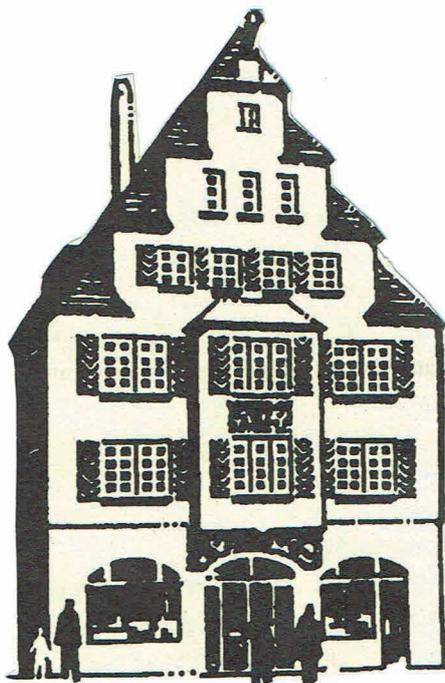


Psychologische Beratungsstelle

für Eltern,
Kinder und Jugendliche,
für Einzelne und Paare

Träger: Evangelischer Kirchenbezirk Balingen und
Diözese Rottenburg-Stuttgart



J
A
H
R
E
S
B
E
R
I
C
H
T

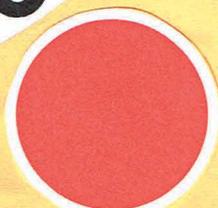
72458 Albstadt-Ebingen, Bahnhofstraße 26

Telefon: 07431 / 134 18-0

Fax: 07431 / 134 18-10

Email: kontakt@beratungsstelle-albstadt.de
www.beratungsstelle-albstadt.de

2019



Inhaltsverzeichnis

Einführung	1 - 2
Beratungsangebot und Arbeitsweise	3
Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter & Freie Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter	4
Silke Mezger: „Mein Jahr in der Beratungsstelle“	5
Andrea Ritter: „Ich möchte mich kurz vorstellen“	6
Statistik	7 - 11
Fortbildungen und Fachtage	12
Mitarbeit in Gremien	13
Prävention und Öffentlichkeitsarbeit / Veranstaltungen des Förderkreises	14
Presseartikel	15 - 19

Liebe Leserinnen und Leser!

**Weiter steigende Nachfrage
nach psychologischer
Beratung**

**Weitere Zunahme der
Fallzahlen und der
Ratsuchenden**

**Mehr als die Hälfte aller
Beratungsfälle sind Kinder-
und Jugendhilfe-Leistungen**

**Beginn und Abschied
Diplompsychologin Frau
Silke Mezger**

**Zweimaliger Wechsel im
Sekretariat: Auf Melanie
Vincenzino folgt Andrea
Ritter**

Spieltherapeutische Gruppe

Ich schreibe diese Zeilen im Frühjahr 2020, in der mich und die meisten von uns die Ungewissheit und vielleicht auch Verunsicherung und Sorge, wie wir mit und aus der Coronakrise (zurecht-)kommen, mal mehr und mal weniger, beschäftigt. Deshalb tut es gut, innezuhalten, still zu werden, und dankbar, vielleicht auch mit etwas Demut, auf das vergangene Jahr, das Berichtsjahr 2019, zurückzublicken. Dabei denke ich an ein Zitat von Francis Bacon, ein englischer Philosoph und Jurist:

„Nicht die Glücklichen sind dankbar. Es sind die Dankbaren, die glücklich sind.“

785 (2018: 656) Menschen haben 2019 unsere Angebote in den verschiedenen Beratungsbereichen in Anspruch genommen. Die Anzahl der Fälle hat sich dabei von 413 auf 451 erhöht.

Über 40 % der Ratsuchenden sind als Eltern, Kinder oder Jugendliche zu uns gekommen, um sich in Fragen der Erziehung bzw. des häuslichen Zusammenlebens oder familiärer Konflikte sowie Entwicklungsfragen etc. beraten zu lassen. Zudem suchten 56 Elternpaare unsere Beratungsstelle auf, um sich in Fragen der Partnerschaft, Trennung und Scheidung beraten zu lassen.

Somit sind mehr als die Hälfte unserer Beratungsfälle dem Kinder- und Jugendhilfegesetz zuzuordnen.

Dank des 2018 erhöhten Zuschusses des Landkreises für eben diese Leistungen konnten wir zum 01.01.2019 Frau Silke Mezger, Diplom-Psychologin und approbierte Psychotherapeutin, mit 35% einstellen, die vor allem im Bereich Erziehungsberatung arbeitete. Leider konnte sie aus persönlichen Gründen nur ein Jahr bei uns tätig sein. Auf Seite 5 berichtet sie aus ihrer Zeit an unserer Beratungsstelle. Auch an dieser Stelle herzlichen Dank, liebe Silke, für all Deinen Einsatz, Dein Engagement und Deine offene, herzliche Art, die gepaart mit fundiertem Fachwissen, Kolleg*innen und Klient*innen zugleich sehr gutgetan und bereichert hat.

Im Sekretariat hatten wir 2019 einen zweimaligen Wechsel. Frau Melanie Vincenzino war von Februar an sieben Monate hilfreich und unterstützend im Sekretariat tätig. Wir danken ihr für ihre freundliche und hilfsbereite Art und ihre Mitarbeit und wünschen ihr auch an dieser Stelle alles Gute. Im Dezember konnten wir als Nachfolgerin Frau Andrea Ritter gewinnen, die sich mit ihrer empathischen und herzlichen Persönlichkeit sehr schnell gut in unser Team einfügte. Herzlich willkommen, liebe Andrea!

Das im Frühjahr 2018 gestartete Projekt „Spieltherapeutische Gruppe für Grundschul Kinder“ hat mittlerweile den Projektstatus verlassen und ist zu einem festen Bestandteil unserer Angebote geworden. So haben wir im Berichtsjahr zwei Gruppen mit insgesamt acht Kindern durchgeführt.

Wartezeiten

Aufgrund der Neuanstellung von Frau Mezger konnten wir im vergangenen Jahr nicht nur mehr Klient*innen „versorgen“, sondern auch 57 % der Fälle innerhalb von vier Wochen einen ersten Beratungstermin anbieten.

Nicht wahrgenommene Erstgespräche

Auffällig ist, dass 51 Ratsuchende ohne Absage ihr Erstgespräch nicht wahrnahmen. Wer mag, kann dies vielleicht auch als Zeichen deuten, dass unsere Gesellschaft dahin tendiert, Werte wie Zuverlässigkeit und Verbindlichkeit nicht mehr als so bedeutsam zu empfinden.

Neues Angebot: KESS-Elternkurs

Auch dank der großzügigen Unterstützung unseres Förderkreises konnten wir im Herbst einen KESS-Elternkurs in unseren Räumen anbieten. Die Kursleiterin, Frau Diana Gehrman, erhielt von den acht Eltern, die zum großen Teil gleichzeitig auch Klienten in der Erziehungsberatung sind, nach den fünf Gruppenabenden so positive Rückmeldung, dass wir 2020 den Elternkurs in Kooperation mit dem Katholischen Bildungswerk noch einmal anbieten werden.

Qualitätsmanagement - Audit

Seit einigen Jahren nehmen wir aktiv und verpflichtend am QM-Entwicklungs-Prozess der Diözese teil. Im Berichtsjahr haben wir mit unserem QM-Beauftragten, Herrn Heilmeyer, ein vorgegebenes Audit in den Kernprozessen „Kontaktaufnahme und Anmeldung im Sekretariat“ sowie „Notfall“ erfolgreich durchgeführt.

Danke:

**Dem Team
Den Trägern: dem
Evangelischen Kirchenbezirk
Balingen und der Diözese
Rottenburg-Stuttgart
Dem Zollernalbkreis
Der Stadt Albstadt
Den Kooperationspartnern
Dem Förderkreis
Den Ratsuchenden**

Sehr herzlich möchte ich mich an dieser Stelle bei meinem Team, den Trägern, also dem Evangelischen Kirchenbezirk Balingen und der Diözese Rottenburg-Stuttgart, unseren Zuschussgebern, dem Zollernalbkreis und der Stadt Albstadt und unserem Förderkreis sowie allen Kooperationspartner*innen für die stets vertrauensvolle und konstruktive Zusammenarbeit und die damit verbundene Wertschätzung unserer Arbeit bedanken. Und nicht zuletzt danke ich den vielen Ratsuchenden, die uns immer wieder neu ihr Vertrauen schenken. Herzlichen Dank!

Wenn Sie bei der Lektüre unseres Jahresberichts Lust bekommen haben, mehr über uns und unsere Arbeit zu erfahren oder noch Rückmeldung und Anregungen geben wollen, freue ich mich, wenn Sie mit mir Kontakt aufnehmen.

Mit freundlichen Grüßen

Stephan Heesen

Beratungsangebot und Arbeitsweise

Erziehungs- und Familienberatung

- Beratung von Eltern und anderen Erziehungspersonen
- Kinder- und Jugendberatung
- Familienberatung

Ehe- und Paarberatung

- für Paare oder Einzelpersonen
- Trennungs- und Scheidungsberatung
- Sexualberatung

Lebensberatung

- bei Problemen mit Krankheit, Tod oder anderen Verlusterlebnissen
- bei depressiven Stimmungen und Suizidgedanken
- bei Problemen mit dem Alter und dem Älterwerden
- bei Problemen am Arbeitsplatz

Therapeutische **Gruppe** für Frauen und Männer
Spieltherapeutische **Gruppe** für Grundschul Kinder
Kurs für Eltern

Einzel- und Gruppen-**Supervision** für Mitarbeiter und Mitarbeiterinnen aus seelsorgerlichen, sozialpädagogischen und psychologischen Arbeitsfeldern

Anmeldung

Telefonisch oder persönlich während der Bürozeiten:

Montag bis Freitag	09.00 - 11.30 Uhr
Montag bis Donnerstag	13.30 - 17.30 Uhr

Beratungszeiten

Die Beratungszeiten sind nicht identisch mit den Öffnungszeiten des Sekretariats. Beratungen finden nach Vereinbarung statt.

In akuten Lebenskrisen sind kurzfristige Beratungstermine möglich.

Kosten

Erziehungsberatungen sind grundsätzlich kostenlos, ebenso das Erstgespräch bei Paar- und Lebensberatungen.

Für weitere Beratungsgespräche in der Paar- und Lebensberatung wird ein Eigenbeitrag in Höhe von 1 % des monatlichen Nettoeinkommens pro Sitzung erbeten.

Sind **keine** oder nur **geringe Einkünfte** vorhanden, wird die Beratung **kostenlos** weitergeführt.

Bankverbindungen

Beratungsstelle:

IBAN: DE 95 6535 1260 0062 4057 15

BIC: SOLADES1BAL

Spenden-Konto Förderkreis:

IBAN: DE 05 6535 1260 0066 1147 72

BIC: SOLADES1BAL

Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter der Beratungsstelle

Fachkräfte in der Beratung

Stephan Heesen

Dipl.-Sozialpädagoge (FH), Heilerziehungspfleger, Weiterbildungen in personenzentrierter Gesprächsführung, personenzentrierter Kinder- und Jugendpsychotherapie, Ehe-, Lebens-, Familien- und Erziehungsberater (EKFuL), Leitung der Beratungsstelle, 90 %

Esther Braitmayer

Dipl.-Sozialarbeiterin (FH), Sozialdiakonin, Ehe-, Lebens-, Familien- und Erziehungsberaterin (EKFuL), Sozialtherapeutin, 55%

Angela Naßwetter

Dipl.- Theologin, Dipl.- Pädagogin, Ehe-, Familien- und Lebensberaterin (BAG), Systemische Paartherapeutin, 50 %

Josef Heilmeyer

Dipl.-Psychologe
Ehe-, Familien- und Lebensberater (BAG),
Systemischer Paartherapeut, 60 %

Silke Mezger

Dipl.-Psychologin, approbierte Psychotherapeutin (VT)
(01.01.2019 bis 31.12.2019), 35 %

Teamassistentinnen im Sekretariat

Andrea Ritter

Bürokauffrau, 50 % (seit 01.12.2019)

Melanie Vincenzino

Bürokauffrau, 50 % (01.02.2019 bis 31.07.2019)

Ines Schön

Wirtschaftsfachwirtin (IHK), 50 %

Freie Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter

Dr. med. Herbert Mayer

Facharzt für Neurologie und Psychiatrie, Psychotherapeut

Karin Rehmann-Ott

Diplom-Sozialpädagogin (FH), Erzieherin,
Transaktionsanalytikerin,
Leiterin der therapeutischen Gruppe „Neue Wege gehen“

Birgit Knöpfler

Rechtsanwältin, Albstadt-Ebingen

Hildegard Schumacher

Sozial-Pädagogin, Psychodrama-Leiterin (DFP), Lehr- Supervision
Supervisorin (DGSv)

Elke Maria Eisl

Raumpflegerin

„Mein Jahr in der Psychologischen Beratungsstelle in Albstadt-Ebingen“

Beginn und Abschied:

Silke Mezger



Als Psychologische Psychotherapeutin für Kinder, Jugendliche und Erwachsene und verheiratete Mutter zweier Kinder durfte ich im Januar 2019 in der Psychologischen Beratungsstelle in Albstadt-Ebingen meinen beruflichen Wiedereinstieg erleben. Trotz meines zeitlich umgrenzten Arbeitsumfangs (von 35%) war ich dank der hervorragenden Einarbeitung durch den Stellenleiter, Herr Heesen, und dank des wertschätzenden kollegialen Klimas rasch in das Team der Beratungsstelle eingebunden.

Durch die freundliche und kompetente Unterstützung von unserer Verwaltungsmitarbeiterin, Frau Schön, gelang es mir alsbald mich in den wesentlichen, bürokratischen Abläufen zurechtzufinden. Nachdem ich zeitnah meine Beratungsarbeit vollumfänglich beginnen konnte, war ich, trotz meines Schwerpunktes im Bereich Erziehungsberatung, von der Bandbreite des Auftrags einer psychologischen Beratungsstelle in ökumenischer Trägerschaft beeindruckt.

Ich lernte die offene, empathische und beziehungsorientierte Grundhaltung in der Arbeit mit den Klienten nochmals auf eine ganz eigene Art und Weise kennen und schätzen. Die Flexibilität und Individualität mit der auf die Bedürfnisse der Ratsuchenden eingegangen werden kann, erlebte ich als äußerst inspirierend.

Nach mehrjähriger Berufserfahrung in den unterschiedlichsten Bereichen der Präventions- und Gesundheitsbranche ist mir bewusst, dass diese Haltung gelebt werden kann, weil die Arbeit von den Trägern wahrlich „(mit)getragen“ wird. In unseren regelmäßigen Besprechungen, Intervisionen und Supervisionen sowie Fortbildungsveranstaltungen machte es mir große Freude meine Ideen einzubringen und von der langjährigen Erfahrung der anderen Beratungskollegen zu profitieren. Ich bin reich beschenkt worden!

Mein beruflicher Weg wird mich 2020 nun in eine andere (Himmels-)Richtung führen. Ich danke allen Ratsuchenden und Mitarbeitern der Beratungsstelle sowie den Trägern von Herzen für das mir entgegen gebrachte Vertrauen.

Silke Mezger

*Begrüßung unserer
neuen Kollegin im Büro,*

Andrea Ritter



**Hallo,
gerne möchte ich mich kurz vorstellen: Seit Dezember
2019 bin ich neu auf dem Sekretariat der
Psychologischen Beratungsstelle in Albstadt.**

Schon längere Zeit, war es mein Wunsch nochmal einen beruflichen Neuanfang zu wagen: Eine sinnvolle Tätigkeit auszuüben, in welcher der Mensch im Mittelpunkt steht. Eine Tätigkeit, in der ich mich einbringen, aber auch weiterentwickeln kann... Dieser Wunsch hat sich am 01.12.2019 tatsächlich erfüllt.

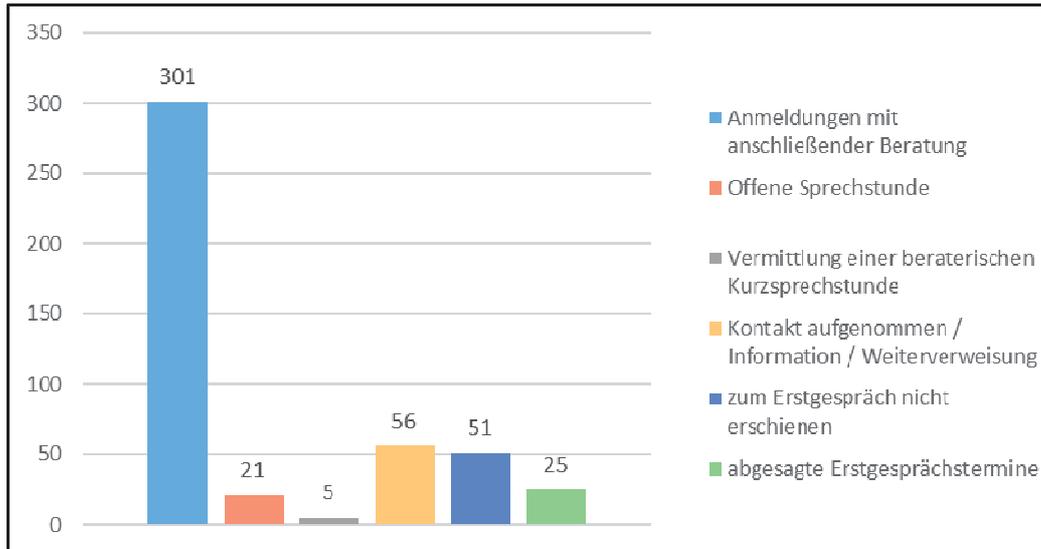
An diesem Tag habe ich an der Beratungsstelle in Albstadt meine Tätigkeit als Teamassistentin angefangen. Obwohl ich gelernte Bürokauffrau bin (mit Schwerpunkt Buchhaltung), habe ich viele Jahre im Bioladen gearbeitet und würde mich deshalb als „Quereinsteigerin“ bezeichnen.

Die ersten vier Wochen durfte ich an der Seite von Frau Schön (meiner Kollegin im Büro, mit der ich mir die Stelle teile), alle Abläufe kennenlernen und wurde auf die allerfreundlichste Weise und ganz wunderbar eingearbeitet.

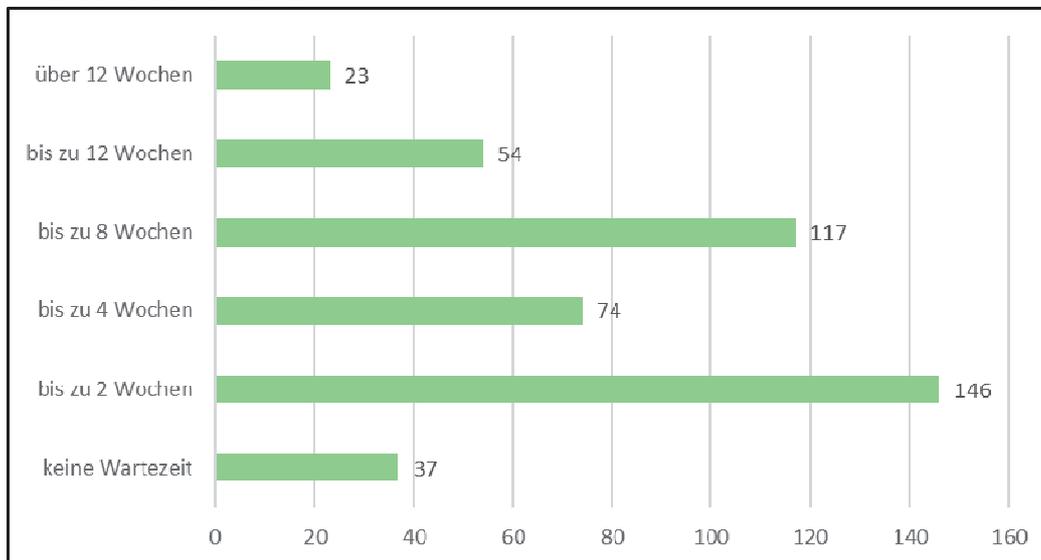
Jeder Tag ist anders. Es ist nie langweilig und ich lerne immer wieder etwas Neues dazu - auch über mich selber. Die Atmosphäre im gesamten Team ist geprägt von großer Wertschätzung und einem respektvollem Umgang miteinander. Aus diesem Grund ist es für mich – jeden Tag – neu ein kleines Geschenk hier arbeiten zu dürfen!

Andrea Ritter

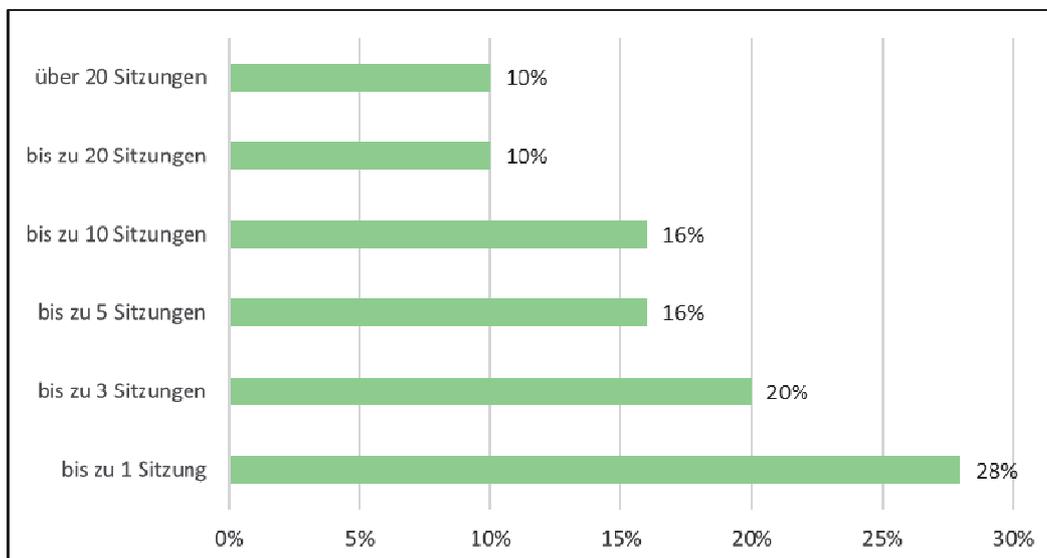
Anrufe und persönliche Gespräche im Sekretariat / Fälle



Wartezeiten / Fälle



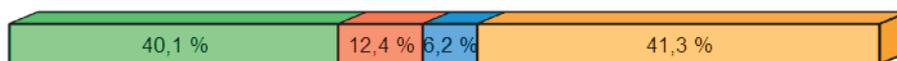
Sitzungshäufigkeit / Fälle



Statistik 2019

	2018	2019
Ratsuchende	656	785
männlich: 40 %	272	314
weiblich: 60 %	384	471
Beratungsfälle (gesamt)	413	451
Übernahmen aus Vorjahr	131	129
neue Fälle	282	322
davon abgeschlossene Fälle	258	291

Erziehungs- und Familienberatung	156	181
Ehe- und Paarberatung	66	84
Lebensberatung	191	186



Erziehungs- und Familienberatung 181	Paare mit Kind 56	Paare ohne Kind 28	Lebensberatung 186
---	----------------------	-----------------------	-----------------------

Juristische Beratung	0	2
Kess erziehen, Kurs für Eltern		8 (nicht erfasst)
Therapeutische Gruppe	10	8
Supervisionsgruppe für Pfarrerinnen und Pfarrer	7	6
Spieltherapeutische Gruppe	9	8
Fortbildung und Supervision für Erzieherinnen	6	6 (nicht erfasst)

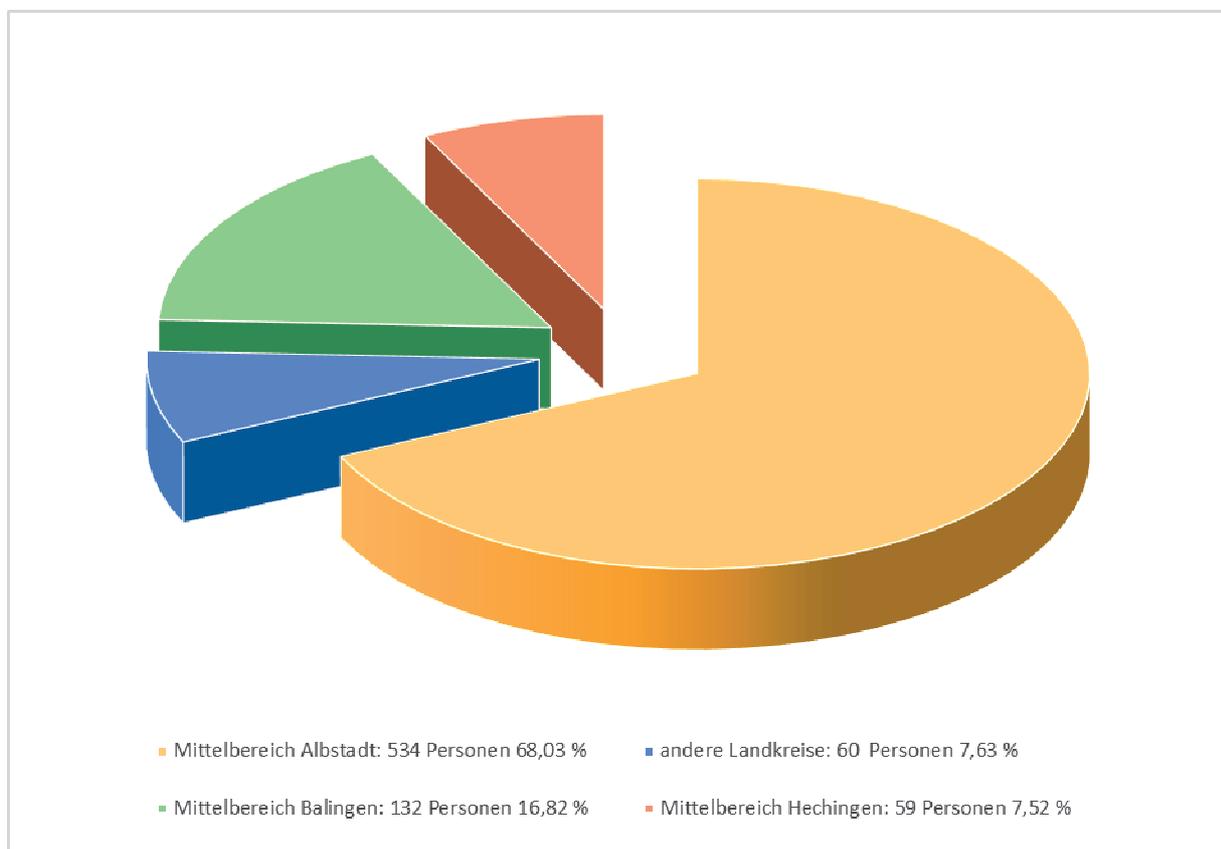
Konfession / Personen

	Anzahl	Prozent
evangelisch	313	39,87 %
römisch-katholisch	269	34,27 %
keine Religion/Konfession	140	17,83 %
unbekannt	5	0,65 %
Islam	30	3,82%
sonstige christliche	22	2,80 %
andere Religion	6	0,76 %
Summe:	785	100,00 %

Staatsangehörigkeit / Personen

	Anzahl	Prozent
deutsch	717	91,34 %
nicht deutsch	68	8,66 %
Summe:	785	100,00 %
davon Menschen mit Migrationshintergrund	133	16,94 %

Einzugsbereiche / Personen



Erziehungs- und Familienberatung

Erziehungs- und Familienberatung, Beratung von Kindern, Jugendlichen und Eltern gemäß § 28 KJHG **172**

Beratung von jungen Menschen über 18 Jahren und / oder ihrer Eltern gemäß § 41 KJHG **9**

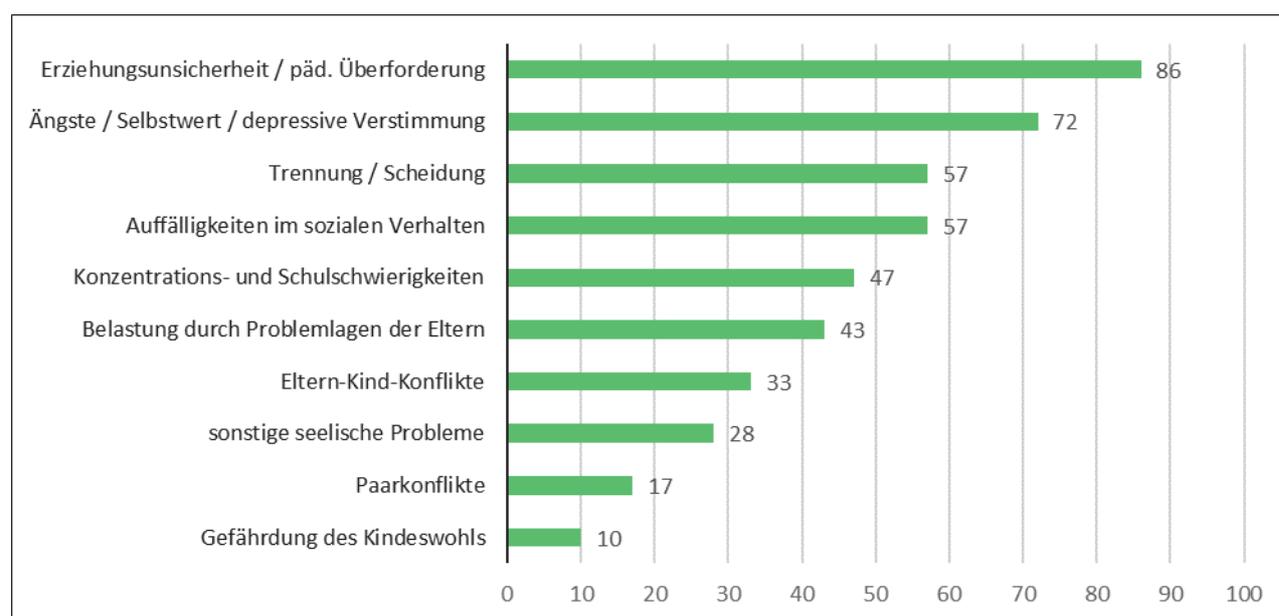
Beratungsfälle **181**

Ratsuchende **404**

Alterstabelle: Kinder, Jugendliche und junge Menschen

	männlich	weiblich	Summe	Prozent
bis 2 Jahre	5	5	10	5,53 %
3 - 5 Jahre	20	9	29	16,02 %
6 – 8 Jahre	24	13	37	20,44 %
9 - 11 Jahre	18	9	27	14,92 %
12 – 14 Jahre	19	18	37	20,44 %
15 – 17 Jahre	14	18	32	17,68 %
über 18 Jahre	4	5	9	4,97 %
Summe:	104	77	181	100,00 %

Häufigste Beratungsanlässe (Mehrfachnennungen möglich)



Ehe- und Paarberatung

Beratung von Eltern in Fragen der Partnerschaft, Trennung und Scheidung
gemäß § 17 KJHG sowie
bei der Ausübung der Personensorge und des Umgangsrechts gemäß § 18 KJHG

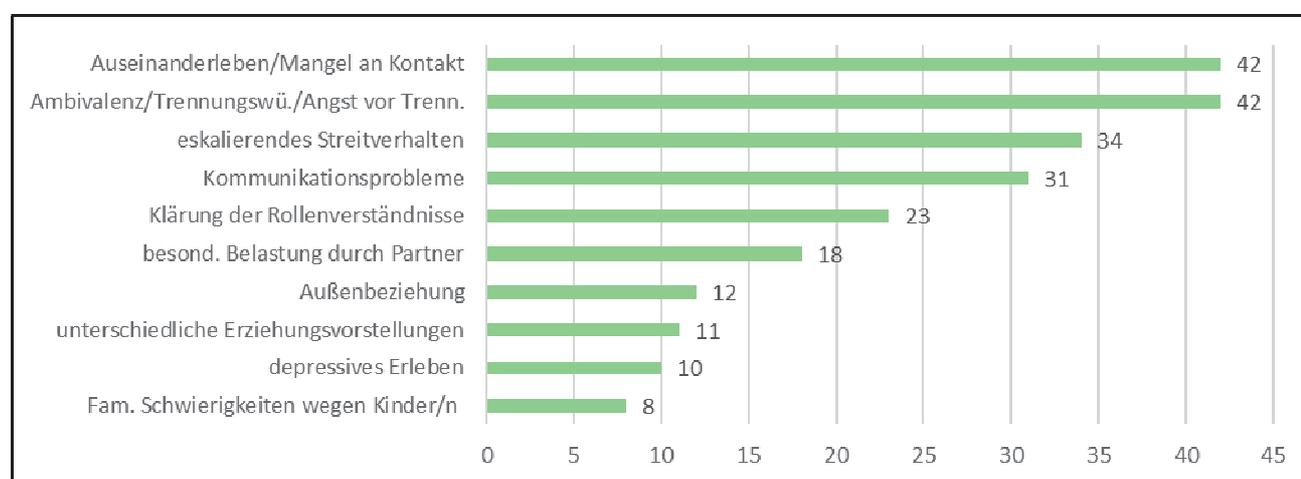
56 mit 111 Kindern unter 18 Jahren

Beratung von Paaren ohne Kinder unter 18 Jahren **28**

Beratungsfälle **84**

Ratsuchende **168**

Häufigste Beratungsanlässe (Mehrfachnennungen möglich)

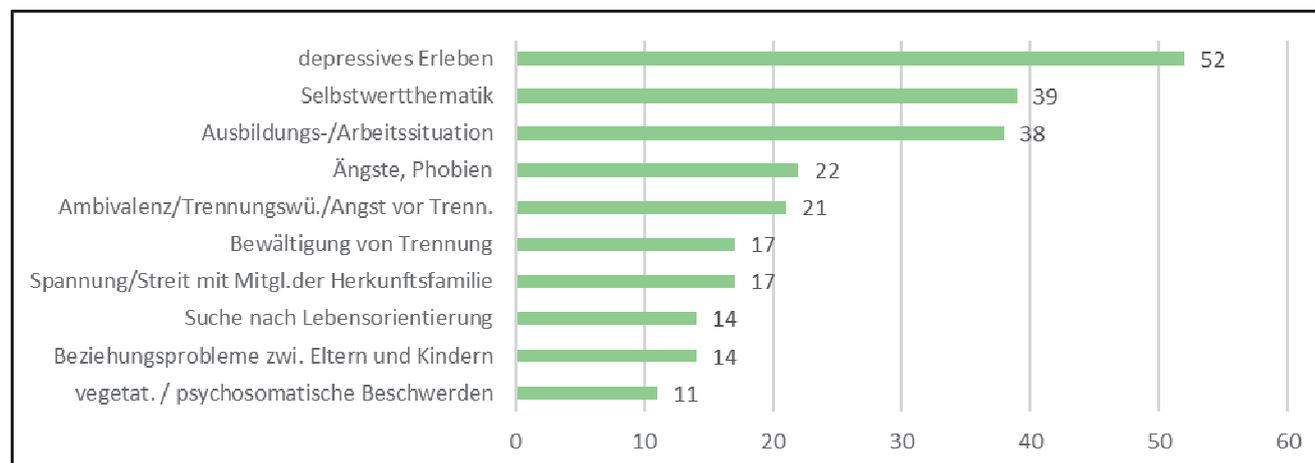


Lebensberatung

Beratungsfälle **186**

Ratsuchende **213**

Häufigste Beratungsanlässe (Mehrfachnennungen möglich)



Fortbildungen und Fachtage der BeraterInnen

- **Evangelische Jahrestagung: „Krisen in der psychologischen Beratung“**, Schwäbisch-Gmünd
- **Fortbildung Kommunalverband für Jugend und Soziales: „Rechtsextremismus und Verschwörungstheorien bei Jugendlichen“**, Reutlingen, Dr. Dr. Walter von Lucadou
- **Fortbildung: „ROMPC-Kindercoach“**, (Relationship-oriented Meridian-based Psychotherapy, Counselling and Coaching), Reutlingen, Petra Franz
- **Fachtag PFL: „Am Ende des Regenbogens“**, Hohenheim
- **Wissenschaftliche Jahrestagung der LAG: „Transidentität“** Münsingen
- **Fachtagung der Kinderschutzzentren: „Hochstrittigkeit von Eltern und Auswirkungen auf Kinder“**, Stuttgart

Fortbildungen und Fachtage der Teamassistentinnen

- **Überregionales Arbeitstreffen: „Wenn ein Anrufer intensive Gefühle in mir hervorruft, könnte eine Persönlichkeitsstörung vorliegen.“**, Psychologische Beratungsstelle Heilbronn, Daniel Ripke
- **en-bloc-Fortbildung: „Ära Fischbach ist vorbei!“ Wie sieht die Zukunft für die Teamassistentinnen innerhalb ihres Teams und in unserer Gruppe aus?**, Rothenburg, Bernhard Rutkies und Lea Ellinger

Mitarbeit in Gremien

- Evangelische Leitungskonferenz
- Evangelische Leitungsklausur
- Gemeinsamer Ausschuss der Psychologischen Beratungsstelle
- Bezirks-Synode des Evang. Kirchenbezirks Balingen
- Ampel, Stuttgart
- Diakonische Runde, Albstadt
- Diözesane Leitungskonferenz
- Kooperationsgespräch Leitung PFL Horb und Bernhausen
- Trägerübergreifende Leitungskonferenz PFL
- Mitarbeiterversammlung PFL
- Mitarbeiterversammlung Evangelischer Kirchenbezirk Balingen
- Dekanatskonferenz des Katholischen Dekanats Balingen
- Fachdienstleiterkonferenz des Katholischen Dekanats Balingen
- Förderkreis der Psychologischen Beratungsstelle Albstadt e. V.
- AK „Gegen sexuelle Gewalt“
- AK „Migration“
- AK „ Identität in der Fremde“
- AK „ Diakonie“
- Netzwerk Prävention
- Forum „Erziehung wagen“, Albstadt
- Kooperationsgespräch Diakonische Bezirksstelle, Ebingen
- Kooperationstreffen Jugendamt
- Kooperationstreffen Caritas-Zentrum
- Kooperationstreffen Beratungsstellen für Eltern, Kinder und Jugendliche, Albstadt und Hechingen
- Kooperationstreffen Schulpsychologische Beratungsstelle
- SKSS-Ausschuss, Albstadt
- Familienfallkonferenz „Frühe Hilfen“, Hechingen
- Qualitätsmanagemententwicklungsgruppe der Diözese Rottenburg-Stuttgart
- Teamklausurtagung, Haus Bittenhalde, Tübingen
- Jugendhilfe-Ausschuss des Zollernalbkreises

Prävention und Öffentlichkeitsarbeit

Vorstellung der Arbeit der Psychologischen Beratungsstelle:

1. Sozialgymnasium Albstadt
 2. Ausschuss für Soziales, Kultur, Schule und Sport der Stadt Albstadt
- **„Schwierige Kinder im Kindergarten“**, Supervision für Erzieherinnen im Zollernalbkreis
 - **„Kindeswohlgefährdung § 8a“**, für Kinderpflegehelferinnen in Ausbildung
 - **„Herausfordernde Schüler und schwer motivierbare Eltern“**, Workshop für Sozialarbeiter/innen, Kreisjugendpflege
 - **„Hilfreich miteinander spielen“**, workshop, Forum „Erziehung wagen“
 - **„Umgang mit Grenzen“**, Stärke-Kurs
 - **„Krisen und Krisenbewältigung“**, Frauengruppe der Emmaus-Gemeinde Ebingen
 - **„Suizidprävention“**, Podiumsdiskussion Ochsen Scheuer Onstmettingen
 - **„Pubertät – ohne Konflikte geht es nicht“**
Referat im Rahmen des Forums „Erziehung wagen“ im Jugendhaus Hölzle, Ebingen

Eigene Referate / Kurse

Presse

Presseartikel:

1. **„Wir aktivieren Selbstheilungskräfte“**, Diakonie-Magazin
2. **„Fastenaktion: Sieben Wochen ohne Lügen“**, Schwarzwälder Bote
3. **„Begleiten und Suizide verhindern“**, Zollern-Alb-Kurier
4. **„Überversorgung ein schlechter Witz“**, Schwarzwälder Bote
5. **Gedanken zum Sonntag: „Spielräume suchen und nutzen“**, Zollern-Alb-Kurier
6. **Gedanken zum Sonntag: „Zur Ruhe kommen“**, Zollern-Alb-Kurier
7. **Kess-Kurs für Eltern“**, Schwarzwälder Bote

Unser Förderkreis

Veranstaltungen des Förderkreises

- **„Schlaf, Kindlein, schlaf!“**, in Balingen, Ingrid Löbner
- **„Konflikte konstruktiv gestalten, die Chance, Beziehungen zu verbessern.“**, in Hechingen, Stephan Heesen
- **„Chancen und Risiken der neuen Medien, was Kinder, Jugendliche und Eltern wissen müssen“**, in Albstadt-Ebingen, Dr. Isabel Brandhorst

Diakonie

Das Magazin

Winter 2019



„Wir aktivieren Selbstheilungskräfte“

Psychologische Beratungsstelle Ebingen steht in schwierigen Lebenslagen bei

Gute Zuhörer in schwierigen Lebenslagen sind die Mitarbeitenden der Psychologischen Beratungsstelle Ebingen der Evangelischen und Katholischen Kirche. Ihr Motto:

„Wir aktivieren Selbstheilungskräfte.“

„Zu uns kommen Menschen aller Nationalitäten, Konfessionen, auch ohne Religion. Es kommen Eltern mit Säuglingen, die Unterstützung benötigen, aber auch hochbegabte Menschen. Sehr häufig kommen Kinder und Jugendliche“, sagen Stephan Heesen, Leiter der Psychologischen Beratungsstelle, und die Psychologische Psychotherapeutin Silke Mezger voller innerer Überzeugung. „Wir sehen unser Beratungsangebot als Sonderform der Seelsorge. Unsere Grundhaltung ist die Nächstenliebe.“

Die Anzahl der Kinder und Jugendlichen mit Ängsten, Selbstwertproblematik oder depressiver Verstimmung hat gegenüber den Vorjahren um beinahe 50 Prozent zugenommen. „Es gibt da den Achtjährigen, der sich nicht mehr traut, in den Keller zu gehen.“ Es gilt: „Neben allen Schwierigkeiten sehen wir auch die Stärken unserer Klienten.“ Meist erfolgt das Erstgespräch mit

den Eltern ohne den jungen Menschen. „Es ist ganz wichtig zu verstehen, welche möglichen Ursachen hinter den Problemen stehen könnten. Eine Trennung ist der dritthäufigste Grund. Oft sind es aber mehrere Gründe.“

Und: „Die Veränderung der Kinder beginnt in der Seele der Eltern.“ Es geht darum, dass die Eltern lernen, ein-

fühlsam zu sein, aber auch notwendige Grenzen setzen und Sicherheit vermitteln. Ein schreiendes Kind kann seine Gefühle in diesem Moment nicht sortieren. Es ist Aufgabe der Eltern, das Kind zu beruhigen, ihm zu vermitteln: „Wir sind für dich da.“

Manche Kinder und Jugendliche suchen von sich aus die Psychologische Beratungsstelle auf. „Sie haben einen eigenständigen Rechtsanspruch auf Beratung. In Not oder Konfliktsituationen beraten wir auch ohne Wissen der Eltern, versuchen diese jedoch mit ins Boot zu nehmen.“ Das erfordert eine so ideale Gesprächsbasis. „Es geht darum, ein Vertrauensverhältnis aufzubauen, dass sie den Eindruck haben, verstanden zu werden.“ Ohne Einschränkung. „Die Kinder und Jugendlichen dürfen bei uns sie

selbst sein. Sie dürfen traurig sein, oder auch ihre Wut äußern.“

„Viele kommen mit einem enormen Leidensdruck zu uns. Neben dem Verstehen und dem gemeinsamen Suchen nach Lösungs- und Handlungsansätzen geht es manchmal auch darum, eine Situation gemeinsam auszuhalten, weil sie nicht veränderbar ist, wie bei der Trennung der Eltern.“ Bisweilen reicht ein Gespräch, manchmal benötigt man mehr. „Wir sind sehr gut vernetzt“, so können Silke Mezger und Stephan Heesen im Bedarfsfall weiterverweisen. Gut zu wissen: Für Kinder und Jugendliche gibt es in der Bahnhofstraße 26 ein offenes Ohr.

» Wir sehen unser Beratungsangebot als Sonderform der Seelsorge. «

Schwarzwälder Bote,
06.03.2019

Auf die Motive kommt es an

Fastenaktion | »Sieben Wochen ohne Lügen« - und was sagt die Psychologie dazu?

»Mal ehrlich! Sieben Wochen ohne Lügen« lautet das Motto der Fastenaktion 2019, zu der die evangelische Kirche aufruft. Doch beim Lügen gibt es nicht immer ein eindeutiges Schwarz und Weiß, sondern viele Graustufen, wie sich im Gespräch mit Stephan Heesen herausstellt.

■ Von Karina Eyrich

Albstadt. In seiner Berufspraxis als Leiter der psychologischen Beratungsstelle Albstadt hat Stephan Heesen es mit allen Arten und Abstufungen von Lügen zu tun. Auch mit solchen, die sinnvoll sind. Gibt es das? Ja, betont Heesen: »Aus psychologischer Sicht wissen wir, dass Notlügen zuweilen sinnvoll sein können, damit das soziale Miteinander funktioniert. Auch kann es sinnvoll sein, nicht immer alles zu sagen, was wahr ist, sondern einen Teil zurückzuhalten.«

Beispiel: »Wenn man den Arbeitsplatz wechseln will, aber dem Arbeitgeber erst Bescheid sagt, sobald der Vertrag unterschrieben ist.« Oder ein Beispiel aus der Partnerschaft: »Die meisten, die in einer Beziehung leben, haben wohl schon einmal gedacht: »Mit diesem Partner halte ich es nicht mehr aus - ich möchte mich trennen«, weiß der erfahrene Berater. »Aber man tut gut daran, sich genau zu überlegen, ob es sinnvoll ist, dies zu äußern, wenn solche Gedanken bald wieder vorbei sind.«

Menschen mit sozialem Gespür sagten nicht immer die reine Wahrheit, etwa, um Menschen nicht zu verletzen, sondern zu schonen, weiß Heesen, dem es dabei sehr auf die Motivation ankommt. Deshalb findet er die Fastenaktion der evangelischen Kirche »Mal ehrlich! Sieben Wochen ohne Lügen« schlicht »super«, weil sie ein Anstoß sei, »genau zu überlegen: Wie gehe ich mit der Wahrheit um? Was sage ich und wie sage ich es? Immerhin gebe es »nicht immer ein eindeutiges Schwarz und Weiß, sondern viele Graustufen.«

Menschen, die während des



Zu einer Fastenzeit ohne Lügen ruft die evangelische Kirche auf.

Foto: ©K.C. - stock.adobe.com

Nationalsozialismus Juden versteckt und darüber die Unwahrheit gesagt haben, hätten nur eine Wahl gehabt: Lügen und Leben schützen oder die Wahrheit sagen und Menschen gefährden.

Viel gravierender stuft Heesen es ein, wenn Menschen Wahrheiten bewusst verdreh-



Stephan Heesen

ten und Falschmeldungen von sich gäben, um sich selbst zu erhöhen und selbst besser dazustehen. Wer Falsches über andere erzähle, tue auch sich selbst nicht gut, weil er dann sein eigenes Selbstbild verdrehen müsse, gibt Heesen zu bedenken.

Dass Menschen frei entscheiden dürften, was sie sa-

gen, sei ein hohes Gut der Demokratie, betont Heesen und macht deutlich, dass es gerade deshalb auch wichtig sei, sich seine Worte und deren Konsequenzen bewusst zu machen. Besonders schwierig sei es aber, wenn eine Lüge Vertrauen zerstöre.

Was rät Heesen Eltern, wenn sie ihre Kinder beim Lügen ertappen? »Kinder sind - je nach Alter - noch im mystischen Denken verhaftet«, berichtet der Fachmann für Kinder- und Jugendpsychotherapie: Sie hofften, wenn sie ganz fest an etwas glaubten, werde es vielleicht wahr. Manche Kinder lögen, weil sie Angst vor Strafe hätten. »Eltern müssen forschen: Warum sagt das Kind die Unwahrheit? Will es mich schonen und verschweigt deshalb eine schlechte Note? Hat es Angst vor Konsequenzen?« Eltern sollten ihre Kindern ermutigen, die Wahrheit zu sagen, wenn sie befragt werden, aber gleichzeitig »nicht in Ohnmacht fallen, wenn ein Kind mal lügt«. Gleichzeitig seien

Eltern Vorbild, gibt Heesen zu bedenken. Und es sei zum Beispiel eben nicht gut, dem Kind eine Krankmeldung zu schreiben, um früher in Urlaub fahren zu können.

»Oft werden Lügen eingesetzt, um Konflikte zu vermeiden«, erklärt der Berater. Auf Dauer könne es aber vielleicht hilfreicher sein, den Konflikt anzusprechen, »ehe sich zu viel Frust aufstaut« - das bedeute aber auch, sich selbst dem Konflikt stellen zu müssen.

Stephan Heesens Fazit: »Die Wahrheit respektive Unwahrheit zu sagen, ist immer auch ein Abwägen der verschiedenen Werte und Güter.« Die sieben Wochen Fastenzeit seien eine gute Gelegenheit, genau zu überlegen: »Was sage ich und wie sage ich es? Ist es hilfreich und förderlich?« Manche Notlüge könne daher sinnvoll sein - »nur Lügen auf Kosten anderer, damit man selbst besser wegkommt - das geht gar nicht!«, betont Heesen. »Solche Lügen können zerstören.«

Montag, 6. Mai 2019

Zollern-Alb-Kurier,
06.05.2019

Begleiten und Suizide verhindern

Kirche Beim Talk in der Ochsen Scheuer geht es am Mittwoch um ein Thema, das lange Zeit als Tabu betrachtet wurde.

Onstmettingen. Im Rahmen der bundesweiten ökumenischen „Woche für das Leben“ greift der Talk in der Onstmettinger Ochsen Scheuer das Thema Selbsttötung auf. Unter dem Motto „Leben schützen. Menschen begleiten. Suizide verhindern“ laden die Initiatoren Pfarrer Philippus Maier und Pastoralreferent Michael Holl zum Podiumsgespräch am Mittwoch, 8. Mai, 19.30 Uhr, im Haus des Albvereins in der Nägelestraße 4 ein.

Umgang mit Krisen

Für das Podium konnten Josef Heilmeier, Dipl.-Psychologe an der Psychologischen Beratungsstelle Albstadt, und Elke Gehrling, Gemeindereferentin in und um Stetten a.k.M., gewonnen werden. Heilmeier ist Ehe-, Familien- und Lebensberater und Systemischer Paartherapeut. Gehrling ist Notfallseelsorgerin und Trauerpädagogin. Sie leitet eine Trauergruppe für Angehörige nach Suizid. Die Gäste und die anwesenden Seelsorger stellen sich den Fragen der Anwesenden rund ums Thema Selbsttötung. Sie gehen möglichen Ursachen nach und geben auch Hinweise für die Prävention und den Umgang mit Angehörigen.

Presseartikel, Stephan Heesen

Überversorgung – ein schlechter Witz

Schwarzwälder Bote,
20.09.2019

SKSS | Psychologische Beratungsstelle zieht Jahresbilanz / Albstadt hat keinen einzigen Psychiater mehr

Das Arbeitspensum nimmt tendenziell zu; dafür ist die Mannschaft etwas größer geworden – Probleme bereitet, dass man ziemlich allein auf weiter Flur steht. So lautet der Tenor der Bilanz, welche die Psychologische Beratungsstelle Albstadt am Donnerstag im Rathaus Albstadt zog.

■ Von Martin Kistner

Albstadt. Wie Beratungsstellenleiter Stephan Heesen den Ausschuss für Soziales, Schule, Kultur und Sport wissen ließ, hat der Zollernalbkreis seinen Jahreszuschuss von 60 000 auf 80 000 Euro erhöht; dadurch war es möglich, die Beraterkapazität um 15 Prozent zu erhöhen: Zwei Kolleginnen treten etwas kürzer; dafür wurde eine 35-Prozent-Stelle für eine dritte geschaffen, die nach einigen Mühen auch besetzt werden konnte. Däumchen dreht trotzdem niemand in der Psychologi-

schen Beratungsstelle, und auch die Wartezeiten werden eher länger als kürzer. Es gibt so viel zu tun.

Migrantenanteil ist von 15 auf 18 Prozent gestiegen

Besonders in der Erziehungsberatung – ihr Anteil an der Gesamtzahl der Beratungsfälle ist Heesen zufolge 2019 von 32 auf 38 Prozent gestiegen. Kinder und Jugendliche haben es nicht leicht im Leben, auch wenn manche Erwachsenen das gerne glauben wollen: Schulprobleme, Mobbing, elterliche Ehekrise, Freundin weggelaufen – das sind keine Lappalien, sondern reale Ängste oder, wenn der Fall eintritt, veritable Katastrophen im Leben eines jungen Menschen. Nicht selten sind es die Schulen, welche die Eltern an die Psychologische Beratungsstelle verweisen – damit könnte auch der Anstieg des Migrantenanteils von 15 auf fast 18 Prozent zusammenhängen.

Ebenfalls gestiegen ist der Anteil der Albstädter an der Zahl derer, die die Psychologische Beratungsstelle konsul-



Für Stephan Heesen und sein Team ist das Arbeitspensum 2018 nicht kleiner geworden. Foto: Archiv

tieren, und zwar auf über 70 Prozent. Heesen freut sich zwar darüber, dass die Albstädter das Angebot, das er und seine Kolleginnen machen, annehmen – aber er

deutet den Anstieg auch als Symptom eines Problems, das immer drängender wird: Vor einigen Jahren praktizierten in Albstadt noch drei Psychiater – jetzt gibt es keinen einzigen mehr. Das bedeutet zum einen, dass mehr Menschen Hilfe bei der Beratungsstelle suchen, zum anderen aber, dass die Berater mit Problemen konfrontiert werden, die sie schlicht nicht lösen können, weil es dafür eines Arztes bedarf. Die Alternative heißt im Regelfall Rottweil, was nicht befriedigen kann, da eine umgehende Aufnahme ins Rottenmünster nur in Fällen konkreter »Gefährdung« möglich ist. Eine Dauerlösung ist die Klinik schon gar nicht; etliche Patienten bedürfen aber auch nach ihrer Entlassung der ärztlichen Aufsicht.

In die Rolle des »Lückenbüßers« gedrängt sehen sich die Albstädter Berater auch im Falle der Kinder- und Jugendpsychotherapie: Auch dank der Unterstützung der »Stiftung Mensch« haben sie erstmals zwei spielerische Gruppen schaffen können –

aber dadurch lässt sich die Unterversorgung der Region mit Kinder- und Jugendtherapeuten nicht kompensieren.

In der auf Heesens Vortrag folgenden Diskussion ging es primär um dieses Problem. Sowohl Manuela Heider (Freie Wähler) als auch Marianne Roth (SPD) haben im Ärzteblatt gelesen, der Zollernalbkreis sei mit Seelenärzten überversorgt, und mochten ihren Augen nicht trauen – Heider kommentierte die Desinformation mit dem Wort »Skandale«. Philipp Kalenbach (FDP) verwies auf ein »massives Ungleichgewicht« zwischen Oberem und Unterem Bereich – Balingen habe drei psychiatrische Praxen. Roland Tralmer (CDU) forderte ein massives Vorgehen gegen diese Unterversorgung und Konsultationen mit der kassenärztlichen Vereinigung – in Albstadt wüsste man schon gerne, wie das Ärzteblatt zur Diagnose Überversorgung gelangt. Die gibt es laut Lennart Spengler (CDU) nirgendwo im Kreis: »Die Psychiatrie ist chronisch unterbesetzt.«

Schwarzwälder Bote,

09.10.2019

»Kess«-Kurs für Eltern

Albstadt. Im »Kess«-Erziehungskurs der Psychologischen Beratungsstelle Albstadt, der am Montag, 14. Oktober, um 19.30 Uhr, in deren Räumen in der Ebinger Bahnhofstraße 26 beginnt, sind noch Plätze frei. Der Kurs ist für Eltern von Kindern zwischen drei und zehn Jahren gedacht; »Kess« steht für »kooperativ - ermutigend - sozial - situationsorientiert«. Kursleiterin ist die Diplom-Sozialpädagogin Diana Gehrman; die Eltern erhalten von ihr eine praktische, ganzheitlich orientierte Erziehungshilfe. Der Kurs findet an fünf aufeinanderfolgenden Montagabenden statt. Die Kosten betragen 30 Euro für Einzelpersonen, 50 Euro für Paare; die Kursunterlagen sind inbegriffen. Anmeldungen nimmt bis zum 10. Oktober die Psychologische Beratungsstelle, Telefon 07431/134180, E-Mail kontakt@beratungsstelle-albstadt.de, entgegen.

Presseartikel „Gedanken zum Sonntag“, Angela Naßwetter

Zollern-Alb-Kurier,

15.06.2019



Spielräume suchen und nutzen

Haben Sie heute schon Ihre „to do“ Liste geschrieben oder sogar schon angefangen, diese abzuarbeiten? So vieles sollte gemacht, erledigt oder besorgt werden, natürlich zu all den anderen beruflichen, familiären und persönlichen Belangen. Wir erleben gegenwärtig eine Beschleunigung und Verdichtung fast aller Lebensbereiche, die zu dem Grundgefühl beitragen, gestresst und getrieben zu sein, keine Zeit zu haben und erst recht keine Zeit zu verlieren.

Die Sorge nicht mehr gefragt zu sein, womöglich nicht mehr dazuzugehören, verleitet viele Menschen, sich an Bedingungen anzupassen, die ihnen nicht mehr guttun. Durchhalten, immer am Ball bleiben, wenigstens bis zum nächsten Urlaub – aufgeben geht gar nicht. Die vielfachen Zumutungen gesellschaftlicher Veränderungen und der Arbeitswelt fordern ihren Tribut.

Menschen brauchen heutzutage ein sehr viel höheres Maß an Lebenskompetenzen als frühere Generationen. Gleichzeitig sind

die persönlichen Ansprüche an Erfolg und Lebensglück in hohem Maße gestiegen. Anforderungen, Erwartungen und Wünsche können so leicht auch zu Überforderungen geraten. Soziologen sprechen hier von der „ermüdeten Gesellschaft“. Es gibt eine enorme Zunahme von Depressionen und Ängsten auch schon bei Kindern und Jugendlichen.

Viele Menschen haben verlernt oder womöglich gar nie gelernt, wohlwollend und gedeihlich mit sich selbst zu sein, echte Pausen und Auszeiten zu haben, auf terminfreie Zeiten Wert zu legen, den inneren Autopiloten abzuschalten.

Wann haben Sie das letzte Mal den Sternenhimmel betrachtet, Schneeflocken zugeschaut, Vögel beobachtet oder gelacht und gestaunt wie ein Kind? Wann hatten Sie das letzte Mal eine Verabredung mit sich selbst? Einfach so – zweckfrei? Ja, wir sind in vieles eingebunden, verpflichtet und verantwortlich, aber es gibt diese Spielräume, ganz bestimmt auch für Sie.

Zollern-Alb-Kurier,

23.11.2019

Zur Ruhe kommen

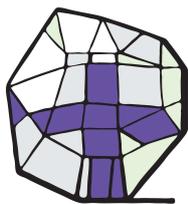
Nun ist sie da, die dunkle Jahreszeit. November, der Monat mit den vielen besonderen Tagen: Allerheiligen, Allerseelen, Gedenktag an die Reichspogromnacht und an den Mauerfall, Volkstrauertag, Buß- und Betttag und morgen Totensonntag. In der katholischen Tradition das Christkönigsfest und in der evangelischen der Ewigkeitssonntag.

Draußen in der Natur gibt es jetzt Regen, Nebel, trübe Tage und viel Dunkelheit. Die Natur macht Pause. Sie zieht sich in sich selbst zurück, geht auf im Rhythmus der Jahreszeiten. Erst ihr reduziertes Leben lässt sie neue Kräfte sammeln, damit sie im Frühjahr zu neuem Leben erblühen kann.

Und wir Menschen – leben wir noch in einem natürlichen

Rhythmus? Können wir abschalten, zur Ruhe kommen, still werden? Bekommt unsere Seele den Raum zum Ausruhen, der ihr gut täte? Wie gehen wir mit der Dunkelheit – draußen und vielleicht auch in uns selbst – um? Dank unserer Medien ist Zerstreuung jederzeit möglich. Auch die Event- und Konsumgesellschaft hält stets Angebote bereit. Es ist schwer in unserer Leistungsgesellschaft, in der Geschäftigkeit und volle Terminkalender Indizes für Erfolg und Anerkennung sind, still zu werden. Vor allem wenn die Stille mehr sein soll als die Abwesenheit von Schall.

In sich gehen, ruhig werden – die Natur als Lehrmeisterin macht es uns vor. Von ihr können wir lernen, wie wohlthuend und heilsam Brachzeiten sind.



EVANGELISCHER
KIRCHENBEZIRK
BALINGEN

Diözese
RO//ENBURG-
STU//GART