

JAHRESBERICHT 2020

EFL Rhein-Erft-Kreis



Katholische
Ehe-, Familien-
und Lebensberatung

INHALT

VORWORT/JAHRESRÜCKBLICK	3
UNSER BERATUNGSANGEBOT	3
BERICHTE	
Kontaktlos in Kontakt sein	4
»Und, wie geht es Ihnen?«	5
Corona und die Folgen für unsere Klient*innen am Beispiel junger Familien	6
So habe ich mir mein Studium nicht vorgestellt ...	8
AUSZUG AUS DER STATISTIK	10
UNSER TEAM	12
DANK	13

RÜCKBLICK 2020 – VORWORT

SEHR GEEHRTE DAMEN UND HERREN,

mit dem vorliegenden Jahresbericht geben wir Ihnen einen Einblick in den Alltag und die Arbeit unserer Beratungsstelle und berichten über Themen, die besonders im Vordergrund standen und uns bewegten.

2020 war geprägt von den Geschehnissen der Pandemie, deren Auswirkung auf die gesamte Gesellschaft und demzufolge auch auf unsere Klienten*innen und uns Mitarbeiter*innen.

Wir konnten im vergangenen Jahr 560 Menschen in ihren persönlichen Lebenskrisen und in Fragen ihrer Partnerschaft und/oder ihrer familiären Probleme unterstützen. Dies ermöglichten wir auch mit verstärktem Einsatz von neuen Beratungsformaten wie Telefon- und Videoberatung (teilweise im Homeoffice) und einem verantwortlich hohen Standard an Hygiene- und Schutzkonzepten. Hinsichtlich dieser großen Herausforderungen und Veränderungen sowohl für die Ratsuchenden wie für uns, wurde uns besonders bewusst, dass mit solidarischer Einstellung und einer großen Portion Zusammenhalt viel zu erreichen ist. So war im Rückblick bei allen Beteiligten eine hohe Motivation und Bereitschaft spürbar, diese Werte zu leben, damit es gelingen konnte, mit existentieller Unsicherheit und fehlender Perspektive umzugehen, was das Ende der enormen Belastung angeht, und Erleichterungen zu schaffen.

Es ging immer wieder darum, Verletzungen und Erschöpfungszustände in der Krise zu verarbeiten, wohltuende Räume von Begegnungen zu ermöglichen und Resilienzkräfte zu entdecken und zu fördern.

Wie wirkt Corona auf uns als Berater*innen, wie sieht es bei den Familien mit Kindern unter 18 Jahren aus, wie bewältigen Studenten*innen diese Krise und welche Veränderungen in den Beratungssettings hat es bedingt durch Corona gegeben? Welchen Einfluss haben diese auf unser alltägliches Tun in der Beratungsstelle? Bei all der Ungewissheit und den umwälzenden Maßnahmen, die politisch getroffen wurden und medizinisch notwendig waren und sind, sind wir Mitarbeiter*innen auch selbst Betroffene von der Situation. Auch wir stehen in mehr oder weniger belastenden persönlichen Situationen mit alten Eltern, Freunden, Partner*innen, Kindern und Enkelkindern.

Diese Themen bilden den inhaltlichen Teil unseres diesjährigen Berichtes. Corona brachte enorme Veränderungen, hat vieles an Innovationen ermöglicht, die auch viel Gutes mit sich brachten, und uns gegenüber technischen Möglichkeiten sehr viel offener haben werden lassen.

Mit Beginn des Jahres konnten wir Frau Regina Gläßer in unserem Team willkommen heißen, ebenso Frau Fatima Schwarz, die als Beraterin im Studiengang Master of Counseling im Laufe des Jahres dazu gekommen ist. Wir freuen uns, sie im Team der Beratungsstelle begrüßen zu dürfen und hoffen auf gutes Zusammenarbeiten zum Wohle der Ratsuchenden.

Für das Team
MARGARETE ROENSPIES-DERES
 Leiterin der Beratungsstelle

UNSER BERATUNGSANGEBOT

IN DER BERATUNGSSTELLE: EINZELBERATUNG | PAARBERATUNG | FAMILIENBERATUNG
 KRISENINTERVENTION | ONLINEBERATUNG | KOMMUNIKATIONSTRAININGS FÜR PAARE
 THEMATISCHE GRUPPENANGEBOTE
EXTERN: SPRECHSTUNDEN IN FAMILIENZENTREN

KONTAKTLOS IN KONTAKT SEIN

MÄRZ 2020 – PLÖTZLICH IST VIELES ANDERS ALS DAVOR. IN DEN UNTERSCHIEDLICHSTEN LEBENSBEREICHEN. IN DER KATH. EHE-, FAMILIEN- UND LEBENSBERATUNG GEHT DIE ARBEIT MIT UNSEREN KLIENT*INNEN WEITER ALS WICHTIGE HILFE IN DIESER FÜR ALLE HERAUSFORDERNDEN ZEIT. ALLERDINGS NICHT SO, WIE ICH ES ALS BERATERIN SEIT VIELEN JAHREN KENNE UND AUCH MEINE KLIENTEN-SYSTEME.

Hier wie in unzähligen anderen Kontexten ist es nötig geworden, neue Wege der Beratungsarbeit zu beschreiben, denn persönliche Beratung in unseren vertrauten Räumen ist nicht mehr möglich.

Meine Klient*innen und ich konnten unsere Arbeit über Telefonkontakte sowie später über Online Beratung fortsetzen, was sich zunächst fremd anfühlte und im Laufe der Zeit immer selbstverständlicher wurde. Wenn wir einander nicht mehr gegenüber sitzen, ist eine in Teilen andere Methodik wichtig, um gut in Kontakt zu sein. Am Telefon, wo man sich hören, aber gar nicht sehen kann, ist es mir wichtig, mir von Klient*innen ganz viel beschreiben zu lassen. Wie sitzen sie, wie sitzen die anderen Mitglieder der Familie oder der Partner, wohin richten sich Blicke, wie werden Körperhaltung/Mimik vom jeweils anderen erlebt und wie wirkt sich das Beschriebene auf den Kontakt aus. Ich habe die Erfahrung gemacht, wie sich durch eine sehr feine Beschreibung dessen, was Klienten voneinander wahrnehmen, verhärtete Konflikte auflösen konnten. Weil dem Gegenüber zum ersten Mal klar wurde, wie er auf den anderen wirkt und welchen Schmerz dies erzeugt. – Über eine andere Art des Fragens Unsichtbares für mich als Beraterin sichtbar werden zu lassen, konnte bei Paaren zu einer neuen Sicht übereinander führen und andere Perspektiven eröffnen.

Umgekehrt beschreibe auch ich mich als Beraterin meinen Klient*innen mehr. Mit welchem Ausdruck ich eine vielleicht etwas provokante Frage stelle, was sie sähen, würden sie mich sehen können. D.h. das Medium Sprache bekommt eine neue Bedeutung. Vor allem dann, wenn es sich um Erstkontakte handelt, wenn Menschen in Not sich anvertrauen, ohne ihr Gegenüber sehen zu können. Hier ist es wichtig, über Beschreibungen Imagination so anzuregen, dass ein Gefühl davon entsteht, in »einem Raum zu sein«, auch wenn dies nicht der Realität entspricht.

In der Online Beratung kann ich meine Klient*innen sehen und sie sehen mich – dennoch ist es auch hier anders. Etwa dadurch, dass wir einander nicht wirklich anschauen können. Wenn Blickkontakt wegfällt, wir keine »Chemie« spüren können, brauchen wir ganz andere Methoden, um Vertrauen zu schaffen. Auch hier gelingt dies gut über eine Sprache, die Phantasie anregt, Bilder im Gegenüber entstehen lässt.

Und über Struktur. Da Chaos entsteht, wenn alle gleichzeitig sprechen, ist es wichtig sich zu verständigen, wann wer sprechen darf. Vor allem Paare oder Familien, die hoch emotional streiten, schaffen es so leichter, sich sachlicher zu verständigen. Paare melden zurück, dass auch das Sitzen in unterschiedlichen Zimmern, vor unterschiedlichen Bildschirmen, hilfreich ist, um strittige Punkte konstruktiver bearbeiten zu können.

Als vorteilhaft und deutlich leichter empfinden auch Familien oder Paare die Online Beratung, die in unterschiedlichen Regionen leben. Hier gelingt eine Beratungsarbeit ganz einfach, die sonst zeitlich nur schwer zu bewältigen und zu koordinieren wäre.

Eine ganz andere Art der Beratungsarbeit unter Corona Bedingungen ist die Arbeit im Freien, die es ermöglicht, mit Systemen zu arbeiten ohne Maske und Dauerbelüftung. Beim Spaziergang im Park, beim Zusammenstehen auf der Wiese, entsteht eine neue Art der Auseinandersetzung. Die andere Weite, die Bewegung, können unwillkürlich Perspektivwechsel ermöglichen.

Und nach Corona, wenn diese Pandemie überstanden ist? – Ich als Beraterin wünsche mir, diese neue Vielseitigkeit in der Arbeit bewahren zu können. In Rücksprache mit Klienten Systemen entscheiden zu können, welche Art des Arbeitens für sie die passende wäre.

Ich glaube, viele meiner Klient*innen und ich nehmen aus dieser Zeit mit, wie wichtig es ist, Unvertrautem mit einer offenen Haltung der Neugierde zu begegnen und dem Willen, andere Wege einzuschlagen.

BRIGITTE BLUM



»UND, WIE GEHT ES IHNEN?«

»UND, WIE GEHT ES IHNEN?«, EINE FRAGE, DIE MIR VON KLIENT*INNEN IN DER BERATUNG VOR DER PANDEMIE SELTEN GESTELLT WURDE. JETZT HÖRE ICH SIE HÄUFIGER, UND ES VERDEUTLICHT MIR EINE VERÄNDERUNG IM BERATUNGSPROZESS. WAS IST SEIT DER PANDEMIE IM BERATUNGSPROZESS ANDERS?

Gesellschaftliche Themen haben schon immer einen Platz in der Beratung. Und trotzdem hinterfrage ich mich nach einem Jahr Beratungsalltag mit der Pandemie, ob diese Frage: »Und, wie geht es Ihnen?« doch mehr offenbart als ich auf den ersten Blick wahrnehme? Werde ich mir als Beraterin dessen bewusster, dass gesellschaftliche Themen die Beratung deutlich beeinflussen? Kann ich momentan und im letzten Jahr durch die Pandemie diesem gesellschaftsorientierten Blick kaum ausweichen? Welche Chancen liegen darin für meine Beratungen? In diesem Zusammenhang möchte ich die Aussage des Soziologen Günter Voß aufgreifen: »Bei jedem zu beratenden einzelnen Menschen geht es immer zugleich um den Ausdruck einer gesellschaftlichen Problemlage, die darin erscheint.« (G.G. Voß, 2008, S.9).

Die Frage: »Und, wie geht es Ihnen?« kann in der Beratungssituation ein Ausdruck dafür sein, dass wir alle in einem Boot sitzen, in diesem Kontext dem Boot der von der Pandemie Betroffenen. Die Frage kann für viele kleine Gesten in der Beratungssituation stehen, die mich im letzten Jahr im Kontakt mit den Klient*innen begleitet haben, z. B. für gegenseitige Rücksichtnahme in der Begegnung, die Klärung von Rahmenbedingungen der Beratungssituation und gemeinsame Vereinbarungen über Hygienemaßnahmen. Zusätzlich kann sie eine Rolle spielen bei Bemerkungen oder Beratungsinhalten in der Beratung, welche die Pandemie betreffen, Absprachen über die Beratungsform (Telefonberatung, Videoberatung oder Face-to-Face-Beratung) und dem gegenseitigen Verständnis bei kurzfristigen Verschiebungen von Beratungsterminen. Diese aktuelle, gesellschaftliche Situation erleben wir alle, Berater*innen und Klient*innen. Und jeder weiß darum. Das ist vermutlich der Unterschied zu anderen gesellschaftsrelevanten Themen. Darin liegt auch für mich als Beraterin die Chance, das gesellschaftliche Ganze deutlicher wahrzunehmen, meine Haltung als Beraterin und die Beraterin-Klient*innen-Beziehung in diesem Zusammenhang neu zu reflektieren.

Ich kann wahrnehmen, dass in der Beratung zwei Menschen (Klient*in und Berater*in) aufeinandertreffen, die sich nicht nur auf einer fachspezifischen Ebene begegnen, sondern beide immer auch gesellschaftlich geprägt sind, durch die Anforderungen, die zu der jeweiligen Zeit gehören und dem entsprechenden individuellen Umgang mit diesen. In Bezug auf die Pandemie passiert dies automatisch. Mein Eindruck ist, dass diese aktuelle Situation ein gegenseitiges, bewussteres Wahrnehmen auslöst und somit auf beiden Seiten Authentizität, Menschlichkeit und Beratung auf »Augenhöhe« fördert.

Rückblickend auf das Beratungsjahr 2020 nehme ich diese Erfahrung in die aktuellen und zukünftigen Beratungen mit.

Literatur:

Voß, G.G. (2008): *Gesellschaftlicher Wandel und seine Wirkung auf Beratung.*

Zugriff am 20.04.2021 unter:

<https://ggv-webinfo.de/wp-content/uploads/2015/12/Beratung-Hausinger-Interview-2008.pdf>

ISABELLA DAUER



CORONA UND DIE FOLGEN FÜR UNSERE KLIENT*INNEN AM BEISPIEL JUNGER FAMILIEN

DIE NUN SCHON VIELE MONATE ANDAUERENDE CORONA PANDEMIE BETRIFFT UNS ALLE AUSNAHMSLOS UND SO AUCH ALLE RATSUCHENDEN, DIE UM EINEN TERMIN IN DEN KATH. EHE-, FAMILIEN- UND LEBENSBERATUNGSSTELLEN BITTEN. SIE IST EIN WELTEREIGNIS UND ALS SOLCHES IN EINEM SOZIALEN UND GEMEINSCHAFTLICHEN KONTEXT ZU SEHEN.

Es trifft die Kinder, die jungen Menschen, die Menschen im mittleren Erwachsenenalter und die alten Menschen. Es trifft die Menschen, die allein leben und die Menschen, die in einer Partnerschaft sind. Ebenso trifft es die Menschen, die in einer Familie – wie auch immer sie gestaltet ist – leben.

Die Auswirkungen tangieren alle. Viele mussten Ihren Alltag umstrukturieren und den neuen Gegebenheiten anpassen. Menschen reagieren in einer Krise sehr unterschiedlich. Zwar lassen sich bei denen, die sich in einer ähnlichen Lebensphase befinden, ähnliche Auswirkungen feststellen, dennoch sind die tatsächlichen und gefühlten Belastungen sehr individuell. Es kommt auf die Lebensgemeinschaft an, in der man lebt, welche Lebensumstände gerade vorherrschen und welche Persönlichkeit man mitbringt. Und nicht zuletzt auch die Tatsache, welche Resilienzen einem gegeben sind, welche man im Laufe des Lebens erworben oder sich angeeignet hat. Konnte man Erfahrungen damit machen, dass man Vertrauen in sich selbst entwickelte, schwierige Zeiten zu überstehen? Hatte man ein nahes Umfeld, welches einen darin bestärkte, es zusammen zu schaffen? Hat man ein Vertrauen in die Welt oder vielleicht sogar einen Glauben daran, dass es schon wieder gut werden wird?

In besonderer Weise fällt in den Beratungsstellen auf, wie sehr die Familien mit kleinen Kindern und Schulkindern belastet sind, da sie die Kinderbetreuung, das Homeschooling und die Berufstätigkeit der Eltern gleichzeitig bewältigen mussten und müssen. Dies ging und geht immer noch sehr an die Belastungsgrenzen.

So kann der Alltag einer solchen Familie, in der die Eltern beide im Homeoffice arbeiten, folgendermaßen aussehen. Die Mutter steht morgens um 5:00 Uhr auf, um vor dem Aufwachen der Kinder 2 bis 3 Stunden am Computer für Ihren Job zu arbeiten. Dann wird gemeinsam gefrühstückt, die Mutter kümmert sich um die Kinder, der Vater arbeitet nach dem Frühstück am Rechner im Homeoffice. Der Vater kocht mit den Kindern das Mittagessen oder es gibt Tiefkühlpizza, wenn etwas Unvorhergesehenes passiert ist. Die Mutter macht in der Zeit die anfallende Hausarbeit (immer zu wenig, denn vieles bleibt liegen), man isst zusammen und der Vater betreut die Kinder nachmittags, geht mit ihnen nach draußen oder spielt je nach Wetter mit ihnen in der Wohnung. Zeitgleich arbeitet die Mutter im Homeoffice. Evtl. geht einer der beiden Eltern noch vor dem Abendessen das Nötige einkaufen. Nach dem gemeinsamen Abendessen werden die Kinder von der Mutter ins Bett gebracht, damit der Vater wieder an seinen Rechner zum Arbeiten kann. Die Kinder schlafen und, wenn alles gut geht, können die Eltern jetzt noch beide etwas für den Job tun. Parallel ruft die Hausarbeit. Die Mutter muss zeitig ins Bett, weil am kommenden Morgen der Wecker erneut sehr früh die Nacht beendet.

So oder so ähnlich sehen die Tage einer jungen Familie aus (wenn die Familie Schulkinder hat, müssen die Eltern ihre Kinder parallel beim Lernen unterstützen) und wir können uns vorstellen, wie eng alles getaktet ist, wie alles funktionieren muss, damit die Anforderungen von Job, Haushalt, Kinderbetreuung, Schule und Erziehung erfüllt werden können und welche möglichen Gefahren in einem solchen Alltag stecken.

Diese Herausforderung zu bestehen, setzt voraus, dass alle Familienmitglieder gut »funktionieren« und hoffentlich keine weiteren unvorhergesehenen Ereignisse eintreten. Dann dürfen eine Krankheit oder Probleme am Arbeitsplatz nicht auch noch hinzukommen.

Die Paare, die Teil dieser Familien sind, haben kaum Zeit füreinander und beschreiben uns in der Folge, dass Corona wie ein »Marathon« sei. Jedoch gibt es einen entscheidenden Unterschied. Ein Marathonläufer hat genügend Vorbereitungszeit und kann sich akribisch auf das Ereignis einstellen. Corona lies das nicht zu. Es gab keine Vorstellung davon, wie Corona sein könnte, welche Vorkehrungen man treffen sollte und was möglicherweise diese Pandemie für eine junge Familie, die auch die Hilfe der Großeltern nicht mehr in Anspruch nehmen konnte, bedeuten würde. Dass es keine Kita und keine Schule gab, war eine noch nie da gewesene Situation.

Zudem, um bei dem Bild des Marathons zu bleiben, weiß man, wie lange ein Marathon dauert und wie man bestmöglichst – je nach eigener Kondition – seine Kräfte einteilt. Dazu gehört auch, dass man das Ende kennt, auch, wenn man sich die Strapazen möglicherweise nicht so groß vorgestellt hat.

In der Coronapandemie ist das Ende jedoch nicht absehbar. Die Familien konnten und können Ihre Kräfte dementsprechend nicht einteilen. Was wir spüren ist, dass eine Müdigkeit, ein »es geht nicht mehr«, ein »wir müssen die letzten Kräfte mobilisieren« einsetzt. Und das melden die Ratsuchenden uns auch zurück. Hinzu kommt, dass der Familienalltag tagein tagaus in den gleichen Räumen stattfindet und viele Familien keine großen Wohnungen haben.

Und gerade Paare, denen es schon vor der Pandemie in Ihrer Partnerschaft nicht gut ging, nehmen diese Probleme mit in die Krisensituation. Die ohnehin schlummernden Konflikte können nicht in Ruhe besprochen werden, werden eher aufgeschoben. Es bleibt keine Zeit, auch einmal ohne die Kinder zu reden und die Probleme anzugehen. Dazu können neue Krisen entstehen, dadurch, dass das nahe Beieinander von Familie und Beruf, die Kinderbetreuung und die Hausarbeit keineswegs konfliktfrei ist und von den Paaren ein immer neues Aushandeln und Besprechen erfordert.

Eine solche von außen herangetragene Krise kann dazu führen, dass die Probleme in der Partnerschaft wie unter einem Brennglas noch deutlicher erscheinen. Welche Auswirkungen diese Zeit in der Zukunft für die jungen Familien langfristig haben wird, wird sich zeigen.

Neben den vielen negativen Folgen berichten Paare auch Positives. Die langen und oft anstrengenden Fahrtzeiten zur Arbeit seien weggefallen, hätten Zeit geschenkt, man habe viele schöne Stunden miteinander verlebt, oft entspannter als vor Corona. Man habe sich mehr Zeit für die Kinder nehmen können, habe gespielt, miteinander gekocht und gegessen und viel draußen unternommen. Es habe auch immer wieder Zuversicht gegeben, dass »Wir« es gemeinsam schaffen. Das Zurückgeworfensein auf die Kernfamilie habe oft gezeigt, dass man sich aufeinander verlassen könne und sich unterstützt habe.

Die Anregungen von außen und die Kontakte zu Gleichartigen hätten zwar gefehlt, aber man habe andere Formen der Kontaktpflege ausprobiert und schätzen gelernt. Man habe auch den Tagesablauf gut zu strukturieren verstanden und sich von den vielen bedrückenden Nachrichten nicht überfluten zu lassen.

Viele der jungen Familien haben uns zurückgemeldet, eine größere Dankbarkeit zu spüren und auch dankbar dafür zu sein, dass es das Angebot der Kath. Ehe-, Familien- und Lebensberatung mit Mail-, Telefon- und Videoberatungen durchgängig gab und von ihnen in Anspruch genommen werden konnte.

MARGARETE ROENSPIES-DERES



SO HABE ICH MIR MEIN STUDIUM NICHT VORGESTELLT ...



Als **SARA** ihren ersten Beratungstermin in Brühl wahrnimmt, wirkt sie traurig und erschöpft. Seit vier Wochen wohnt sie jetzt wieder bei ihren Eltern, was sie als anstrengend und belastend erlebt, da diese sich getrennt haben und der Vater bald ausziehen wird. Die Eltern behandeln sie, als wäre sie nie weg gewesen. Sie hat angefangen, Psychologie zu studieren, genau der Studiengang, den sie unbedingt studieren wollte, in der Stadt, die sie sich gewünscht hatte. Nur zwei Monate hat Sara im Studentenwohnheim in Hamburg gewohnt. Jetzt ist sie wieder hier und studiert aufgrund der Corona-Pandemie von zu Hause aus online. Sara berichtet, dass schon ihre Schulzeit abrupt mit dem ersten Lockdown endete. Sie sei immer gerne in die Schule gegangen und hatte sich sehr auf die Mottowoche und die Abifeier gefreut. Auch das bewusste Abschiednehmen von Freund*innen, Lehrer*innen und dieser Lebensphase musste sie ganz anders, als sie es sich ursprünglich vorgestellt hatte, gestalten.

Sara ist eine von mehreren Student*innen, die im letzten Jahr unserer Beratungsstelle aufgesucht haben. Die jungen Erwachsenen kämpfen seit Monaten mit den Corona-Einschränkungen. Das Studium läuft so ganz anders als geplant. Sehr viele Studierende lernen von zu Hause aus, die Vorlesungen finden per Video-Chat statt. Ein echter Kontakt zu anderen Studierenden fehlt, viele befinden sich in der Homeoffice-Isolation. Schon vor der Corona-Pandemie klagten seit der Bologna-Reform viele Studierende über zunehmenden Leistungsdruck im Studium. Angesichts der sozialen Beschränkungen und existenziellen Unsicherheiten in der Corona-Zeit sowie der eingeschränkten Handlungsfähigkeit kann die Gefahr einer psychischen Krise bei den Studierenden wachsen. Die Student*innen gelten nicht zuletzt als vulnerable Gruppe, da sie noch am Anfang ihrer Lebensplanung und -entwicklung stehen. Individuelle und persönliche Voraussetzungen spielen bei der Entstehung von psychischen Problemen ebenfalls eine Rolle.

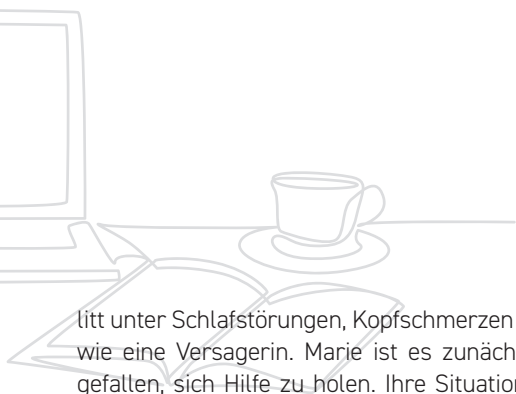
Gerade die Erst- und teilweise auch die Zweitsemester sind in der Corona-Pandemie diejenigen, die möglicherweise noch nie eine Hochschule von innen gesehen haben, dann in ein Digitalsemester kommen und irgendwie Kontakte knüpfen müssen. Erstsemester haben häufig sowieso erst einmal Orientierungsschwierigkeiten, vor allem diejenigen, die vielleicht nicht aus einem Akademiker-Hintergrund kommen. Die neuen Studierenden finden sich anstatt in Hörsälen in Zoom-Videokonferenzen wieder, kennen ihre Kommiliton*innen oftmals nur als kleine Kachel und wissen nicht, wie sich deren Stimmen außerhalb des Computers anhören. Die persönlichen Begegnungen, der Austausch auch ohne die Lehrenden,

die Interaktion und der Diskurs unter den Studierenden fehlen. Auch wenn die Hochschulen sich sehr bemühen, in der Coronakrise das Studieren zu ermöglichen, ist es nicht die gleiche Diskussions- und Lernkultur, als wären die Studierenden in einem Raum. Laut einer Studie der Universität Hildesheim vermissen 90 Prozent der Studierenden ihre Studienkolleg*innen. In einer Umfrage des Stifterverbandes für die deutsche Wirtschaft unter 11.000 Studierenden war die Zufriedenheit mit der Lehre von 85 Prozent im Wintersemester auf 51 Prozent gesunken. Die befragten Student*innen gaben zudem an, dass Einsamkeits-, Motivations- und Konzentrationsprobleme zugenommen haben.

Allein in einer fremden Stadt zu sein, in einem kleinen WG-Zimmer ohne Anbindungsmöglichkeiten, die Student*innen in der Regel auf dem Campus haben, kann eine große Belastung darstellen. Das Studium, das sich Studienanfänger*innen vorgestellt hatten, konnte für sie zum Teil gar nicht richtig beginnen. Unter Umständen wird sogar der Abbruch des Studiums in Erwägung gezogen. Viele Studierende verlassen ihren Studienort in Richtung Heimat zu den Eltern, wo es vielleicht einen Garten gibt und sie nicht allein sind in einer Zeit, in der es so viele Einschränkungen gibt. Manche bleiben aber auch aus Angst in der Studienstadt, um das Virus nicht in die ländliche Heimatstadt mitzunehmen. Viele junge Menschen leben in der ständigen Angst, unbemerkt jemanden anzustecken. Darf die Freundin zur Begrüßung noch umarmt werden oder darf überhaupt jemand gedatet werden? Jedes Kratzen im Hals kann schon Nerven kosten sowie Unsicherheit und Ängste auslösen.

MARIE, eine andere ratsuchende Klientin, berichtet, dass sie im ersten Lockdown, in den ihr zweites Semester fiel, die meiste Zeit mit Arbeit für die Uni, schlafen, kochen, Sport in der Einzimmerwohnung und Joggen verbracht habe. Mit Freunden habe sie viel telefoniert und der Lebensmitteleinkauf wurde zum Highlight des Tages. Zunächst sei sie ganz gut mit den Einschränkungen zurechtgekommen, auch weil sie hoffte, dass die Situation im Sommer besser werden würde. Zunehmend fühlte sich Marie aber einsamer, es fiel ihr immer schwerer, sich zum Lernen zu motivieren und sich auf die Studieninhalte zu konzentrieren. Es fehlten ihr die Kontakte zu Kommiliton*innen, sie vermisste eine Lerngruppe und den Ausgleich, den sie im ersten Semester noch in Aktivitäten mit den Studienkolleg*innen gefunden hatte. Als sie dann noch einige Klausuren nicht bestand, geriet sie in eine Krise. Marie, die immer eine gute Schülerin gewesen war und behütet aufgewachsen ist, bekam massive Selbstzweifel,

*»Krisen sind Angebote des Lebens, sich zu wandeln.
Man braucht noch gar nicht zu wissen, was neu werden soll;
man muss nur bereit und zuversichtlich sein.«
(Luise Rinser)*



litt unter Schlafstörungen, Kopfschmerzen und fühlte sich wie eine Versagerin. Marie ist es zunächst nicht leichtgefallen, sich Hilfe zu holen. Ihre Situation kam ihr aushaltbar vor im Vergleich zu den schwer Erkrankten auf den Intensivstationen, den durch die Pandemie arbeitslos gewordenen Menschen oder den Eltern im Homeoffice mit zu Hause beschulten Kindern oder kleinen Kindern, die nicht in die Kita durften.

Viele junge Menschen haben gute Strategien (entwickelt), mit der Krise umzugehen, vor allem diejenigen, die viel Rückhalt in ihrem sozialen Umfeld haben. Nach einer Umfrage des Zentralinstituts für seelische Gesundheit hatten aber auch viele junge Menschen bereits nach dem ersten Lockdown mit psychischen Problemen aufgrund der sozialen Isolation zu kämpfen. 57 Prozent von 666 befragten jungen Menschen zwischen 16 und 25 Jahren gaben an, sich psychisch belastet zu fühlen, 38 Prozent sprachen sogar von einer mittleren bis schweren psychischen Belastung. Eine besonders betroffene Gruppe machte dabei die Gruppe an jungen Erwachsenen aus, die sich in einem institutionellen Übergang befanden, wie z. B. von der Schule in eine Ausbildung oder ein Studium. Eine weitere betroffene Gruppe seien laut Umfrage die jungen Menschen mit beispielsweise geringeren finanziellen Mitteln oder einem fehlenden stabilen sozialem Umfeld.

LEON, ebenfalls ein junger Student, ohne stabiles familiäres Netz, meldete sich im zweiten Lockdown in der Beratungsstelle an. Er hatte Angst, in eine Depression zu rutschen, die er als Jugendlicher bereits durchlebt hatte. Um sein Studium zu finanzieren, hatte er einen Job in der Gastronomie, den er aufgrund der Pandemie nicht mehr ausüben konnte. Leon fühlte sich plötzlich isoliert, einsam, kraftlos und im Stich gelassen, auch von der Politik, die seiner Meinung nach die Studierenden gar nicht auf dem Schirm hätten. Die Unsicherheit, wie es weiter gehen könne, da ja niemand wisse, wie lang die Corona-Pandemie noch anhalte, und Zukunftsängste belasten ihn sehr.

Die ratsuchenden Studierenden, die im letzten Jahr unsere Beratungsstelle aufgesucht haben, waren mutig und bereit, Hilfe anzunehmen in einer schwierigen Zeit, die bei ihnen Krisen ausgelöst hat. Die jungen Menschen haben sich intensiv mit sich und ihren Themen auseinandergesetzt. Um ihre Krisen zu bewältigen, haben sie sich mit der Bewusstmachung und Nutzung ihrer persönlichen und sozialen Ressourcen beschäftigt. Die derzeitige Corona-Situation zu akzeptieren, ist den meisten erst einmal nicht leichtgefallen. Alle hatten aber den Willen, etwas in Ihrer Lebenssituation zu verändern und das

Beste aus den Gegebenheiten zu machen. Die Erfahrung, auch in einer Pandemie, die geprägt ist von Unsicherheit, Angst, Einsamkeit und Unkontrollierbarkeit, etwas im eigenen Leben beeinflussen und verändern zu können, hat den jungen Ratsuchenden geholfen, ihre Selbstwirksamkeit wieder zu spüren und sich nicht mehr so hilflos und ausgeliefert zu fühlen. Auf die Frage, was Ihnen bei der Bewältigung der Krise geholfen hätte, wurden verschiedene Aspekte genannt. Die bewusste Wahrnehmung und das Zulassen aller Gefühle, die in der Beratung Raum und Halt fanden, wurden als sehr hilfreich erlebt. Das Festlegen von kleinen erreichbaren Zielen sowie auch die Entwicklung von Visionen für das eigene Leben nach Corona taten den Ratsuchenden gut. Sara profitiert sehr von einer Tagesstruktur, die sie sich schafft, in denen es feste Zeiten gibt fürs Lernen, für Bewegung, Entspannung und vor allem für soziale Kontakte. Die Statistikaufgaben bearbeitet Sara nun regelmäßig mit einer Kommilitonin über Zoom, was beiden sogar Spaß macht, obwohl die Studentinnen großen Respekt hatten vor diesem Fach. Sie geht regelmäßig mit Freundinnen spazieren und achtet sehr darauf, welche Kontakte ihr gut tun und für sie nährend sind.

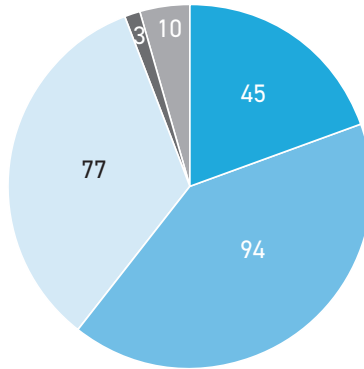
Marie hat sich in der Beratung bewusst gemacht, dass die nicht bestandenen Klausuren nicht ihren Wert als Mensch bestimmen und dass auch etwas mal nicht gelingen darf. Sie hat gelernt, sich selbst mitfühlend zu begegnen, so wie sie es auch mit ihren Freundinnen macht. Marie konnte für sich wertvolle Strategien im Umgang mit der Corona-Situation entwickeln. Außerdem hat sie das Malen für sich entdeckt. Das, was sie fühlt und erlebt, versucht sie nun auch kreativ zu verarbeiten.

Leon hat sich in der Beratung intensiv mit den Gefühlen und Erlebnissen in seiner Herkunftsfamilie auseinandergesetzt. Ihm wurde im Beratungsprozess das erste Mal bewusst, welche wertvollen Kompetenzen er entwickelt hat aufgrund seiner familiären Situation. Er hat seinen Blickwinkel verändert und sich mit dem Thema Selbstfürsorge beschäftigt. Leon hat erkannt, wie wichtig soziale Kontakte für ihn sind und wie er diese auch in der Corona-Krise aufrechterhalten kann. Außerdem hat er mehr Bewegung in sein Studentenleben integriert, indem er jetzt regelmäßig joggen geht, was ihm viel Freude bereitet.

Alle drei Studierenden haben im Beratungsprozess Neues entdecken können, ausprobiert und gewagt. Die jungen Menschen haben sich Unterstützung in Form von Beratung gesucht und sind an ihren Krisen gewachsen und gereift.

STATISTIK EFL RHEIN-ERFT-KREIS 2020 (AUSGEWÄHLTE DATEN)

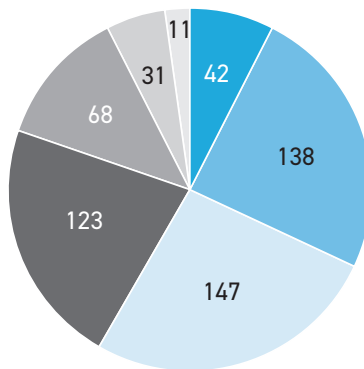
2287
STUNDEN
IN EINZEL- PAAR
ODER FAMILIEN
SITZUNGEN



Anzahl der
abgeschlossenen Fälle: 229
davon Beratungsfälle mit

- 1 Gespräch
- 2 bis 5 Gespräche
- 6 bis 15 Gespräche
- 16 bis 20 Gespräche
- über 20 Gespräche

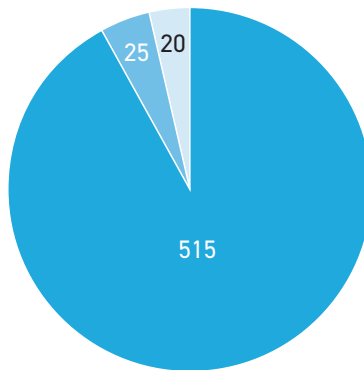
560
KLIENT*INNEN
340 FRAUEN
220 MÄNNER



Alter

- bis unter 30 Jahre
- 30 bis unter 40 Jahre
- 40 bis unter 50 Jahre
- 50 bis unter 60 Jahre
- 60 bis unter 70 Jahre
- 70 bis unter 80 Jahre
- über 80 Jahre

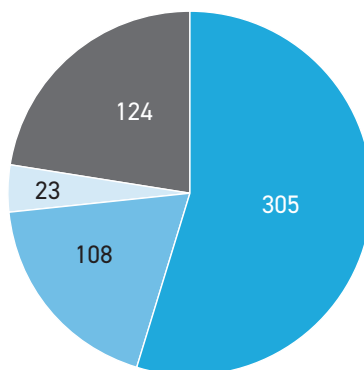
85
ONLINE-
BERATUNGEN
14 KLIENT*INNEN



Herkunft/Migrationshintergrund

- Deutschland
- Ausland europäisch
- Ausland außereuropäisch

FAMILIENSTAND
VERHEIRATET: 418
LEDIG: 91
GESCHIEDEN: 42
VERWITWET: 9



Religionszugehörigkeit

- röm. katholisch
- evangelisch
- sonstige
- ohne

AKTUELLE FAMILIENFORM

ohne Kinder	80
mit ausschließlich volljährigen Kindern	103
verheiratete leibliche Eltern*	143
unverheiratete leibliche Eltern*	6
verheiratete Stief-/Patchworkfamilien mit Stiefkind*	6
unverheiratete Stief-/Patchworkfamilien mit Stiefkind*	13
Pflege-/Adoptivfamilie*	2
Alleinerziehende Mutter*	14
Alleinerziehender Vater*	0
nicht mit Kindern zusammen lebende Väter/Mütter*	5

*mit mindestens einem minderjährigen Kind nach SGBVIII

PERSONENBEZOGENE THEMEN

(Auswahl der häufigsten Nennungen)

Selbstwertproblem/Kränkungen	72
Stimmungsbezogene Probleme (z. B. Depression)	69
Kritische Lebensereignisse/Verlusterlebnisse	65
Konzentrations-/Arbeitsstörungen	29
Ängste und Zwänge	27
Vegetative/psychosom. Probleme	25
Körperliche Erkrankung	25
Traumatische Erlebnisse (z. B. Missbrauch)	21
Probleme im Sozialkontakt	20
Glaubens- und Sinnfragen	16

PARTNERBEZOGENE THEMEN

(Auswahl der häufigsten Nennungen)

Dysfunktionale Interaktion/Kommunikation	134
Beziehungsrelevante Aspekte aus der Paargeschichte	108
Beziehungsrelevante Aspekte aus der Herkunftsfamilie	69
Bewältigung von Übergängen	60
Auseinanderleben/Mangel an Kontakt	55
Partnerwahl/Partnerbindung	55
Sexualität	49
Heftiger Streit	48
Trennungswunsch/Angst vor Trennung	48
Bewältigung von Trennung	41
KJHG Bezug § 17	145

UNSER TEAM

Das Team der Beratungsstelle besteht aus den Sekretärinnen, den Beraterinnen und Beratern. Sie kommen aus unterschiedlichen psychosozialen Grundberufen. Alle haben eine Zusatzausbildung zum Ehe-, Familien- und Lebensberater nach den Richtlinien der Kath. BAG e.V. oder einen »Master of Counseling« erworben und haben weitere therapeutisch-beraterische Qualifikationen.

LEITUNG

Margarete Roenspies-Deres
Dipl. Psychologin / Dipl. Theologin
EFL-Beraterin

MITARBEITERINNEN IN BRÜHL

Isabella Dauer
Ergotherapeutin (BA)
EFL-Beraterin

Regina Gläßer
Dipl. Sozialarbeiterin
EFL-Beraterin (MC)

Fatima Schwarz
Dipl. Psychologin
EFL-Beraterin in Ausbildung (MC)

Judith Engelbert-Kühl
Sekretariat

MITARBEITERINNEN IN BERGHEIM

Elke Behrens-Bruckner
Pädagogin
EFL-Beraterin
Syst. Integrative Paartherapeutin

Waltraud Schmidt
Sekretariat

MITARBEITERIN IN ERFSTADT

Brigitte Blum M.A.
EFL-Beraterin
Syst. Familientherapeutin (SG)

FACHTEAM

Jörg Fricke
Rechtsanwalt,
Fachanwalt für Familienrecht und Erbrecht

Matthias Harms
Arzt für Psychiatrie und Psychotherapie

Pfarrer Christian Ott
Supervisor (DGSv), Psychoanalytiker

SUPERVISORIN

Brigitte Büchler-Schäfer
Supervisorin DGSv,SG, Coach nach DBVC

FREIE MITARBEITER*INNEN

Friederike Ludwig
Juristin und Mediatorin
EFL-Beraterin (MC)
Syst. Familientherapeutin (DGsf)

Gabriele Schließer
Psychologin (M.Sc.)
Syst. Familientherapeutin (DGsf)

Christof Horst
Dipl. Pädagoge
Dipl. Theologe
EFL-Berater

Thomas Pieger
Dipl. Pädagoge
Syst. Familientherapeut (DGsf)



DANKE

Um unser umfangreiches Beratungsangebot aufrecht-erhalten zu können, sind wir auf Spenden angewiesen. An dieser Stelle möchten wir uns bei allen bedanken, die uns mit kleinen und großen Spenden unterstützt haben. Unser Dank gilt allen, die unsere Arbeit in diesem Jahr ideell und finanziell bedacht haben.

Besonders erwähnen möchten wir die kfd Brühl Pingsdorf, die kfd Brühl Heide, die Aktion Gemeinsinn Brühl, die uns regelmäßig einen Teil ihrer ehrenamtlichen Einnahmen zukommen lassen. Unser Dank gilt auch der Stadt Bedburg für die Bezuschussung unserer Arbeit und der Dr. Richard Fricke Stiftung/Bergheim.

Unser Dank gilt Pfarrer Thull und den leitenden Pfarrern der Seelsorgebereiche, die uns mit einer Sonderkollekte für die Arbeit der EFL bedacht haben.

Mit Hilfe dieser Gelder war es uns möglich, die Arbeit der freien Mitarbeiter*innen zu finanzieren und so den Ratsuchenden zeitnaher eine Hilfe anzubieten.

Das Team der Mitarbeiter*innen bedankt sich herzlich bei allen, die unsere Arbeit im vergangenen Jahr mit Interesse und Vertrauen begleitet und mitgetragen haben.

UNSER BESONDERER DANK GILT

- dem Erzbistum Köln
- dem Landschaftsverband Rheinland
- unserem Kreisdechanten Msgr. Achim Brennecke
- den Mitarbeiter innen im Gemeindeverband der Kath. Kirchengemeinden Rhein-Erft-Kreis, namentlich dem Geschäftsführer Herrn Gerd Klasen
- unseren Fachteammitgliedern
- der Referentin für Ehepastoral im Rhein-Erft-Kreis, Frau Regina Oediger-Spinrath
- unserer Supervisorin Frau Büchler-Schäfer
- unseren Kooperationspartnern
- allen Freunden und Förderern, die unsere Arbeit in diesem Jahr ideell und mit Spenden unterstützt haben
- den Ratsuchenden für das entgegengebrachte Vertrauen



UNSERE HILFE IST KOSTENLOS, ABER NICHT UMSONST

Die Finanzierung leisten das Erzbistum Köln und das Land NRW. Notwendige Ergänzungen zu unserem Angebot der Beratungsstelle sind nur über Spenden finanzierbar. Spenden können steuerlich abgesetzt werden.



SPENDENKONTO

Kath. Ehe-, Familien- und Lebensberatung Rhein-Erft-Kreis
Kreissparkasse Köln
IBAN: DE55370502990142275531
BIC: COKSDE33
Spende für die Kath. Ehe-, Familien- und Lebensberatung Rhein-Erft-Kreis

IMPRESSUM

VERANTWORTLICH FÜR DEN INHALT

Margarete Roenspies-Deres

REDAKTION

Team der Beratungsstelle

GRAFIK UND LAYOUT

Barbara Schwerdtfeger

Kath. Beratungsstelle
für Ehe-, Familien- und Lebensfragen
Schloßstraße 2
50321 Brühl
Telefon: 02232 13196
E-Mail: info@efl-rhein-erft-kreis.de
www.efl-rhein-erft-kreis.de

KONTAKT

KATHOLISCHE BERATUNGSSTELLE FÜR EHE-, FAMILIEN- UND LEBENSFRAGEN

Schloßstraße 2
50321 Brühl

Telefon: 02232 13196
E-Mail: info@efl-rhein-erft-kreis.de
www.efl-rhein-erft-kreis.de

SEKRETARIATSZEITEN

montags – freitags | 9:00 – 12:00 Uhr
montags | 14:00 – 15:00 Uhr

NEBENSTELLEN

50127 Bergheim-Quadrath
Domackerstraße 54
Telefon: 02271 908111

50374 Erftstadt-Lechenich
Franz-Busbach-Straße 9
Telefon: 02235 691186

TRÄGER

Verband Kath. Kirchengemeinden
Rhein-Erft-Kreis

