



Nachfrage, Trends und Angebote in der Einzel- und Paarberatung

(2010–2014)

Wie bereits in Kapitel 2 dargestellt, ergänzt dieses von der EKHN getragene Angebot für Erwachsene unsere Leistungen in der kommunal finanzierten, ambulanten Jugendhilfe. Es spricht, wie diese, Beratungssuchende unabhängig von ihrem sozialen Status und ihrem Bildungsstand an. Damit haben auch Einzelpersonen und Paare ohne minderjährige Kinder Zugang zu einer Beratung, die auf Themen des Erwachsenenlebens ausgerichtet ist. Mit diesem Gesamtangebot entsprechend den verschiedenen Lebensaltern und Lebenskonstellationen verstehen wir uns als „Integrierte Beratungsstelle“. Dies erleichtert den Beratungssuchenden, das für sie passende Angebot zu finden. Wie zu zeigen sein wird, sind Bereichsüberschneidungen unvermeidlich, die Schwerpunktsetzungen aber deutlich unterschieden. Und wo es zu Überschneidungen kommt, ist ihre Wirkung positiv.

So leben bei immerhin 50 bis 70 % der Klienten in der Erwachsenenberatung auch minderjährige Kinder im Haushalt. Die Kinder und ihr Umgang mit ihnen sind aber ein starker Balancefaktor sowohl in der Paarbeziehung, als auch im individuellen Erleben. Liebesbeziehungen und persönliches Gleichgewicht sind also auch von gelingender Kooperation gegenüber und gelingendem Umgang mit den Kindern und Jugendlichen abhängig. Auf dem Hintergrund der individuellen wie der Beziehungs-Dynamik der (Stief-) Eltern ist der Umgang mit dem Nachwuchs bei 1/4 bis 1/3 der Klientel ein Erwachsenenthema.

Diese Tendenz korrespondiert im Übrigen damit, dass Trennung und Scheidung in unserem alleinigen Erziehungsberatungsangebot seit 2010 fast durchgängig die zweithäufigsten Anlässe für Anmeldungen sind und von den dort insgesamt angemeldeten Kindern und Jugendlichen 50% bis 60% bei einem alleinerziehenden Elternteil oder in einer

Patchworkfamilie leben, d.h. von Trennung und Scheidung betroffen sind.

Eine andere zunehmende Überschneidung zeichnet sich zum Gesundheitswesen ab: Im Vorfeld der Entscheidung für oder gegen eine Psychotherapie, in der meist längeren Wartezeit auf einen Psychotherapieplatz, bei Paarberatungsempfehlungen nach einer psychosomatischen Kur bis hin zu begleitenden Gesprächen medikamentös eingestellter ehemaliger Psychiatriepatienten. Auch Haus- und Kinderärzte verweisen auf unser Angebot für Erwachsene, wie umgekehrt auch Hinweise auf die Dienstleistungen des Gesundheitswesens gegeben werden.

Gerade gegenüber diesem Bereich ist es uns wichtig, auf die zeitliche Begrenztheit der hiesigen Beratung hinzuweisen, welche eben kein therapeutisches Angebot ist: in der Regel können sieben Gespräche im Zeitraum eines halben Jahres angeboten werden.

Traditionell stark bleibt die Empfehlung von und Zusammenarbeit mit der breiten Vielfalt kirchlich-diakonischer Dienste und kommunaler Einrichtungen. Über Gemeindepfarrämter und Diakonische Beratungsdienste finden Erwachsene Beratungssuchende ebenso zu uns, wie über die Arbeitsagentur oder das Sozialamt. An einem Tag der Woche finden Beratungstermine in der Außenstelle des Diakonischen Werkes in Grünberg statt. Auch die eigene Öffentlichkeitsarbeit sowie Hinweise aus dem sozialen Umfeld der Klienten lassen oft den Weg in die Beratung finden. Dabei hat sich die Anzahl der anmeldenden Männer deutlich an die Anzahl der anmeldenden Frauen angeglichen. Stabil verbleibt die Gesamtzahl der Anmeldungen, durchschnittlich sind es 91 pro Jahr. Eingependelt hat sich, dass davon knapp die Hälfte Kurzberatungen mit höchstens 2 Terminen sind; die größere Hälfte der Anmeldenden nimmt 3 bis über 10 Termine wahr. Eher gleichbleibend ist auch die Anzahl derer, die, außer in Krisensituationen, länger als 4 Wochen auf ein Erstgespräch warten: sie liegt bei gut der Hälfte der Anmeldenden.

Abschließend noch eine wichtige inhaltliche Konstante: Die partnerbezogenen Themen lagen und liegen auch in der Einzelberatung mit weitem Abstand vorn. Nicht selten folgt daher dem Erstgespräch mit einer Person auch eine Beratung des Paares. Und bei den Paaren lässt sich feststellen, dass die Beziehungsdauer nicht vor Beratung schützt: Paare nach der Silberhochzeit gehören ebenso zur Klientel wie junge Paare, die an eine Familiengründung denken. Nach wie vor dominieren die Jahrgänge im erwerbsfähigen Alter: die Vereinbarkeit von und Veränderungen in Partnerschaft, Familie und Beruf bleiben wohl dauerhafte Herausforderungen.

Wie gestaltet sich nun eine **Paarberatung**?– Das erste Gespräch gliedert sich in der Regel in drei Schritte, die dem Paar vorgeschlagen werden, die aber den Bedürfnissen entsprechend änderbar sind: zunächst die Erläuterung des Beratungsangebotes, dann die Erkundigung nach den Lebensumständen als erstem Verstehenshintergrund und schließlich die Frage nach den jeweiligen und gemeinsamen Anliegen.

Bei der Erläuterung des Beratungsangebotes geht es in erster Linie um seine zeitlichen Gestaltungsmöglichkeiten und Grenzen, um den Zweck eventueller „Hausaufgaben“ und die Möglichkeiten des Verbleibs am Schluss einer Sitzung. Es wird auf die Kostenfreiheit der Inanspruchnahme und auf die kirchliche Finanzierung hingewiesen, interessierende Fragen zu diesem Angebotsrahmen werden beantwortet.

Begegnungsdynamisch schafft diese strukturierende Übersicht am Anfang etwas Beruhigung, ein erstes Stück orientierender Sicherheit und Erwartungsausrichtung in einem für die meisten noch unbekannten Terrain. Als „Hausaufgabe“ am Ende dieser ersten Begegnung empfiehlt sich dann oft ein Blick zurück auf die Anfangsattraktion der Partner und ein Blick nach vorn auf wenige kleine Alltagswünsche beider aneinander.

Im zweiten Gespräch steht eine ausführliche Würdigung des Schatzes aus der Anfangszeit der Partnerschaft an, weil diese oft etwas verschüttete, aber starke Ressource in der späteren Arbeit als Kraftquelle genutzt werden kann.

Anschließend kann es dann auch um Entgegenkommensbereitschaften bei den gehörten Alltagswünschen gehen, um Überraschungen und auch um erste Erfolge dabei. Hierbei stellt sich häufig heraus, dass es nicht nur inhaltliche Angebotsunterschiede gibt, sondern dass auch deutliche Verschiedenheiten in den Umgangsstilen miteinander bestehen.

Nicht selten hat sich diesbezüglich die gegenseitige Wahrnehmung der Partner im Laufe der Zeit geradezu ins Gegenteil verkehrt: Was früher eher als attraktiv empfunden wurde (z.B. Ruhe oder Lebendigkeit) wird heute mehr als störend erlebt.

Spätestens im dritten Gespräch wird deutlich, dass sich nicht nur an den mitgebrachten Beratungsanlässen, sondern auch an „Kleinigkeiten“ Konflikte entzünden können, deren Stimmung eskaliert: In einem Kreislauf von gegenseitigen Vorwürfen und Rechtfertigungen fühlt sich jeder als Opfer und keiner als Täter.

Diese Eskalationsspirale gilt es zu unterbrechen, den Partneraustausch zu entschleunigen, reflexhafte Reaktionen

beiderseits allmählich durch Wahlmöglichkeiten zu ersetzen und den sachlichen Anliegen aneinander wieder Gehör zu verschaffen.

Ohne eine Würdigung der heftigen Reaktionsbereitschaften beiderseits, egal ob im Aneinandergeraten oder im Rückzug, ist diese Kurve allerdings nicht zu kriegen: Woher kennt jeder Partner vergleichbare Kränkungen und Verletzungen, aber auch seine entsprechenden Verteidigungsmechanismen von früher.

Hier ist den jeweiligen Geschichten aus vergangenen Partnerschaften bis hin zu Erlebnissen aus der eigenen Herkunftsfamilie Raum zu geben, um den persönlichen Reaktionsbereitschaften sowohl Verständnis entgegen zu bringen, als auch das heute Unzeitgemäße daran empfinden zu können.

Individuell geht es dabei um die Anweisung eines angemessenen Platzes für früher sinnvolle Verhaltensweisen und einhergehend damit um die Entwicklung zeitgemäßer Selbstsorgemöglichkeiten. Für diesen Beratungsabschnitt empfiehlt sich eine jeweilige Einzelarbeit in Gegenwart des Partners/der Partnerin, etwa in der vierten oder fünften Sitzung.

Damit die jeweilige Selbstsorge und ein zeitgemäßer Schutz nicht gegenseitig missverstanden werden und Botschaften auch so ankommen, wie sie gemeint sind, gibt es Anregungen für Formulierungen und wann diese eingesetzt werden können. Gegen die Rückfallgefahr in einen ausufernden Streit gibt es deeskalierende Hilfen.

In den letzten beiden Gesprächen geht es um eine Verstärkung des akzeptierenden Umgangs der Partner in eigener Regie. Zu berücksichtigen sind dabei auch die asynchronen individuellen Entwicklungen der Partner hinsichtlich ihrer jeweiligen Umgangsstile. Die partnerschaftliche Verhandlung über Sachthemen, für die neue gemeinsame Lösungen gesucht werden, beispielsweise die Kinder, den Haushalt oder die Freizeit betreffend, bekommt so wieder eine Chance. Dies gilt gegebenenfalls aber auch für den Weg zu einer Trennung, sofern sich für mindestens einen der Partner der gemeinsame Prozess in diese Richtung geklärt hat.

Um für immer mal wieder mögliche Missverständnisse, Kränkungen und Verletzungen gerüstet zu sein, gibt es abschließend Verhaltensanregungen zur Klärung, Entschuldigung und Wiedergutmachung: um nicht wieder ins alte Fahrwasser zu geraten und den neuen Kurs gemeinsam halten zu können. Dies wird nicht selten von beiden Partnern auch als ganz persönliches Fortschreiten empfunden.

Auch in der **Einzelberatung** Erwachsener gliedert sich das Erstgespräch im Wesentlichen in die drei bereits bei der Paarberatung erwähnten Schritte: Sie unterstützen die Vertrauensbildung, ermutigen die aktive Selbstdarstellung und bieten eine realistische Perspektive.

Die Themenpalette ist vielfältig, sie reicht von Fragen zu Partnerschaft und Familie über Umgangsfragen mit Befindlichkeitsstörungen und Krankheiten bis hin zu Anliegen, mit Arbeitslosigkeit oder Verlusterlebnissen besser zurecht zu kommen.

Dreh- und Angelpunkt in der Einzelberatung ist die Art und Weise, wie sich die Klienten selbst im Umgang mit den sie beschäftigenden Themen erleben: Oft sind Gefühle der Hilflosigkeit, Ohnmacht, des Alleinseins und der Ratlosigkeit, des Ausgeliefert- und Opferseins vorherrschend.

Gleichwohl möchten die Klienten ihre so empfundenen Lebensumstände nicht nur resignativ hinnehmen, sondern suchen nach Möglichkeiten, ihr Lebensgefühl zu stärken.

Auf dem Weg von der klagenden Opferrolle zu einer beherzten Täter/innen-Rolle behindert oft ein „alter Klotz am Bein“ das Vorankommen: Schutzmechanismen aus früheren Zeiten, wie Rückzug und Abwarten und/oder Angriff und Provokation schaffen oft keine Verständigung. Diese alten Reaktionsweisen brauchen aber einen besprochenen und anerkannten Platz in der „Biographie-Vitrine“, damit der Raum frei wird für weniger kindliche und mehr erwachsene Formen der Selbstsorge und Eigeninitiative.

Aktivierende Aufgaben aus dem Alltagsbereich der Klienten befördern schrittweise neue Erfahrungen und kleine Erfolgserlebnisse, die ermutigen, das Zutrauen und Durchhalten stärken. Die interessierte beraterische Begleitung unterstützt dabei die Bereitschaft, angemessen auch auf andere Menschen zuzugehen und mit den eigenen Anliegen nicht allein zu bleiben. Die Verankerung gewonnener „Aha-Erlebnisse“ in Form von Stichworten oder Kernsätzen, die die Klienten vielleicht selbst so formuliert haben, können immer mal wieder hervorkommenden regressiven Tendenzen entgegenwirken.

Das gemeinsame **Ziel dieser beiden Beratungssettings** im Erwachsenenbereich ist, auch in wenigen Terminen, für die vorgetragenen inhaltlichen und inszenierten Beziehungsanliegen ermutigende und nachhaltige Anstöße zur Selbsthilfe zu geben. – Wo diese erkennbar nicht ausreichen, werden alternativ, zusätzlich oder anschließend speziellere Unterstützungsmöglichkeiten angesprochen und die Wege dorthin gewiesen.

Walter Liebl-Wachsmuth