

Jahresbericht der Beratungsstelle ZeitRaum für das Jahr 2002



Inhaltliches Thema

Beratung - Sorge um den Menschen, Sorge um die Seele

Mittwochvormittag: Wie in jeder Woche sitzt das Team der Beratungsstelle zusammen, um in kollegialer Fallsupervision über „schwierige Fälle“ zu beraten. Ein Kollege berichtet über einen Familienvater, der seit mehreren Monaten zu ihm kommt und dessen Zustand sich momentan krisenhaft zuspitzt. Zum ersten Mal hat er offen darüber geredet, dass er trotz psychiatrischer Behandlung und Einnahme von Antidepressiva mit dem Gedanken spielt, sich das Leben zu nehmen. Einer Selbsteinweisung in eine Psychiatrische Klinik steht er ablehnend gegenüber. Der Kollege, der den Fall bearbeitet, macht sich viele Sorgen:

- ob der Klient, wie abgesprochen, zum nächsten vereinbarten Termin kommen wird
- ob er selbst im Beratungsprozess „alles richtig“ gemacht hat
- ob er noch zögern darf, zusätzliche Helfer, vielleicht sogar ohne Einwilligung des Klienten, einzuschalten.

Auf Seiten des beratenden Teams müssen zwei Voraussetzungen für einen angemessenen Umgang mit diesem Fall gegeben sein: Einerseits Empathie (mit dem Klienten wie auch mit dem betroffenen Berater), andererseits in einer Gegenbewegung auch wieder eine innere Distanzierung. Die Empathie ist notwendig, um zu „verstehen“, die Distanz, um den professionellen Blick für Handlungsalternativen und Lösungsmöglichkeiten zu erhalten.

Vor diesem Hintergrund trägt das Team viele unterschiedliche Ideen und Gedanken zusammen und öffnet so veränderte Sichtweisen des Problems und seiner Entstehung. Daraus lassen sich wiederum neue Interventionsstrategien bzw. veränderte methodische Vorgehensweisen ableiten. Die Fallbesprechung endet für den Kollegen mit einer gewissen Erleichterung: Er wird mit mehr Zuversicht und klarerem Blick in das nächste Beratungsgespräch hineingehen. Dennoch ist für ihn zumindest ein Teil des ursprünglichen Gefühls im Umgang mit diesem Menschen geblieben: Die Sorge, wie es mit dem Klienten weiter gehen wird: Ob er leben will und wird. Allerdings scheint es, als habe sich für eine gewisse Zeit ein Teil dieses Sich-Sorgens auf den Rest des Teams übertragen: Am Ende der Fallbesprechung gehen alle auseinander, ernster, nachdenklicher als zuvor und auch gefühlsmäßig mitschwingend mit der Not des Mannes, aber auch mit der belastenden Situation des Kollegen, der überdeutlich die hohe Verantwortung seines beraterischen Handelns spürt. Das „Loslassen“ des Falles gelingt nicht sofort, ist aber letztlich unabdingbar, um in der Arbeit professionell handeln zu können und um eigene seelische Stabilität zu erhalten.

Aus einem größeren Abstand betrachtet, ist dieser oben beschriebene Vorgang trotz seiner besonders bedrohlichen Zuspitzung in einem gewissen Sinne sehr allgemeingültig für all unser beraterisches Handeln: Da ist ein Mensch in (seelischer) Not und eine/einer macht sich Sorgen um ihn. Wenn dies im Einzelfall besonders

schwer ist und für eine(n) allein nicht zu tragen, werden diese Sorgen im Team (mit-)geteilt. In gewisser Weise geht es also - zumindest zeitweise - um eine Neu- oder Umverteilung von seelischen Belastungen.

Allerdings müssen auch wir Berater/innen darauf achten, dass wir uns nicht zuviel „aufladen“: Das Problem, sich in der alltäglichen Arbeit auch genügend um eigene seelische Gesundheit zu sorgen, war besonders im Berichtsjahr sehr aktuell. Stellte doch die erneut erheblich angestiegene Zahl der Anmeldungen (siehe statistischer Teil des Jahresberichts) uns vor die nur schwer lösbare Aufgabe, einerseits qualitativ gute Arbeit zu leisten, andererseits die Grenze unserer persönlichen Belastbarkeit nicht zu überschreiten.

In der deutschen Sprache stecken im Wort „sorgen“ unterschiedliche Bedeutungen:

- **sich sorgen, sich Sorgen machen** beinhaltet, dass der sich Sorgende etwas auf sich nimmt, Belastungen trägt und darunter auch leidet.
- im gleichen Wortstamm steckt jedoch auch **versorgen, für jemand sorgen, vorsorgen** im Sinne von schützen, heilen oder am Leben erhalten.

Beide Bedeutungen kommen in unserem Beratungsalltag vor: Wir erleben z.B. eigene emotionale Belastung, wenn ein „Fall“ besonders schwierig ist, wenn wir selber ratlos sind, wenn die Konsequenzen unseres beraterischen Handelns besonders gravierend sind. Andererseits „sorgen wir“ mit unseren Interventionen dafür, dass Ratsuchende z.B. neue Perspektiven einnehmen können, Mut und Zuversicht gewinnen, oder an Stelle zu klagen lieber handeln wollen.

Beratungsstellen waren schon immer „Seismographen“ für seelische Erschütterungen, denen Menschen in unserer Gesellschaft ausgesetzt sind. In der Begegnung mit unseren Ratsuchenden zeichnet sich für uns ein Bild all der Gruppierungen unserer Gesellschaft ab, um die man sich, aus unserer Perspektive, wirklich sehr sorgen muss und um die sich die Kirche zu sorgen beschloss, als sie vor 42 Jahren diese Beratungsstelle einrichtete. Allerdings haben sich seit Gründung der Beratungsstelle die Probleme der Gesellschaft und der Menschen zum Teil dramatisch verändert und in vielen Bereichen auch qualitativ verschärft.

Um nur einige zu nennen:

- Unsere Welt ist durch eine zunehmende Säkularisierung gekennzeichnet, in der feste Glaubensüberzeugungen und Auffassungen über gut und böse, richtig oder falsch verloren gegangen sind oder zumindest permanent hinterfragt werden.
- Die Pluralisierung von gesellschaftlichen Wertvorstellungen und Lebenszielen erzeugt mehr Möglichkeiten für den Einzelnen, aber gleichzeitig auch mehr Lebensunsicherheit.
- Formen des Zusammenlebens haben sich verändert: Nebeneinander und gesellschaftlich akzeptiert leben:
 - * die klassische Kernfamilie
 - * die Ein-Eltern-Familie der Alleinerziehenden
 - * die „Patchworkfamilie“ der Paare in 2. oder 3. Ehe/Partnerschaft
 - * die Lebensform der Singles
 - * die Lebensgemeinschaft der gewollt Kinderlosen
 - * die Wohngemeinschaft
 - * die homophile Lebensgemeinschaft

- Die vor einem Jahrzehnt noch unvorstellbare Weiterentwicklung und allgemeine Verbreitung von elektronischen Kommunikations-, Unterhaltungs- und Informationsmedien (Handy, Videospiele, Computer- und Internetnutzung) schafft eine neue Lebensrealität der Menschen, die vor allem für Kinder und Jugendliche neben ihren Chancen auch vielfältige Gefahren birgt.
- Steigende Arbeitslosigkeit bzw. Unsicherheit von Arbeitsplätzen erzeugt im familiären Rahmen zusätzliche Belastungen für Eltern und in Konsequenz auch für ihre Kinder.
- Die Zahl der Scheidungen mit den daraus resultierenden emotionalen und wirtschaftlichen Krisen für die Familie steigt seit vielen Jahren.
- Menschen fühlen sich auch in unserem Land zunehmend bedroht durch die permanente Konfrontation mit Bildern terroristischer Gewalt und Krieg.

Im Jahr 2002 haben 1020 Menschen (Erwachsene Ratsuchende, Kinder, Eltern, Angehörige und Bezugspersonen, siehe auch statistischer Teil 4.3.4) unsere Beratungsstelle aufgesucht und über ihre Sorgen und Notlagen berichtet. In Kenntnis all dieser Einzelschicksale zeigt sich für uns ein Bild der Gruppierungen von Menschen, denen im Berichtsjahr unsere „Für“-Sorge“ galt und auch in Zukunft gelten soll.

Hier sind zunächst die Kinder und Jugendlichen zu nennen, die sich nach Auffassung der heutigen Sozialwissenschaft als besondere Risikogruppe der Gesellschaft darstellt.

Wir sahen im Berichtsjahr **Kinder**,

- die Vernachlässigung, Misshandlung und sexuelle Gewalt erlebt haben
- die als schwächstes Glied in die erbitterten Auseinandersetzungen zwischen sich streitenden und sich trennenden Eltern verwickelt werden
- die in Folge von Trennung und Scheidung ihren gewohnten Lebensraum und die Beziehung zu einem Elternteil verloren haben
- die in der Überflutung durch moderne Medien, vom immer schnelleren Tempo unserer Gesellschaft gehetzt, an seelischen Stress leiden
- die von permanenter Unruhe getrieben, wegen mangelnder Aufmerksamkeit, Hyperaktivität und ungesteuerter Impulsivität nicht lernen können und in ihrer sozialen Umwelt überall „anecken“ und in der Folge ausgegrenzt werden
- die am Leistungsdruck von Schule und Elternhaus zu zerbrechen drohen
- denen familiäre Geborgenheit und selbstverständliche Existenzsicherheit (ökonomisch und emotional) fehlt
- die, aus fremden Kulturen und Lebensräumen in eine für sie fremde Welt verpflanzt, gravierende Probleme der sprachlichen, kulturellen und sozialen Anpassung bewältigen müssen

Wir sahen **Jugendliche und junge Heranwachsende**,

- die unter massiver Bedrohung und Verfolgung im sozialen Umfeld von Schule und Freizeit leiden
- die im Erwachsen-Werden heftig in Konflikt geraten mit Familie, Schule und Gesetz und schwerwiegende Symptome entwickeln wie: extreme

- Oppositionshaltung, Verwahrlosung, Drogen- und Alkoholsucht, selbstverletzendes Verhalten, Zwänge oder Essstörungen
- die dem Leistungsdruck der Gesellschaft nicht gewachsen sind und in Schule oder beruflicher Ausbildung versagen
 - die keinen Ausbildungsplatz finden und in Gefahr geraten, eine für jeden Menschen wichtige positive Zukunftsperspektive zu verlieren
 - die sich schwer tun, die notwendige Ablösung vom Elternhaus zu schaffen, um eine eigenständige Identität zu entwickeln

Wir sahen aber auch viele **Erwachsene in Not**:

- Eltern und Paare, die vor den Scherben ihrer zerbrochenen Partnerbeziehung stehen, was für viele gleichbedeutend ist mit dem Erleben einer persönlichen Lebenskatastrophe.
- Allein erziehende Eltern, (meist Mütter), die Last und Verantwortung für ihre Kinder weitgehend ohne Unterstützung durch einen Partner tragen müssen und von ihren ökonomischen, körperlichen und seelischen Ressourcen bis an die Grenze ihrer Möglichkeiten belastet sind.
- Menschen in existentiellen Sinnkrisen, wenn sie den Verlust von geliebten Menschen erleben mussten oder ernsthaft erkrankten.
- Menschen, die schwere psychische Traumata verarbeiten müssen, weil sie körperliche Gewalt, schlimme Unfälle, unerwartete Schicksalsschläge oder schwere seelische Verletzungen erlitten hatten.
- Wir sahen Menschen, die buchstäblich an Gott und der Welt zweifeln, weil sie tiefe menschliche Enttäuschungen erfuhren oder keine Wiedergutmachung für erlittenes Unrecht erhielten.
- Menschen, die uns nach einiger Zeit den Blick hinter ihre Depressionen oder psychosomatischen Störungen erlaubten. Im Verborgenen und oftmals unbewusst geht es um den Sinn des Lebens im Diesseits wie auch um transzendente Bezüge: Die Auseinandersetzung mit Fragen persönlicher Schuld und der Rechtfertigung vor Gott. Aber auch mit den im christlichen Denken seit alten Zeiten bekannten Zweifeln „Was kann ich glauben“, „Was kann ich hoffen?“

Beratungsalltag heißt in aller Regel, den Menschen hilfreich und nahe zu sein, die zu den Schwachen in dieser Gesellschaft gehören, die in der Bibel beschrieben werden als die „Mühseligen und Beladenen“. Wir Berater/innen erfahren dabei zweierlei: Einmal das Belastet-Sein der Menschen, die zu uns kommen. Aber auch ihre Erleichterung, wenn sie einen Teil dieser Last loswerden können. Dies geschieht zunächst durch „von der Seele reden“, danach jedoch auch durch das Klären von Verwicklungen und Auflösung von Verwirrung, durch Erarbeiten neuer Lösungen, durch Loslassen von „fixen Ideen“ im Bezug auf Schuld, Hoffnungslosigkeit und Ohnmacht.

Viele Menschen machen in der Beratungsstelle sehr neue, für sie oft unerwartete Erfahrungen:

- Hier gibt es einen geschützten Raum, wo Berater/-innen sich Zeit nehmen: Für das Anhören des Problems, für den Beziehungsaufbau und das Vertraut-Werden

mit Menschen, die sich zunächst fremd sind, für die Suche nach Lösung und Bewältigung, was oft die Begleitung auf Um- und Irrwegen mit einschließt.

- Psychologische Beratung bietet Hilfe - unterhalb der Schwelle von Therapie - für Menschen, die sich zwar in schwierigen Lebenssituationen befinden, jedoch nicht das Etikett „krank“ akzeptieren möchten.
- Hier gibt es Angebote jenseits staatlicher Jugendhilfe und Gesundheitsfürsorge. Wie Gernot Czelli¹ in seinem Aufsatz schreibt, ist „psychologische Beratung oftmals ein Hilfsangebot für Menschen, die normalerweise durch das Netz der staatlichen Hilfssysteme fallen: z.B.
 - * Menschen, die Gespräch und menschliche Nähe der medizinischen Medikamenten- und Kurzbehandlung vorziehen.
 - * Menschen in Krisen- und Notsituationen, die einen schnellen und unbürokratischen Zugang zu fachlichem Gespräch und engagierter Hilfe erwarten.
 - * Menschen, die eine Lebensbegleitung (dies bedeutet Beratungsgespräche in größeren Abständen, jedoch während eines längeren Lebensabschnittes) suchen. Diese Angebote können und wollen zurzeit weder Ärzte und Psychiater, Psychotherapeuten noch psychiatrische und psychosomatische Kliniken anbieten, da die Frage der Kostenregulierung in diesen Bereichen immer eine hohe Priorität hat.“
- Kirche tritt anders als gewohnt in das Blickfeld der Menschen.

Menschen, die in unsere Beratungsstelle kommen, fragen zu Beginn der Beratung in aller Regel, welche Kosten auf sie zukommen. Sie erfahren, dass Beratung (unabhängig von der Möglichkeit, eine freiwillige Spende zu entrichten) kostenfrei ist und bewusst als besonders niedrigschwelliges Angebot der Kirche in ökumenischer Trägerschaft bereitgestellt wird: Sie bietet ihren Dienst an für Arme und Reiche, für Menschen „in“ und „außerhalb“ der Kirche, für Christen und Andersgläubige, immer vor dem Hintergrund, dass Kirche „für die Menschen da ist“ (siehe auch: Leitbild des ev. Kirchenkreises Hagen), d.h. für alle Menschen, und wiederum in besonderer Weise für Menschen in Notsituationen.

Die sich daraus ergebenden Schlussfolgerungen sind für einzelne Gruppierungen von Ratsuchenden sehr unterschiedlich:

- * die der Kirche „nahe“ Stehenden sehen psychologische Beratung als zeitgemäßes Hilfsangebot für Menschen in seelischer Not, das traditionelle Seelsorge, wie sie in Gemeinden ja schon lange besteht, in speziellen Bereichen mit Methoden der modernen Sozial- und Geisteswissenschaften ergänzt.
- * Menschen, die der Kirche eher „fern“ stehen (weil sie keinen Kontakt zu Gemeinden pflegen bzw. kirchliche Angebote selten oder nie in Anspruch nehmen), erfahren, dass Kirche trotz aller Distanz in Augenblicken der Not, Ratlosigkeit und Verzweiflung „da ist“ für sie und sich um sie sorgt.
- * Menschen, die keiner christlichen Kirche angehören (weil sie nie einer Konfession angehört haben oder ausgetreten sind bzw. einen nichtchristlichen Glauben haben), erleben in der Beratungssituation ein Berührungsfeld mit Kirche, das augenfällig macht, wie die „Menschenfreundlichkeit Gottes“ sich konkret im Handeln ausdrückt. Diese Berührung mit Kirche ist wichtig in ihrer Wirkung auf Menschen, die „auf der Suche“ sind nach Hoffnung, Sinn und spiritueller Erfahrung. Gleichzeitig erwerben Andersgläubige Achtung und

Wertschätzung in Bezug auf das Gottes- und Menschenbild der christlichen Kirchen.

Menschen, die das Angebot der Beratungsstelle in Anspruch genommen haben, wissen seine besondere Qualität in aller Regel zu schätzen:

- den unbürokratischen Zugang
- die relativ kurzen Wartezeiten
- die Erfahrung, für ihre Sorgen wirklich Zeit geschenkt zu bekommen
- den Hintergrund von Menschenfreundlichkeit und zeitgemäßem, seelsorglichem Engagement der Kirche.

Dies schlägt sich unter anderem nieder in der Bereitschaft zu spenden. Seit seiner Gründung im Jahre 1983 hat unser Förderverein der Beratungsarbeit ca. 230.000 Euro aus Spenden und Mitgliedsbeiträgen zur Verfügung gestellt. Viele Menschen wissen, dass psychologische Beratung viel Geld kostet und tragen im Rahmen ihrer Möglichkeiten dazu bei, dass die Kirche trotz knapper werdender Bezuschussung durch Land und Kommune dieses Angebot auch in der Zukunft aufrechterhalten kann.

*© Beratungsstelle ZeitRaum, 2003
Autor: Josef Schlänger, Beratungsstelle ZeitRaum*

ⁱ Dr. Gernot Czell: Psychologische Beratung - notwendiger Teil kirchlicher Seelsorge!
Fokus Beratung, November 2002