeskonferenz für Erziehungsberatung (bke)
- » Berufsverband katholischer Ehe-, Familien- und Lebensberater\*innen (BV EFL)
- » Bundesverband kath. Einrichtungen und Dienste der Erziehungshilfen e.V. (BVkE)
- » Caritasverband der Diözese Rottenburg-Stuttgart (DiCV)
- » Deutsche Arbeitsgemeinschaft für Jugend- und Eheberatung e.V. (DAJEB)
- » Deutscher Arbeitskreis für Jugend-, Ehe- und Familienberatung (DAKJEF)
- » Deutscher Caritasverband (DCV)
- » Deutsche Gesellschaft für Supervision (DGSv)
- » Diakonisches Werk Württemberg (DWW)
- » Diakonie Deutschland
- » Evangelische Aktionsgemeinschaft für Familienfragen (eaf)
- » Evangelische Hauptstellenkonferenz (EHK)
- » Evangelische Konferenz für Familien und Lebensberatung (EKFuL)
- » Evangelische und katholische Kirchen Ehe-, Familie- und Lebensberatung Baden-Württemberg (4K EFL)
- » Evangelisches Zentralinstitut für Familienberatung (EZI)
- » Katholische Bundesarbeitsgemeinschaft für Ehe-, Familien- und Lebensberatung, Telefonseelsorge und Offene Tür e.V., Bonn (Kath. BAG e.V.)
- » Katholische Bundeskonferenz für Ehe-, Familien- und Lebensberatung (KBK EFL)
- » Katholische Hochschule Nordrhein-Westfalen – Fachbereich Gesundheitswesen – Master of Counseling
- » Kommunalverband Jugend und Soziales Baden-Württemberg (KVJS)
- » Landesarbeitsgemeinschaft für Erziehungsberatung Baden-Württemberg (LAG Ba Wü)
- » Landesarbeitsgemeinschaft Telefonseelsorge Baden-Württemberg (LAG TS BW)
- » Projekt "Familie stärken" der evangelischen Landeskirche Württemberg

## Ausblick und Termine 2021

### 08. März

Forum Psychologie - Theologie  
„Deckel zu oder Deckel auf?“  
Begegnungen mit sehr verletzten Menschen  
in der Seelsorge

### 08.-09. und 10.-11. Juni

Newcomer-Tagungen für Berater und Beraterinnen  
an den psychologischen Beratungsstellen

### 30. Juni

Fachtag der Psychologischen Familien- und  
Lebensberatung der Diözese und Caritas

### 06.-07. Juli

Jahrestagung der Landesstelle für die evangelischen  
und ökumenischen psychologischen Beratungsstellen

### 13.-14. Juli

Jahrestagung des KVJS/LJA für Träger und  
Leitungen von psychologischen Beratungsstellen

### 03.-05. Oktober

25. Jubiläumskongress der DGSV e.V.

### 18. Oktober

Forum Psychologie - Theologie  
„Wenn ein Wunder geschehen würde...“  
Der lösungsorientierte Ansatz in der kirchlichen Arbeit

### 27. - 29. Oktober

Wissenschaftliche Jahrestagung bke, Thema "Gewalt"

# Adressen der evangelischen, katholischen und ökumenischen Psychologischen Beratungsstellen in Württemberg

## ● Aalen

Leitung: Rudolf Salenbauch  
73430 Aalen, Weidenfelder Straße 12  
Tel.: 07361 590-80  
Fax: 07361 590-89  
kontakt@oepb.de  
www.oepb.de

### Außenstellen

- 73525 Schwäbisch Gmünd, Franziskanergasse 3
  - 89520 Heidenheim, Schnaidheimerstr. 19
- Terminanfrage über Hauptstelle

## ● Albstadt-Ebingen

Leitung: Stephan Heesen  
72458 Albstadt-Ebingen, Bahnhofstraße 26  
Tel.: 07431 13 41 80  
Fax: 07431 13 41 810  
kontakt@beratungsstelle-albstadt.de  
www.beratungsstelle-albstadt.de

## ● Bad Mergentheim

Leitung: Silke Hasselbach  
97980 Bad Mergentheim, Härterichstr. 18  
Tel.: 07931 80 69  
Fax: 07931 99 03 39  
sekretariat@beratungsstelle-mergentheim.de  
www.kirchenbezirk-weikersheim.de

## ● Biberach

Leitung: Marlies Niemeyer-Pfeifer und Jürgen Haag  
88400 Biberach, Kolpingstraße 43  
Tel.: 07351 5005-140  
Fax: 07351 5005-181  
pfl-biberach@caritas-biberach-saulgau.de  
www.caritas-biberach.de

### Außenstelle

- 88348 Bad Saulgau, Kaiserstr. 62
- Terminanfrage über Hauptstelle

## ● Crailsheim

Leitung: Manfred Dohmen  
74564 Crailsheim, Kurt-Schumacher-Str.5  
Tel.: 07951 96 199-20  
Fax: 07951 96 199-19  
ev.psychberatung.crailsheim@googlemail.com  
www.ev-psych-beratungsstelle-cr.de.tl

### Außenstelle

Sarah Knispel  
Tel.: 0791 7 20 71  
■ 74523 Schwäbisch Hall, Pfarrgasse 18,

## ● Ellwangen

Marienpflege Ellwangen Kinder- und Jugenddorf  
Zentrum für Jugendhilfe  
Leitung: Dr. Katharina Glaubitz  
73479 Ellwangen, Dalkinger Str. 2  
Tel.: 07961 884-0  
Fax: 07961 884-222  
info@marienpflege.de  
www.marienpflege.de

## ● Esslingen

Leitung: Dayena Wittlinger  
73728 Esslingen, Berliner Straße 27  
Tel.: 0711 3 42157-100  
Fax: 0711 3 42157-290  
pbs.es@kdv-es.de  
anlaufstelleesstoerungen@kreisdiakonie-esslingen.de  
www.kreisdiakonie-esslingen.de

## ● Filderstadt- Bernhausen

Leitung: Dr. Christiana Berner  
70794 Filderstadt- Bernhausen, Eisenbahnstraße 3  
Tel.: 0711 70 20 96  
Fax: 0711 70 65 70  
pbs.be@kdv-es.de  
www.kdv-es.de

### Außenstelle

- 70771 Leinfelden-Echterdingen, Gartenstraße 2  
(Tel.: 0711 7 97 93 68, Fax: 0711 7 95 31 7)  
pbs.le@kdv-es.de, www.kreisdiakonie-esslingen.de

## ● Friedrichshafen

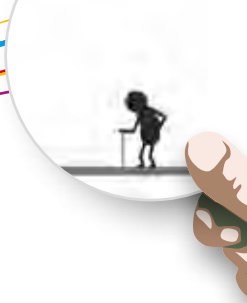
Leitung: Annika Dohrendorf  
88045 Friedrichshafen, Katharinenstraße 16  
Tel.: 07541 3000-0  
Fax: 07541 3000-50  
pfl-fn@caritas-bodensee-oberschwaben.de  
www.caritas-bodensee-oberschwaben.de

## ● Geislingen/Steige

Leitung: Gerhard Betz  
73312 Geislingen/Steige, Uracher Straße 31  
Tel.: 07331 30559-0  
Fax: 07331 30559-59  
info@pfl-geislingen.de  
www.pfl-geislingen.de

### Außenstelle

- 73079 Süßen, Bachstr. 44  
Anmeldung unter: 07331 30559-0



### ● Heilbronn

Leitung: Meinolf Zünkler  
74072 Heilbronn, Schellengasse 7-9  
Tel.: 07131 96 44 20  
Fax: 07131 96 44 720  
pbs@diakonie-heilbronn.de  
www.diakonie-heilbronn.de

### ● Heilbronn

Leitung: Gabriele Stark  
Heinrich-Fries-Haus  
74072 Heilbronn, Bahnhofstr. 13  
Tel.: 07131 89809-302  
Fax: 07131 89809-350  
pfl@caritas-heilbronn-hohenlohe.de  
www.caritas-heilbronn-hohenlohe.de

#### Außenstellen

- 74523 Schwäbisch Hall (EFL), Kurzer Graben 7, (Tel.: 0791 97020-0)
- 74564 Crailsheim (EFL), Schillerstr. 13, (Tel.: 07951 9431-27)
- 97980 Bad Mergentheim (EFL), Bahnhofsplatz 3, (Tel.: 07931 6362)
- 74613 Öhringen (EFL), Am Cappelrain 6, (Tel.: 07941 20741-59)
- 74653 Künzelsau (EFL), Kirchplatz 12, (Tel.: 07940 9353-24)

### ● Horb

Leitung: Fred-Jürgen Werr  
72160 Horb, Marktplatz 27  
Tel.: 07451 3844  
Fax: 07451 3793  
info@psych-beratungsstelle-horb.de  
www.psych-beratungsstelle-horb.de

### ● Ludwigsburg

Leitung: Claudia Kempinski  
Haus Edith Stein  
71642 Ludwigsburg, Parkstraße 34  
Tel.: 07141 2520730  
Fax: 07141 2520739  
pfl-lb@caritas-ludwigsburg-waiblingen-enz.de  
www.caritas-ludwigsburg.de

#### Außenstelle

- 71332 Waiblingen, Talstr. 12, (Tel.: 07151 1724-27)  
pfl-wn@caritas-ludwigsburg-waiblingen-enz.de

### ● Nürtingen

Leitung: Alexander Wessel  
72622 Nürtingen, Werastraße 20  
Tel.: 07022 2158-0  
Fax: 07022 2158-29  
info@pfl-esslingen-nuertingen.de  
www.pfl-esslingen-nuertingen.de

#### Außenstelle

- 73728 Esslingen, Mettinger Straße 123  
(Tel.: 0711 396954-40, Fax: 07022 2158-29)

### ● Ravensburg

Kommisarische Leitung: Ralf Brennecke  
Haus der Evangelischen Kirche  
Fachbereich Psychologische Beratung  
88214 Ravensburg, Weinbergstraße 1  
Tel.: 0751 95223-70  
Fax: 0751 39 75  
pbs@diakonie-rv.de  
www.diakonie-oab.de

#### Außenstellen

- 88239 Wangen, Buchweg 8  
(Tel.: 07522 35 52, Fax: 07522 91 22 47)
- 88316 Isny im Allgäu, Seidenstraße 3  
(Tel.: 07522 70750-0, Fax: 07522 70750-21)

### ● Ravensburg

Leitung: Sebastian Töpfer  
88212 Ravensburg, Allmandstraße 10  
Tel.: 0751 359015-0  
Fax: 0751 359015-29  
info@caritas-bodensee-oberschwaben

#### Außenstellen

- 88299 Leutkirch im Allgäu, Marienplatz 11, (Tel.: 07561 90660)
- 88339 Bad Waldsee (Haus "Die Brücke"), Robert-Koch-Str. 52,  
(Tel.: 07524 4011680)

### ● Reutlingen

Leitung: Dagmar Kühnlentz-Weidmann  
72762 Reutlingen, Tübinger Straße 61 – 63  
Tel.: 07121 17 05 1  
Tel.: 07121 17 05 2 für KollegInnen  
Fax: 07121 17 04 1  
psychologische-beratungsstelle@kirche-reutlingen.de  
www.diakonie-reutlingen.de

### ● Reutlingen

Leitung: Zrinka Lucic-Vrhovac  
72764 Reutlingen, Gartenstraße 17  
Tel.: 07121 334547  
Fax: 07121 321945  
info@psych-beratung.de  
www.psych-beratung.de

### ● Rottweil

Leitung: Silke Kammerer  
78628 Rottweil, Königstraße 47  
Tel.: 0741 246-135  
Fax: 0741 246-190  
ksb-rw@caritas-schwarzwald-alb-donau.de  
www.caritas-schwarzwald-alb-donau.de

#### Außenstellen

- 78713 Schramberg, Am Brestenberg 2
- 78727 Oberndorf, Wasserfallstr. 5

## ● Schwäbisch-Gmünd

Canisius-Beratungsstellen Schwäbisch Gmünd  
Leitung: Markus Hirsch  
73525 Schwäbisch Gmünd, Heugenstr. 1  
Tel.: 07171 1808-20  
Fax: 07171 1808-25  
canisius-beratungsstellen@franzvonassisi.de  
www.franzvonassisi.de/erziehungs-und-familienberatung

## ● Stuttgart

Leitung: Dorothee Wolf  
70178 Stuttgart, Augustenstr. 39 B  
Tel.: 0711 66 95 90  
Fax: 0711 66 95 928  
info@beratungsstelle-stuttgart.de  
www.beratungsstelle-stuttgart.de

### Außenstelle

- 70597 Stuttgart Degerloch, Löwenstraße 115  
(Tel.: 0711 7 65 71 51, Fax: 0711 7 22 06 13)

## ● Stuttgart - Ruf und Rat

Leitung: Gabriele Stark  
70174 Stuttgart, Hospitalstraße 26  
Tel.: 0711 226-2055  
Fax: 0711 226-9646  
beratungszentrum@ruf-und-rat.de  
www.ruf-und-rat.de

## ● Stuttgart - Caritasverband

Caritasverband für Stuttgart e.V.  
www.caritas-stuttgart.de

### Beratungsstellen

- Psychologische und soziale Beratungsstelle  
Mitte/Süd  
Leitung: Markus Trelle  
70180 Stuttgart, Fangelsbachstraße 19a  
Tel.: +49 711 601 703 - 0  
Fax: +49 711 601 703 - 99  
beratung@caritas-stuttgart.de
- Psychologische Beratungsstelle  
Bad Cannstatt  
Leitung: Manuel Huber  
70372 Stuttgart, Seelbergstr. 23/25  
Tel.: +49 711 933 4106 - 11  
Fax: +49 711 933 498 - 33  
pb-cannstatt@caritas-stuttgart.de

## ● Tübingen

Leitung: Dr. Peter Katzenberger  
72074 Tübingen, Brückenstraße 6  
Tel.: 07071 92 99 0  
Fax: 07071 92 99 27  
info@pbs-brueckenstrasse.de  
www.pbs-brueckenstrasse.de

### Außenstelle

- 72108 Rottenburg, Marktstraße 14

## ● Tuttlingen

Leitung: Stefan Würfel  
78532 Tuttlingen, Bogenstraße 2  
Tel.: 07461 60 47  
Fax: 07461 60 48  
info@tut.psychberatungsstelle.de  
www.psychberatungsstelle.de

### Außenstellen

- 78056 Villingen Schwenningen, Reutestr. 43  
(Tel.: 07720 76 90, Fax: 07720 95 61 20)  
info@vs.psychberatungsstelle.de
- 78549 Spaichingen, Angerstr. 41 (Tel.: 07461 60 47)  
info@tut.psychberatungsstelle.de
- 78647 Trossingen, Kirchstr. 21 (Tel. 07461-6047)

## ● Ulm

Leitung: Thorsten Schag  
89073 Ulm, Grüner Hof 3  
Tel.: 0731 15 38 40 0  
Fax: 0731 15 38 41 3  
psychberatungsstelle@kirche-diakonie-ulm.de  
www.diakonie-ulm.de

### Außenstellen

- 89150 Laichingen, Duceyer Platz 1, 2.OG (Tel.: 07333 92 33 55)
- 89129 Langenau, Lange Str. 36 (Tel.: 07345 35 53)
- 89143 Blaubeuren, Webergasse 5 (Tel.: 07344 49 60)

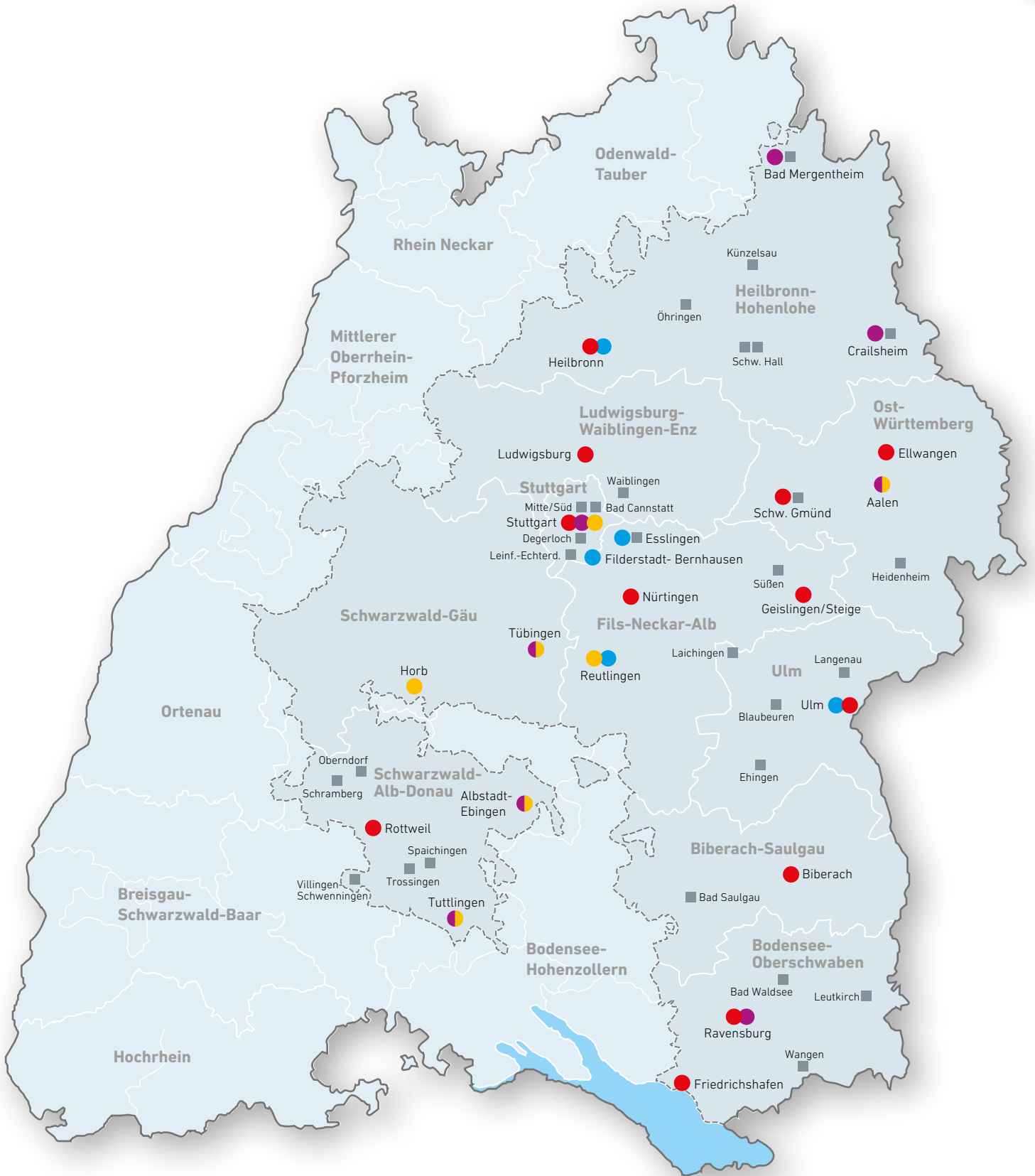
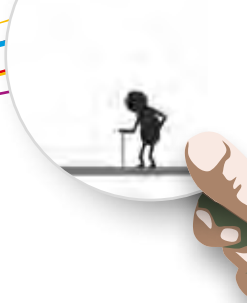
## ● Ulm

Leitung: Andreas Mattenschlager  
89077 Ulm, Spielmannsgasse 6  
Tel.: 0731 40342160  
Fax: 0731 40342169  
pfl@caritas-ulm-alb-donau.de  
www.caritas-ulm.de/

### Außenstelle

- 89584 Ehingen, Hehlestraße 2  
*Anmeldung über Hauptstelle in Ulm*

# Standorte



- Caritas (PFL)
- Diözese
- ev. Landeskirche
- Diakonie Württemberg
- Ökumenische Stellen
- Außenstellen





*Wenn du vernünftig bist,  
erweise dich als Schale und nicht  
als Kanal, der fast gleichzeitig  
empfängt und weitergibt, während  
jene wartet, bis sie gefüllt ist.*

*Auf diese Weise gibt sie das,  
was bei ihr überfließt,  
ohne eigenen Schaden weiter.*

*Lerne auch du,  
nur aus der Fülle auszugießen,  
und habe nicht den Wunsch,  
freigiebiger zu sein als Gott.*

*Die Schale ahmt die Quelle nach.*

*Erst wenn sie mit Wasser gesättigt ist,  
strömt sie zum Fluss, wird sie zur See.*

*Du tue das Gleiche!  
Zuerst anfüllen und dann ausgießen.*

*Die gütige und kluge Liebe ist gewohnt  
überzuströmen, nicht auszuströmen.*

*Ich möchte nicht reich werden,  
wenn du dabei leer wirst.*

*Wenn du nämlich mit dir selber schlecht  
umgehst, wem bist du dann gut?*

*Wenn du kannst, hilf mir aus deiner Fülle;  
wenn nicht, schone dich.*

**Bernhard von Clairvaux: Schale der Liebe**



#### Herausgeber

Landesstelle der Psychologischen  
Beratungsstellen in der Evangelischen  
Landeskirche in Württemberg  
Augustenstr. 39b  
70178 Stuttgart  
Telefon: +49 711 669586  
Fax: +49 711 6695871  
sekretariat@lpb-elk-wue.de  
www.psych-beratungsstelle-landesstelle.de

Bischöfliches Ordinariat  
Hauptabteilung VI - Caritas  
Jahnstraße 30  
70597 Stuttgart  
Telefon: 0711 9791-3002  
Telefax: 0711 9791-394  
HA-VI@bo.drs.de  
www.caritas.drs.de

Caritasverband der Diözese  
Rottenburg-Stuttgart e.V.  
Strombergstraße 11  
70188 Stuttgart  
Telefon: 0711 2633-0  
Telefax: 0711 2633-1102  
info@caritas-dicvrs.de  
www.caritas-rottenburg-stuttgart.de