



Katholische
Ehe-, Familien-
und Lebensberatung

INHALT

	<i>Seite</i>
Gedanken _____	3
Vorwort _____	4
Angebote für besondere Zielgruppen _____	8
Unsere Beratungsarbeit in Zahlen _____	11
Vernetzung – Arbeitskreise – Kooperationen _____	14
Fortbildungen _____	15
Mitarbeiter:innen _____	16
Das Beratungsangebot im Überblick _____	17
Unsere Hilfe ist kostenlos, aber nicht umsonst _____	19
Wissenswertes zur Beratungsstelle auf einen Blick _	20
Impressum _____	20

FRIEDEN

**Wer mit sich selbst im Frieden lebt,
kommt nicht in Versuchung,
anderen den Krieg zu erklären.**

Ernst Ferstl
(österreichischer Schriftsteller)

Sehr geehrte Damen und Herren,

mit dem vorliegenden Jahresrückblick für das Jahr 2022 geben wir Ihnen Einblicke in die Arbeit der Beratungsstelle.

Unser Beratungsangebot richtet sich an Paare, Eltern und Einzelpersonen ab 18 Jahre. Im Jahr 2022 haben 644 Menschen eine Beratung in Anspruch genommen – im Jahr 2021 waren es 632 Ratsuchende.

Die Anlässe, die zu einer Anmeldung führen, sind vielschichtig und rühren aus persönlichen, familiären und partnerschaftlichen Krisen und Konflikten (nähere Informationen finden Sie ab Seite 11). Im Jahr 2022 spiegelten sich zunehmend auch gesellschaftspolitische Themen, wie der Krieg in Europa und deren Folgen im Alltagsleben in Deutschland, sowie die Auswirkungen der Corona-Pandemie in Beratungsgesprächen wieder.

Die als unsicher erlebte gesellschaftliche Welt im Außen erhöht den psychischen Druck und verschärft intra- und interpsychische Konflikte und Krisen der Ratsuchenden.

Es wurden Ängste benannt beispielsweise:

- vor einem Krieg, in dem auch Deutschland eine aktive Rolle spielen könnte,
- die Sorge um Familienmitglieder/Freunde, die in Russland bzw. Ukraine unmittelbar von den Folgen des Krieges betroffen sind,
- existentielle Sorgen aufgrund der Inflation,
- vor der eigenen Zukunft, aber auch Sorgen vor der Zukunft für das/die Kind/er Angesichts des Krieges in Europa.

Die Folgen der Corona Pandemie wurden im zurückliegenden Jahr sichtbarer und problembelasteter in den Beratungsgesprächen geschildert:

- die räumliche Nähe, das „unausweichliche aufeinander angewiesen sein“ und die eingeschränkten Kompensationsmöglichkeiten im Beruf und Freizeit haben mitunter zur Dysbalance in der Paar- bzw. Elternbeziehung geführt. Der unterschiedliche Umgang mit den (Über-) Belastungen des Alltages (Homeoffice, Zuständigkeit – Kinderbetreuung, Schulthemen der Kinder...) hat das Gefühl des Auseinanderlebens verstärkt,

- Jugendliche/junge Erwachsene konnten ihre beruflichen Pläne nicht nach ihren Vorstellungen umsetzen, Eltern berichten sorgenvoll und zunehmend zwischen den Generationen konflikthaft von der Orientierungslosigkeit ihrer Kinder bezüglich der zögerlichen Berufswahl, ihre Lethargie, ihr eigenes Leben zu gestalten,
- der (zurückliegende) unterschiedliche Umgang mit Corona, zu Fragen von Impfung und Kontaktregeln, der weiterhin das Familienleben spaltet,
- die anhaltende Trauer um Angehörige, die ohne Verabschiedung in der Klinik/Krankenhaus gestorben sind.

In diesen Umbruchszeiten ist die Sehnsucht nach Frieden mit der eigenen Person, aber auch die Sehnsucht nach gelingendem Miteinander in stabilen Beziehungen, vor allem in der Partnerschaft und Familie, groß. In den Beratungsgesprächen kann mitunter eine Aussöhnung mit den persönlichen Lebensumständen gelingen und zu mehr intrapsychischer Sicherheit beitragen.

Das Interesse an dem dreiteiligen Gruppenangebot: „Inneren Frieden finden – eine Aussöhnung mit der eigenen Lebensgeschichte“ bestätigt diese Sehnsucht der Ratsuchenden. Dieses Gruppenangebot findet aufgrund der hohen Nachfrage beim ersten Durchlauf im Herbst 2022 im April 2023 ein weiteres Mal statt.

Ungebrochen ist das Interesse der Ratsuchenden an Wissen und Training zu gelingender Kommunikation.

Hier bieten wir Kurse an

- für Paare: „Konstruktive Ehe Kommunikation“,
- für getrenntlebende Eltern: „Kinder im Blick“,
- oder für Erwachsene: „Pimp up your (Paar)kommunikation“ ein Abend zur gelingenden Kommunikation.

Informationen zu unseren Angeboten für besondere Zielgruppen, wie

- Beratung in Gebärdensprache,
- Beratung in arabischer Sprache,
- das Onlinetool „PaarBalance“,
- den Informationsabend nach Trennung und Scheidung und zu den Gruppenangeboten finden Sie ab Seite 8.

Die Beratungsgespräche werden weiterhin in den mittlerweile zum Standard gehörenden drei Formaten angeboten: in der Präsenz, am Telefon oder im Videoformat.

Der überwiegende Teil der Ratsuchenden bevorzugt Beratungstermine in den Räumen der Stelle. Die Anfrage nach Video- bzw. Telefonberatung wird oft im Zusammenhang mit Kinderbetreuung gestellt oder aufgrund eines engen (beruflichen) Zeitfensters im Alltag oder die Ratsuchenden befinden sich an verschiedenen Orten. Ein Wechsel der Beratungsformate im Verlauf des Beratungsprozesses (Blended Counseling) wird situativ gerne in Anspruch genommen.

Nach einem intensiven Arbeitsjahr 2022 gilt der **Dank** meinen Kolleg:innen, die mit viel Engagement und Kreativität ihrer Arbeit nachgegangen sind.

Der **Dank** gilt den Kooperationspartnern und den Mitgliedern des Fachteams für intensiven Austausch und für die gute, schon über Jahre andauernde zuverlässige Zusammenarbeit.

Der **Dank** gilt dem Träger der Beratungsstelle, dem Gesamtverband der katholischen Kirchengemeinden der Stadt Köln, hier besonders Herrn Msgr. Kleine und dem Geschäftsführer Herrn von Plettenberg für engagierte und verlässliche Unterstützung.

Der **Dank** gilt dem Erzbistum Köln, dem Land NRW und der Stadt Köln für die Finanzierung der Beratungsstelle.

Ein **besonderer Dank** gilt den Ratsuchenden für Ihr entgegengebrachtes Vertrauen.

Trotz der ein oder anderen kritischen und negativen Pressemitteilung zur Kirchenkrise im Erzbistum Köln und zur katholischen Kirche in Deutschland bleiben die Anfragen nach Beratungsgesprächen hoch. Für dieses ungebrochene Vertrauen in unser psychologisches Beratungsangebot in Porz sind wir sehr dankbar.

„Wer mit sich im Frieden lebt, kommt nicht in Versuchung, anderen den Krieg zu erklären.“

Ernst Festl

Mögen wir mit unserer Arbeit einen kleinen Beitrag leisten, dass die Welt ein bisschen friedvoller wird.

Auf eine weitere gute und vertrauensvolle Zusammenarbeit in hoffentlich friedvolleren Zeiten in 2023

freut sich das Team der EFL-Porz

Theresia Stamm

Leiterin der Beratungsstelle



(PRÄVENTIVE) ANGEBOTE FÜR BESONDERE ZIELGRUPPEN

- **Familienzentren**

Junge Eltern erreichen wir durch unsere Mitarbeit in den vier katholischen Familienzentren, denen 15 Kindertagesstätten angeschlossen sind. Auch in diesem Jahr war viel Kreativität gefragt, den Kontakt zu Eltern und Mitarbeiter:innen der Einrichtungen zu halten und sie mit Informationen für ein stressreduziertes Familien- und Partnerschaftsleben in der Nachpandemiezeit zu versorgen.

Eine monatliche Telefonsprechstunde für alle Kindertagesstätten im Rahmen der Familienzentren ermöglichte den Eltern kurzfristige Gespräche und diente dazu das Beratungsangebot kennenzulernen.

- **Paar-Balance ein Online-Coaching-Programm:**

Parallel zu den Beratungen bieten wir vermehrt jüngeren Paaren das Onlinetool „Paarbalance“ an. Dieses Programm vermittelt Grundlagenwissen zum Thema Partnerschaft. Darüber hinaus werden Paare angeregt, mit kleinen selbstgewählten Aufgaben ihr partnerschaftliches Miteinander im Alltag mit den neuen Erkenntnissen zu verknüpfen. Das Online-Programm Paar-Balance ersetzt keine persönliche Beratung, kann aber den Beratungsprozess verkürzen und die Beratungsarbeit vertiefen.

- **Informationsabend nach Trennung und Scheidung**

Gemeinsam mit der Beratungsstelle für Ehe-, Familien- und Lebensfragen in Köln (Steinweg) werden Informationsabende für getrenntlebende Eltern angeboten. Nach einer Trennung oder Scheidung müssen Eltern (gemeinsame) Absprachen treffen, damit sie zu einem guten Miteinander für die Kinder in dieser schwierigen Lebensphase kommen. Eine Rechtsanwältin informierte über die aktuelle Rechtslage u.a. zu den Themen elterliche Sorge, Umgangsrecht und Kindesunterhalt.

Der Informationsabend nach Trennung und Scheidung hat viermal im Jahr stattgefunden und wurde sowohl in Präsenz als auch im Onlineformat durchgeführt.

- **Kurs: Kinder im Blick (KiB)** – in Kooperation mit der Porzer Beratungsstelle für Eltern, Jugendliche und Kinder des Caritasverbandes Köln.

Der Kurs richtet sich an Eltern, die getrennt leben und ihre Elternkompetenz in dieser belastenden Familiensituation stärken wollen. Im Mittelpunkt stehen die Bedürfnisse und die besonderen Herausforderungen der Kinder, die sich aus der Trennungssituation der Eltern ergeben. Die größte

Herausforderung für Eltern in der Trennungsphase ist der oft schwierige Umgang mit dem anderen Elternteil. Wenn Eltern es schaffen, besser und entspannter miteinander zu kommunizieren und umzugehen, bedeutet dieses für alle Beteiligten eine deutliche Entlastung.

Neben kurzen theoretischen Inputs, lebt der Kurs von praktischen Übungen (Eltern-Kind-Rollenspielen), wodurch die Eltern in die Lage versetzt werden, sich besser in ihre Kinder und auch in den anderen Elternteil einzufühlen.

Im Jahr 2022 haben zwei Kurse stattgefunden.

- **Instagram: efl_zeit.zum.reden**

Seit November 2021 sind die EFL - Beratungsstellen (Erzbistum Köln) auf Instagram vertreten.

Ziel des Angebotes ist es, jungen Menschen im Alter von 18-35 Jahren, das bestehende Angebot der EFL durch andere Formen der Öffentlichkeitsarbeit näher zu bringen und Hemmschwellen für Beratungsangebote zu reduzieren. Die Zielgruppe erhält Informationen zur Beratung (z.B. Beratungsformen, Methoden, Veranstaltungshinweise), und den ein oder anderen Impuls für die eigene Partnerschaft bzw. das eigene Leben.

- **Beratung in arabischer Sprache**

Ein freier Mitarbeiter hat in arabischer Sprache Beratungen für Menschen mit Flucht- und Migrationserfahrungen angeboten. Die Anlässe, die zu einer Beratung führen sind vielschichtig. Sie betreffen das Alltagsleben in Deutschland genauso wie Sorge um Angehörige, die im Herkunftsland verblieben sind. Zunehmend treten Loyalitätskonflikte auf, die aus der Verschiedenheit der Kulturen des Heimatlandes und des alltäglichen Lebens in Deutschland resultieren.

Die eigene Befindlichkeit in der „Muttersprache“ ausdrücken zu können, ist ein entscheidender Schlüssel zur Verarbeitung von intrapsychischen Prozessen.

- **Beratung in Gebärdensprache**

Eine freie Mitarbeiterin bietet Einzel-, oder Paarberatung für Menschen mit Hörschädigungen oder Hörbeeinträchtigungen in Gebärdensprache an. Auch hier wird die Bearbeitung intrapsychischer Konfliktthemen in den Beratungsprozessen durch den direkten Kommunikationsweg der Gebärdensprache zur EFL-Beraterin (ohne Zuhilfenahme eines Dolmetschers) erst möglich. Die Beratungsanlässe beziehen sich auf Themen zur Partnerschaft und der Familie, aber auch auf Fragen zur Lebenssituation oder zum Berufsleben. Durch die starke Reduzierung der unabhängigen Teilhabeberatungsstellen, aufgrund von finanziellen Kürzungen des Landes NRW, werden wichtige Beratungsmöglichkeiten für taube Menschen erschwert bzw. verhindert. Hier leistet die EFL – Beratungsstelle Porz mit

dem Beratungsangebot in Gebärdensprache einen wichtigen Beitrag zur Integration und Teilhabe an der Gesellschaft.

- **Konstruktive Ehe- und Kommunikationskurse (KEK-Kurse)**

Regelmäßig werden KEK-Kurse, Gesprächstrainings für Paare, die in einer mehrjährigen Beziehung leben, an unserer Beratungsstelle durchgeführt. Wie ein Paar in herausfordernden Situationen anders im Gespräch sein kann, wie Meinungsverschiedenheiten und Probleme fair für beide Seiten geklärt werden können, damit ein Dialog stattfinden kann, ist Inhalt der Gesprächstrainingseinheiten des Kurses. Maßgebliches Ziel ist die Vermittlung von Zuhörer – und Sprecherfertigkeiten, die neue Erfahrungen miteinander im Gespräch möglich machen.

- **Pimp up your (Paar)Kommunikation
ein Abend zur gelingenden Kommunikation**

Diese Onlineveranstaltung vermittelt Grundlagen, wie Kommunikation in zwischenmenschlichen Beziehungen - nicht nur in Paarbeziehungen - gelingen kann. Ziel ist es, neben theoretischen Inputs, durch kleine Übungen zu erleben, wie Kommunikation funktioniert. Wie kann es gelingen, die Botschaft und die eigenen Bedürfnisse besser zu vermitteln? Wie kann ich den anderen besser verstehen und was fördert, eigene Gefühle angemessen auszudrücken.

Diese Veranstaltung hat mit diesem Konzept in 2022 erstmalig stattgefunden. Aufgrund der positiven Resonanz zu diesem Abend wurde die Veranstaltung im März 2023 erneut angeboten.

- **Inneren Frieden finden – Aussöhnung mit der eigenen Lebensgeschichte**

Es gibt Verletzungen im Leben, die unverzeihlich erscheinen. Es kann sich um Ungerechtigkeiten des Lebens, Schicksalsschläge, Krankheiten oder vermeintliche „falsche“ Entscheidungen handeln. Besonders nachhaltig wirken als verletzend erlebte Erfahrungen mit nahstehenden Personen. Aus diesen Verletzungen und Gefühlen „auszubrechen“ heißt: Frieden zu schließen mit den Lebenszuständen, mit den anderen und sich selbst. Erst dadurch wird eine aktive Lebensgestaltung wieder möglich. Diese Veranstaltung hat „Raum“ eröffnet, dem eigenen Leben auf die Spur zu kommen und zu dem Ja zu sagen, was das Leben geprägt hat – damit innerer Frieden und Gelassenheit möglich werden kann.

Das dreiteilige Gruppenangebot wird aufgrund der hohen Zahl der Anmeldungen in 2022 im April 2023 erneut angeboten.

UNSER BERATUNGSARBEIT 2022 IN ZAHLEN

Unsere Beratungsarbeit in Zahlen

(ausgewählte Daten)

Im Jahr 2022 nahmen 644 Erwachsene unsere Beratung in Anspruch. (2021 waren es 632 Erwachsene)

Die Ratsuchenden verteilen sich auf insgesamt 477 Beratungsprozesse. Hinzu kommen 22 Onlineberatungen (Mail- und Chatberatung).

Knapp 45 % der Anmeldungen erfolgten aufgrund einer Empfehlung von Bekannten/Freunden/Familie oder aufgrund positiver Erfahrungen mit Beratung (allgemein), bzw. eigener positiver Beratungserfahrung, die erneut zur Anmeldung führt.

35 % der Anmeldungen erfolgten aufgrund der guten Vernetzung der Beratungsstelle durch andere soziale Dienste wie z.B. andere Beratungsstellen, niedergelassene Ärzte, Psychotherapeuten, Jugendamt (Allgemeiner Sozialer Dienst), Seelsorger, ...

Darüber hinaus ist das Internet eine wichtige Informationsquelle. 20 % der Erwachsenen geben an sich im Internet informiert zu haben. Mitunter erfolgt die Anmeldung auch direkt z.B. durch eine Mail, in der ein Beratungswunsch geäußert wird.

377 Beratungsprozesse konnten in 2022 abgeschlossen werden.

Beratungsformen und Beratungsstunden 2022	
Einzelsitzung	1.235
Paarsitzung	1.072
Familiensitzung	40
Gruppensitzung	72

Unser Beratungsangebot richtet sich an Erwachsene ab 18 Jahren, ledige, verheiratete, in Partnerschaft zusammenlebende, verwitwete oder geschiedene Menschen gleich welchen Geschlechts, gleich welcher sexuellen Orientierung, sowie unabhängig von Konfession und Herkunft.

Altersverteilung 2022	
18 bis unter 30 Jahre	58
30 bis unter 40 Jahre	167
40 bis unter 50 Jahre	188
50 bis unter 60 Jahre	127
60 bis unter 70 Jahre	68
70 bis unter 80 Jahre	28
80 bis unter 90 Jahre	8

Religionszugehörigkeit 2022	
röm. Katholisch	273
Evangelisch	126
sonstige	78
Ohne	167

Herkunft 2022	
Deutschland	484
ausländisch-europäisch	60
ausländisch-außereuropäisch	100

Familienstand 2022	
Ledig	190
verheiratet / eingetragene Lebenspartnerschaft	351
geschieden	81
verwitwet	22

Die Sehnsucht nach einer verlässlichen Form von Partnerschaft ist nach wie vor hoch. Das ernste Bemühen diesen Lebensentwurf zu bewahren und notfalls zu retten, ist ungebrochen; insbesondere wenn Kinder aus der Partnerschaft hervorgegangen sind. 266 Kinder und Jugendliche unter 18 Jahren haben indirekt von der Beratung ihrer Eltern profitiert.

Aktuelle Familienform 2022	
ohne Kinder	120
Fälle mit Kindern unter 18 Jahren	
- leibliche. Eltern	183
- Patchworkfamilien	15
- Alleinerziehende	39
- nicht mit Kindern zus. lebende Väter / Mütter	29
Fälle mit ausschließlich volljährigen Kindern	91

In 55 % aller Fälle sind Kinder, Jugendliche und junge Erwachsene direkt oder indirekt von den Problematiken betroffen, die Anlass sind, zu uns in die Beratungsstelle zu kommen. Unsere Beratungen dienen nicht nur den anwesenden Ratsuchenden, sondern wir haben auch bei individuellen und partnerschaftlichen Problemen das Wohl der Kinder im Blick. Insbesondere bei den Themen von Trennung und Scheidung ist dies zwingend notwendig, um psychische Folgen bei den Kindern in Grenzen zu halten. So gab es bei 236 Beratungsprozessen eine Relevanz nach dem Kinder- und Jugendhilfegesetz.

Personenbezogene und Partnerbezogene Themen

Viele Ratsuchende kommen mit mehreren, oftmals zusammenhängenden Problemen in die Beratungsstelle. Die in der Ehe oder in der Partnerschaft erlebten Probleme nehmen sowohl in den personenbezogenen Themen wie auch in den partnerbezogenen Themen den größten Teil ein.

(Mehrfachnennungen waren möglich.)

Personenbezogene Themen:	
- Selbstwertprobleme/Kränkungen	132
- Kritische Lebensereignisse / Verlusterlebnisse	123
- Stimmungsbezogene Probleme (z.B. Depressionen)	121
- Ängste und Zwänge	59
- Probleme im Sozialkontakt	45
- Traumatische Ereignisse (z.B. Missbrauch)	45

Partnerbezogene Themen:	
- Dysfunktionale Interaktion / Kommunikation	163
- Bewältigung von Trennung /Trennungswunsch / Angst vor Trennung	108
- Beziehungsrelevante Aspekte aus der Herkunftsfamilie	94
- Beziehungsrelevante Aspekte aus der Paargeschichte	68
- Auseinanderleben / Mangel an Kontakt	76
- Heftiger Streit/Tätlichkeiten, Gewalt	68

VERNETZUNG - ARBEITSKREISE - KOOPERATIONEN

Leitungskonferenz der Kath. Ehe-, Familien- und Lebensberatung im Erzbistum Köln

Arbeitskreise im Erzbistum Köln:

- Supervision und Fachteam der EFL – Onlineberatung
- Beratung von Menschen mit Fluchterfahrungen und Migrationshintergrund

Arbeitskreis der Leitungen der Erziehungs-, Ehe-, Familien- und Lebensberatungsstellen in der Stadt Köln

Arbeitsgemeinschaft Familienberatung nach § 78 SGB VIII (Kommunale Jugendhilfe)

Stadt Köln – Bezirksjugendamt Porz

- **Bezirkliche Steuerungsgruppe** Porz
Sozialräumliche Vernetzung der Jugendhilfe im Stadtbezirk Köln-Porz
- Porzer Netzwerk: „**Frühe Hilfen**“
- **Netzwerk Erziehung in Schule (NEIS)**
 - o für Grundschulen
 - o für weiterführende Schulen

Fallbezogene Zusammenarbeit erfolgt mit den unterschiedlichsten sozialen Diensten und spezialisierten Beratungsstellen, insbesondere mit dem Allgemeinen Dienst des Bezirksjugendamt Porz (Stadt Köln) und den freien Trägern der Jugendhilfe.

Kooperationen – Familienzentrum:

- vier Katholischen Familienzentren (KFZ):
 - o KFZ Porzer Rheinkirchen
 - o KFZ St. Maximilian Kolbe (Porz)
 - o KFZ Am Heumarer Dreieck
 - o KFZ St. Johann Baptist (Höhenhaus-Dünnwald)

Fortbildungen dienen der Sicherung unserer Qualität

FORTBILDUNGSVERANSTALTUNGEN IN 2022

„Persönlichkeitsstörungen in der Paartherapie“
mit Dipl.-Psych. Friedericke von Tiedemann

Studientag der Diözesan-Konferenz Beratung:
„Leben in der Krise – Wege aus der Krise“
mit Markus Linden-Lützenkirchen
Dr. habil. rer. nat. Jens Förster, Prof. Dr. Barbara Schmitz

„Was hilft? Was schützt? – Prävention und Intervention
sexualisierter Gewalt an Kindern und Jugendlichen
mit Prof. Dr. Wolfgang Beelmann, Dr. Esther Gießen, Dr.
Nadine Jastfelder

„Gewalt gegen Kinder –
Kindeswohlgefährdung erkennen, beurteilen, handeln“
mit Stefan Hauschild (Kinderschutzbund Köln)

Akzeptanz- und Commitment –Therapie (ACT)
INeKO Institut an der Universität zu Köln
Modul 1-3 mit Dipl.-Psych. Ulf Jacob

Beratung bei Trennung und Scheidung
mit Dipl. Psych. Almut Fuest-Bellendorf

SchemaBeratung und SchemaCoaching
IST-F (Institut für Schematherapie Frankfurt),
mit Dr. med. Anke Handrock

„Sexualität und Erotik in der 2. Lebenshälfte –
Möglichkeiten der Sexualberatung“
mit Dr. med. Ruth Gnirss-Bormet

„Projektabschluss EFL PaarBalance 2.0“
mit Pia von Oyen, Elisabeth Stritzke, Michael Bruckner

„Im kirchlichen Dienst – geht's noch?“
mit Msgr. Robert Kleine, Norbert Bauer, Prof. Dr. Oliver
Wintzek, Dr. Stephan Kessler SJ, Dr. Sr. Emmanela Kohlhaas
OSB, Prof. Dr. Egbert Ballhorn

Studiengang Master of Counseling Ehe-, Familien- und
Lebensberatung
KathO NRW - Köln

MAVO – Grundkurs (Mitarbeiter:innenvertretung)
Katholisch-Soziales Institut, Siegburg

MITARBEITERINNEN

Wir sind ein Team von Ehe-, Familien- und Lebensberaterinnen, die aus verschiedenen psychosozialen Grundberufen kommen und die Zusatzausbildung zur Ehe-, Familien- und Lebensberatung nach den Rahmenrichtlinien der Katholischen Bundesarbeitsgemeinschaft Beratung abgeschlossen haben. Unterschiedliche weitere therapeutische Ausbildungen und Qualifikationen wie z.B. in Supervision, Mediation, Kommunikationstraining oder systemischer Familientherapie fließen in unser tiefenpsychologisch-systemisch-orientiertes Beratungsangebot ein.

Den hohen Standard unserer Arbeit sichern wir durch regelmäßige externe Supervision, interne kollegiale Fallbesprechung, externe Teamsupervision und Fortbildungen, ergänzt durch gezielte Schulung in Fachfragen durch das Fachteam.



DAS TEAM

Theresia Stamm, *Leiterin der Stelle*

Gaby Geister

Doris Menkenhagen

Kristina Tietze

Christian Weiler

Ingrid Wonneberger

SEKRETARIAT

Iris Münnemann, Manuela Schicka

FREIE MITARBEITERIN:

Petra Klein, Eva Tappeiner, Dr. (paed.) Adel Yusuf

BERATERIN IM STUDIENGANG MASTER OF COUNSELING:

Imke Moibi-Gadermann, Melina Krakow

DAS FACHTEAM:

Dr. med. Christian Schmiegelt,

Neurologe, Psychiater, Psychotherapeut

Claudia Saalman,

Fachärztin für Neurologie, Psychiatrie u. Psychotherapie

Helene Gras-Nicknig, Rechtsanwältin

SUPERVISION:

Dr. phil. Elisabeth Imhorst, Psychologische Psychotherapeutin, Psychoanalytikerin DPV / IPV / DGPT

Brigitte Büchler-Schäfer, Supervisorin DGSv, SG, Psychotherapeutin HPG, Coaching nach DBVC

UNSERE BERATUNGSANGEBOTE IM ÜBERBLICK:

Problemklärung

In einem – nach telefonischer Anmeldung kurzfristig vermittelten – Gespräch mit einer Beraterin wird geklärt, welche Form der Hilfe und der Unterstützung der/die Ratsuchende benötigt.

Einzelberatung

Wer sich in einer schwierigen Lebenssituation überfordert fühlt und sich nicht mehr selbst zu helfen weiß, kann in Einzelgesprächen Beratung in Anspruch nehmen. Gemeinsam mit einem/r Berater:in werden Ursachen und Entstehung von Problemen und Konflikten nachvollzogen und Lösungen gesucht.

Paarberatung

Fragen und Probleme der Partnerschaft sind zentrale Aufgaben der EFL. In den Paarberatungen wird gemeinsam mit beiden Partnern für die bestehenden Konflikte in Partnerschaft und Ehe eine Lösung gesucht. Die kommunikative und therapeutische Kompetenz der Berater:in erleichtert die Suche nach Lösungsmöglichkeiten und verschafft oftmals ein neues Verständnis in der Partnerschaft.

Trennungs- und Scheidungsberatung

Im Rahmen eines Trennung- und Scheidungsprozesses unterstützen wir die Eltern bei der emotionalen Verarbeitung des Geschehens und in der Ausübung der gemeinsamen elterlichen Sorge. Ziel sind einvernehmliche Lösungen, die den Kindern einen möglichst unbelasteten Kontakt zu Vater und Mutter ermöglichen, damit Elternschaft auch unter erschwerten Bedingungen gelingt.

Familienberatung

In den Familiengesprächen erhält jedes Familienmitglied die Möglichkeit, seine Sicht der familiären Probleme einzubringen. So können unter Berücksichtigung aller Beteiligten mit ihrer jeweils eigenen Perspektive neue Lösungen für innerfamiliäre Schwierigkeiten entwickelt werden.

Krisenintervention

In besonders kritischen Lebenssituationen können in der Beratungsstelle auch kurzfristig lösungsfokussierte Gespräche zur Krisenintervention vereinbart werden. Dadurch werden Ratsuchende in unmittelbarer Handlungsnotwendigkeit unterstützt.

Gruppenberatung

Bei diesem Ansatz wird der Reichtum an Erfahrungen aller Gruppenteilnehmer genutzt, um Lösungsversuche miteinander zu besprechen und mit Hilfe der Gruppe zu erproben. Der Vergleich von Lebensproblemen oder Partnerschaftskonflikten hilft in der Gruppenarbeit, sich über Auswege zu verständigen.

Beratung in Gebärdensprache

Mit diesem Beratungsangebot erreichen wir Menschen mit Hörbeeinträchtigungen und Hörschädigungen (Schwerhörige, Gehörlose und Ertaubte). Die Beratung erfolgt in Deutscher Gebärdensprache (DGS), Lautsprachbegleitender Gebärdensprache (LBG) und Lautsprache.

Onlineberatung

Ratsuchende können per E-Mail- und Chatberatung Hilfe und Unterstützung bei der Lebensplanung, der Bewältigung von Beziehungskonflikten und bei Sorgen aus dem Alltag erhalten.

UNSERE HILFE IST KOSTENLOS, ABER NICHT UMSONST

Die Beratung der EFL ist ein kostenfreies Angebot, das allen Ratsuchenden ab 18 Jahren unabhängig ihrer finanziellen Situation, Herkunft, Religion oder Weltanschauung zur Verfügung steht.

Die Arbeit der Beratungsstelle für Ehe-, Familien- und Lebensfragen Porz wird von der Stadt Köln und dem Land Nordrhein-Westfalen finanziell unterstützt. Den größten Teil der Finanzierung leistet das Erzbistum Köln. Träger der EFL Porz ist der Gesamtverband der katholischen Kirchengemeinden der Stadt Köln.

Die Beratungsanfragen übersteigen das Beratungsangebot erheblich. Damit sich Problemlagen nicht zuspitzen und verfestigen, unterstützen uns freie Mitarbeiter um den Beratungsbedarf zeitnah sicher zu stellen. Daher sind wir auf Spenden angewiesen. Spenden sind steuerlich absetzbar.

Wenn Sie unsere Arbeit mit einer Spende unterstützen wollen, können Sie dies über folgende Bankverbindung tun:

**Gesamtverband der katholischen Kirchengemeinden,
Köln**

IBAN: DE 29 3706 0193 0010 2531 79

BIC: GENODED1PAX

Pax-Bank eG

**Verwendungszweck:
Spende EFL-Porz**



**Katholische
Ehe-, Familien-
und Lebensberatung**

WISSENSWERTES ZUR BERATUNGSSTELLE AUF EINEN BLICK

Wir bieten Beratungsgespräche in nachfolgenden Formaten an:

- Präsenz
- am Telefon
- im Videoformat
- Onlineberatung (Mail- / Chatberatung)

Über die Beratungsmöglichkeiten können Sie sich auf unserer Website oder zu den Sekretariatszeiten telefonisch informieren und anmelden.

Öffnungszeiten des Sekretariats:

Montag	10:00 bis 12:00 Uhr
Dienstag bis Freitag	8:30 bis 12:00 Uhr
Donnerstag	15:00 bis 17:00 Uhr

Außerhalb der Sekretariatszeiten können Sie uns eine Nachricht auf dem Anrufbeantworter hinterlassen oder schreiben Sie uns eine Mail. Eine Anmeldung ist auch über die Website möglich.



Katholische
Ehe-, Familien-
und Lebensberatung

- online







IMPRESSUM:

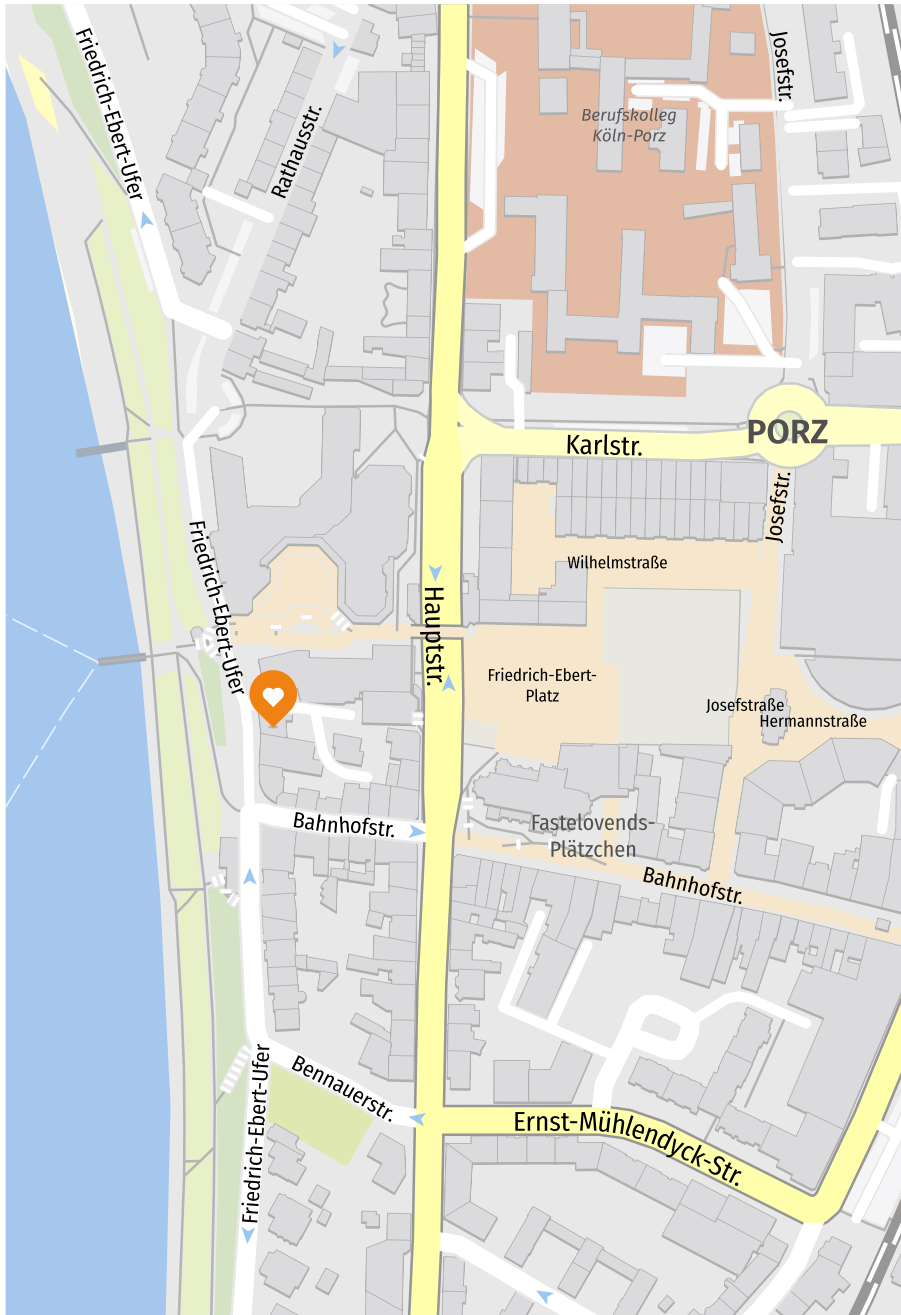
Verantwortlich für den Inhalt: Theresia Stamm

Redaktion: Team der Beratungsstelle

Layout: FiPe by www.glonz.de - Grevenbroich



Gruppenbild: Foto Stephan Köln Porz

Titelbild: Pete Linforth auf Pixabay



Katholische
Ehe-, Familien-
und Lebensberatung

ANSCHRIFT:

Friedrich-Ebert-Ufer 54 · 51143 Köln-Porz
Telefon: 02203 / 52636 · : info@efl-porz.de · : www.efl-porz.de

TRÄGER:

KATHOLISCHES
STADTDEKANAT | **KÖLN**

Gesamtverband der katholischen Kirchengemeinden der Stadt Köln