

Ehe-, Familien- und  
Partnerschaftsberatung Karlsruhe e.V.



# Jahresbericht 2020



Zeit für Gespräche

## Inhalt

- 5 Dankbar sein in Zeiten von Corona?**
- 6 Gemeinsam auf dem Weg**
- 7 O mein Gott – Telefonberatung**
- 10 Vielfalt sehen, akzeptieren und begleiten**
- 13 Scham**
- 16 Unsere Arbeit im Spiegel der Zahlen**
- 17** Ratsuchende und Beratungsstunden  
Welche Art von Hilfe wurde wahrgenommen?
- 18** Wie finden Ratsuchende unsere Stelle?  
Aus welchen Gemeinden kommen die Ratsuchenden?
- 19** Woher kommen die 309 im Ausland geborenen Ratsuchenden?  
Wie alt sind die Ratsuchenden?
- 20** In welcher familiären Situation leben die Ratsuchenden?  
Welcher Religion gehören die Ratsuchenden an?
- 21 Aufgaben / Träger**
- 22 Unsere Finanzen**
- 23 Impressum**

## Dankbar sein in Zeiten von Corona?



„Für was sind Sie dankbar?“ fragte eine Ordensgemeinschaft mitten in der 2. Corona-Welle und sandte, als ob die Frage nicht schon Provokation genug wäre, im wöchentlichen Rhythmus Sharepics von zufrieden blickenden Patres in die Welt.

Dankbar? Jetzt?

Die Frage hat mich irritiert. Und Widerstand geweckt, denn ...

.. wir können nicht dankbar sein für heftige Einschränkungen und Belastungen, die gerade Paare mit Kindern und Alleinerziehende getragen haben und immer noch tragen. ... wir sind nicht dankbar für das Arbeiten mit Masken, die nicht greifbare und doch stets wirksame Aura, die sich grau-nebelig über alles legt und die Freude minimiert. ... das Fehlen von Kontakten, die Absage von Vorträgen und Seminaren, die Schmalspurigkeit der Woche der Stille 2020, all das machte uns nicht dankbarer.

Dankbar sein? Jetzt?

Beim Nachsinnen weitet sich der Kreis: Auf dem Hintergrund der Pandemie und der damit verbundenen gesellschaftlichen Krise werden bestimmte Dinge noch kostbarer. Sie haben den Geschmack von Solidarität, gemeinsamer Anstrengung, Vertrauen und Hoffnung.

So danke ich von Herzen

... dem Gemeinderat von Karlsruhe, der mit den Stimmen der Grünen, SPD, Linken und KAL/Die Partei unseren jährlichen Zuschuss um 43.466 Euro erhöht hat, trotz absehbarer Finanzeinbußen.

... dem Kreistag des Landkreises Karlsruhe, der einstimmig beschloss, uns in Zukunft 10.000 Euro mehr an Unterstützung zu geben.

... meinem Team.

Erstaunt stellten wir zum Jahresende fest, dass wir in dieser Krise fast gleich viel Menschen beraten und begleitet haben, als in den Jahren zuvor (s. S. 17). In beeindruckender Geschwindigkeit stellten die Berater\*innen ihre Settings um, damit Ratsuchende uns telefonisch und online erreichen konnten.

Sobald es möglich war, boten wir wieder Beratungen in der Nelkenstrasse an.

... unseren Klient\*innen.

Ihr Vertrauen war ungebrochen und ihr Verständnis für manche Unannehmlichkeiten hat uns getragen.

Dankbarkeit stärkt das Gute in uns, gibt Hoffnung.

Wofür können Sie dankbar sein - trotzdem?

Barbara Fank-Landkammer  
Vorständin

## Gemeinsam auf dem Weg

Wir sind ein Team von Ehe-, Familien- und Lebensberater\*innen (Diplom bzw. Master) oder mit einer gleichwertigen Ausbildung.

Außergewöhnlich ist an unserer Stelle die Beratung in unterschiedlichen Sprachen. Wir beraten auch in Englisch, Französisch, Luxemburgisch, Russisch, Spanisch und Türkisch. Menschen mit Hörschädigungen können psychologische Unterstützung in DGS und LBG erhalten.

Im Jahr 2020 waren bei uns tätig:

### Vorständin/Stellenleitung/Beratung:

Fank-Landkammer, Barbara (90%)

### Beratung/Stellvertretende Leitung/Qualitätsmanagement:

Winter, Sabine (60%)

### Beratung/Stellvertretende Geschäftsführung:

Hohmeister, Claudia (45%)

### Sekretariat:

Wenderoth, Monika (65%)

Müller, Annette (60%)

Einsiedel, Daniela (gFB)

### Beraterinnen und Berater:

Abt, Susanne (50%)

Beer-Bercher, Ulrich (50%)

Celep-Monz, Aysel (50%)

Kolb, Helene (50%)

Madrid, Valeria (50%)

Peitgen-Hoffmann, Petra (40%)

Rüttgers, Thomas (50%)

Schaudel, Eva-Maria (40%)

### Freie Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter:

Benzing, Katrin

Schubert, Karl-Heinz

Worré-Neff, Chantal

### Reinigungskraft:

Cusu, Ramona (gFB)

Leider zeitweise eingeschränkt, durch das Verbot sich in großen Gruppen zu treffen, wurden wir 2020 fachlich gut begleitet von unseren externen SupervisorInnen  
Peter Gabriel, Stefan Junker, Angelika Eck, Sebastian Baumann und Elisabeth Gast-Gittinger.

Unter [www.eheberatung-karlsruhe.de/unser-team](http://www.eheberatung-karlsruhe.de/unser-team) können Sie sich jederzeit über die Ausbildungen, Zusatzqualifikationen und Schwerpunkte unserer Beraterinnen und Berater informieren.

## O mein Gott – Telefonberatung

### Oder: Was wir alles können, wenn wir müssen

Im letzten Märzdrittel 2020 veränderte sich die Welt, auch bei uns. Der allgemeine Lockdown, am Sonntagabend in Berlin beschlossen, führte am Montagmorgen zu vielen Fragen im Aufsichtsrat und Leitungsteam: Was machen wir nun? Der Kalender ist voll. Können wir trotz Homeoffice Beratungen anbieten? Wenn ja, wie? Und der Datenschutz?

Kurz bevor die Elektromärkte schlossen, ergatterten wir noch Handys und SIM-Karten. Alle Teammitglieder, bis auf die Leitung und das Sekretariat, blieben zuhause. Zwei Berater\*innen, deren Verbindungsleitungen zuhause nicht stabil genug waren, kehrten bald stundenweise in die Stelle zurück. Dass jedoch Klient\*innen in die Beratungsstelle kämen, war während der ersten Welle nicht möglich. Die Ehe-, Familien- und Lebensberatung hatte keinen „systemrelevanten Status“, und wir wollten die Sicherheit der Mitarbeitenden nicht gefährden. Gleichwohl war es unser Ziel, Menschen weiter zu begleiten. Gerade jetzt.

„Können wir Ihre Beratung auch per Telefon durchführen?“ Diese Frage hörten über 80 Einzelpersonen und Paare, die in der ersten Woche des Lockdowns bei uns Termine hatten. Erstaunlich viele ließen sich auf Telefonate ein. Andere sagten erstmal ab. Auch weil sie zuhause keine Ruhe hatten, da Kinder und Partner\*in daheim waren, die Wohnung zu klein oder zu offen gestaltet war. Oder weil sie dachten, es handelt sich ja nur um 3-4 Wochen...

### Das neue Setting

Die Beziehungsqualität zwischen Ratsuchenden und Berater\*in ist entscheidend für den Erfolg der Gespräche. Wir arbeiten auf der Basis gegenseitigen Vertrauens.

Die Wahrnehmung der psychischen Verfassung des Einzelnen und der Dynamik des Paares sind für unsere Arbeit unverzichtbar. Dafür nutzen wir unsere Sinne: Hören, Sehen und Riechen. Im Beratungszimmer zeigen sich Verfasstheit und Dynamik unmittelbar.

Mit Interventionen bringen wir die Paare wieder in Kontakt zueinander und öffnen den Raum für neue Ideen, Sichtweisen und Haltungen. Wir nutzen verbale Anregungen, aber auch nonverbale Körperübungen.

Die Ratsuchende sind bei uns auf „neutralem Boden“, es gibt einen räumlichen Abstand zu ihrer konflikthafter Situation daheim. So war es zumindest vor dem Lockdown in der sogenannten „face-to-face“-Beratung. Kein Wunder, dass wir mit Gefühlen von Verlust und Unzulänglichkeit in die erzwungene Telefonberatung gingen. Aber es war unsere einzige Möglichkeit weiterhin psychologische Unterstützung anbieten zu können.

Von März bis Ende Juni 2020 erbrachten wir 706 Stunden telefonische Beratung. Schnell organisierte Fortbildungen mit erfahrenen Fachkräften und die regelmäßige Intervision in kleinen Gruppen per Telefonkonferenz halfen uns, im Neuland zurecht zu kommen.

Rückblickend verfügen wir über viele Erfahrungen und eine differenzierte Einstellung zur Telefonberatung. Sie ist möglich - manchmal sogar besser als die „face-to-face“-Beratung und manchmal eben nicht geeignet. Welche Faktoren spielten eine Rolle?

- Die Ratsuchenden (Paare, Einzelpersonen) waren bereit, sich auf das andere Setting einzulassen.
- Beide Seiten zeigten Geduld und Rücksicht, wenn die Technik nicht sofort klappte.
- Zu Beginn wurde der neue Rahmen besprochen: Haben Sie jetzt Zeit? Sind Sie ungestört? Können wir das Gespräch durch Regeln strukturieren (kürzere Redezeiten, abwechselnd reden, nonverbale Reaktionen mitteilen)?
- Als Berater\*in fokussierten wir uns auf die Stimme (Färbung, Lautstärke, Sprechpausen ...) und die Emotionen, die darüber ausgedrückt werden. Es ist erstaunlich, wie vielfältig dies sein kann.
- Angeleitete Übungen waren möglich, beispielsweise Entspannungsübungen zur Stressreduzierung.
- Kreative Methoden wie das Arbeiten mit Metaphern oder mit Stühlen konnten wir einsetzen.
- Paare gingen in die Verantwortung füreinander und „dolmetschten“: „Jetzt weinen wir beide.“
- Einzelpersonen nutzten die neue Distanz per Telefon, um schambesetzte Themen offener und schneller anzusprechen.
- Eskalationen in der Paardynamik waren am Telefon wesentlich schwieriger zu steuern als im direkten Kontakt, da spürten wir die Grenzen.
- Schweigen ist am Telefon generell schwieriger zu deuten und als Intervention schwerer einzusetzen, weil die begleitende Mimik nicht sichtbar ist.

Schritt für Schritt öffneten wir nach Ostern wieder die Beratungsstelle. Ab Pfingsten waren wieder alle Berater\*innen in der Nelkenstrasse präsent. Die Klient\*innen „genossen“ die face-to-face-Beratung. Eltern mit kleinen, unversorgten Kindern und ältere Menschen nahmen weiterhin gerne die Telefonberatung in Anspruch.

Seit November 2020, als der nächste Teil-Lockdown begann, gehen wir differenzierter vor. Die zwischenzeitliche Klärung, therapeutisches Arbeiten sei unter Beachtung des Hygienekonzeptes möglich, lässt unsere Präsenz in der Nelkenstrasse zu. Von dort können wir je nach Situation Telefon-, Video- oder persönliche Beratung anbieten.

Corona hat uns vieles gelehrt, auch Positives. Wir haben unser Handwerkszeug erweitert und sind motiviert, uns durch Fortbildungen und Fachliteratur weiter zu qualifizieren.

Auch nach Corona werden Klient\*innen für eine Zeit ins Ausland gehen oder sind dienstlich längere Zeit unterwegs. Elternteile, die nach der Trennung Mediation in Anspruch nehmen möchten, leben möglicherweise nicht mehr beide im Raum Karlsruhe. Oder die Babysitterin hat kurzfristig abgesagt ... In all diesen Fällen ist es gut, statt einer Absage oder Terminverlegung digitale Alternativen anbieten zu können.

Daher werden wir 2021 die Onlineberatung über „assisto web“ mit Hilfe der Diözesanstelle EFL des Erzbistums Freiburg ausbauen. „Blended Counseling“ (die Mischung von digitalen und analogen Beratungsformen) wird in Zukunft ein fester Bestandteil unseres zukünftigen Beratungsangebots<sup>1</sup> sein.

Ulrich Beer-Bercher, Barbara Fank-Landkammer, Valeria Madrid



### Ein Spaziergang in der Natur

- in Begleitung naher Menschen oder in Gedanken an sie
- sich freuen mit allen Sinnen



<sup>1</sup> vgl. Jahresbericht 2019, Seite 9

## Vielfalt sehen, akzeptieren und begleiten LSBTIQ\* in der Beratungsarbeit

LSBTIQ\* – haben Sie diese Begriffe schon mal gehört und wissen Sie, was sich dahinter verbirgt? Auch wir in der Ehe-, Familien- und Partnerschaftsberatung Karlsruhe haben in den letzten Jahren eine Entwicklung durchlaufen, die uns diese Begriffe nähergebracht hat. LSBTIQ\* steht für: **L**esbisch, **S**chwul, **Bi**-, **T**rans- und **I**ntersexuell sowie **Q**ueer\* – Ausdrucksformen von Lebens- und Beziehungsstilen und deren Formen gelebter Identität und Sexualität.

### Wie kam das Thema LSBTIQ\* zu uns in die Beratungsstelle

Auslöser für unsere verstärkte Beschäftigung mit LSBTIQ\* war, dass wir Veränderungen in der Gesellschaft und bei den Beratungsanliegen unserer Klient\*innen festgestellt haben. Sowohl im Einzel- als auch im Paar-Setting kamen Menschen, für die gleichgeschlechtliche Liebe ein zentrales Thema war. Für uns stellte sich damit die Frage: Tauschen wir einfach nur das Begriffspaar „Mann-Frau“ durch die Begriffspaare „Mann-Mann“ und „Frau-Frau“ und ansonsten ist alles gleich? Oder ist das ein ganz neues Feld der Beratung mit eigenen Bedürfnissen, Dynamiken, Chancen und Herausforderungen? Ein weiteres Thema sind Menschen mit einer transsexuellen Identität, die zu uns kommen. Das Thema Transsexualität findet auch in der öffentlichen Diskussion zunehmend Beachtung. In der fachlichen Einschätzung wird mit dem neuen ICD-11 eine andere Einordnung der Transsexualität vorgenommen – weg von einem Pathologiemodell, hin zu einer Beschreibung von Vielfalt. LSBTIQ\* taucht bei uns in unterschiedlichen Settings auf. Zum einen in der Einzelberatung, wenn es um die Auseinandersetzung mit der eigenen Persönlichkeit und (Geschlechts-) Identität geht. Zum anderen als Teil von Paar- und Beziehungsdynamiken und schließlich als Thema in der Eltern- und Angehörigenberatung. Die Beschäftigung mit unterschiedlichen sexuellen Orientierungen und Einstellungen zeigt, dass es nicht nur in LSBTIQ\*-Beziehungen eine große Vielfalt gibt. Auch heterosexuelle Beziehungen sind bei genauerer Wahrnehmung unterschiedlich. Das Konzept der Polyamorie ist in diesem Zusammenhang zu nennen, kann hier aber nicht ausführlich behandelt werden.

### Wie haben wir als Berater\*innen auf LSBTIQ\* reagiert?

Zunächst hat sich jede\*r Berater\*in selbst auf den Weg gemacht, um mehr über dieses Thema zu erfahren. Zum einen durch persönliche Kontakte zu Menschen mit ähnlicher oder gleicher Thematik im privaten und beruflichen Umfeld, zum anderen durch Literaturstudium in Fachzeitschriften und Büchern. In diesem Zuge ist auch unsere hauseigene Bibliothek zu diesem Themenbereich erweitert worden. Das Thema fand auch Einzug in interne Fallbesprechungen und Supervisionen. Wir begannen uns als Team mit dem Thema LSBTIQ\* zu beschäftigen. Der nächste Schritt war ein interner Fortbildungstag. Zusammen mit den Kooperationspartner\*innen Dr. Jochen Kramer, Stuttgart und Andrea Lange, Mannheim konnten wir vertiefte Einblicke in das Thema gewinnen. Die Resonanz war so positiv, dass sich zwei Teammitglieder entschieden, ein neu aufgelegtes, zweisemestriges Weiterbildungsstudium an

der PH-Karlsruhe zum Thema LSBTIQ\* zu absolvieren. Die Inhalte wurden danach verdichtet in einer Kurzweiterbildung an das Team weitergegeben und sind Grundlage dieses Artikels. Wir als Beratungsstelle haben es uns zum Ziel gesetzt, LSBTIQ\* Beratung zu einem festen Bestandteil unseres Beratungsangebots zu machen und diesbezüglich auch sichtbar an die Öffentlichkeit zu treten. Ziel ist es, die Webseite entsprechend zu ergänzen, Flyer auszuarbeiten und Veranstaltungen mit Netzwerkpartner\*innen zum Thema zu organisieren.

### Grundhaltungen als Berater\*in

Als Berater\*innen fühlen wir uns einer bejahenden und empathischen Beratungshaltung verpflichtet, die die Identität und Sexualität der Klient\*innen stärkt. Die Beratung ist idealerweise gekennzeichnet durch Akzeptanz gegenüber den individuellen Ausdrucksformen von Liebe, Sexualität und Identitäten jedes Menschen in allen ihren Formen, solange diese die Individualität und Grenzen des Gegenübers achten. Gleichzeitig ist jede\*r Berater\*in ein Kind seiner/ihrer Zeit, Erziehung und kultureller Prägung, die sich nicht so einfach durch kognitives Wissen überformen lässt. Klassische Sätze, die sich eingepreßt haben, können sein: „Nur heterosexuelle Beziehungen sind normal“. „Mehrere Menschen gleichzeitig zu lieben geht nicht“ usw. Selbstreflexion, sowie der bewusste Umgang mit den eigenen Grundüberzeugungen und der eigenen Sozialisation in einer überwiegend heterosexuellen und mononormativen Gesellschaft sind notwendig. Beziehungsformen, die uns nicht vertraut sind, können wir im Gespräch mit den Klient\*innen besser verstehen und „in unser Weltbild einbauen“.

### Diskriminierung durch Minderheits-Stress

Wenn man die Gleichwertigkeit unterschiedlicher Lebensentwürfe annehmen kann, wird deutlich, wie belastend die vorherrschende Diskriminierung ist und wie tief sie in unserer Erziehung verankert ist. Menschen aus der LSBTIQ\* Community haben statistisch gesehen häufiger psychosomatische Erkrankungen und berichten öfter von einem niedrigen Selbstwertgefühl. Bisher wurde diese Symptomatik als „Folge“ des „Andersseins“ verstanden. Jetzt wissen wir, sie steht in einem Zusammenhang mit dem erlebten psychischen Druck nicht akzeptiert zu sein, sich nicht zugehörig zu fühlen und diskriminiert zu werden - dem Minderheits-Stress. Über die Zeit werden die negativen Botschaften von außen verinnerlicht und es kommt zur Ablehnung des eigenen Selbst (oder Teilen davon)<sup>1</sup>. Die APA (American Psychological Association) hat vor ein paar Jahren Empfehlungen für die therapeutische bzw. beraterische Arbeit mit LSBTIQ\* Klient\*innen festgelegt. Diesem Vorbild sind in Deutschland (und auch speziell in Baden-Württemberg) verschiedene Organisationen, unter anderem der LSDV (Lesben- und Schwulen-Verband in Deutschland) gefolgt und haben eigene Standards formuliert.

<sup>1</sup> Siehe Artikel zu Scham, Seite 13

Wenn wir die wichtigen Aspekte diese Empfehlungen zusammenfassen, ergeben sich mehrere Bereiche, die in der Beratung von LSBTIQ\* Menschen Berücksichtigung finden sollten, um die Qualität der Arbeit zu gewährleisten:



Einer dieser Punkte ist die Kooperation mit anderen Institutionen, sowie der Kontakt und eine bessere Vernetzung mit der LSBTIQ\* Szene. Dank der Weiterbildung haben wir einen besseren Überblick über die regionalen und überregionalen Angebote für LSBTIQ\*-Klient\*innen bekommen. Es entstanden Kontakte zu Kolleg\*innen in anderen Organisationen und Einrichtungen in Karlsruhe, mit denen der regelmäßige fachliche Austausch organisiert werden konnte. Gemeinsam wollen wir uns in Karlsruhe für eine breitere Öffentlichkeitsarbeit in diesem Bereich engagieren. Alle Klient\*innen der Beratungsstelle sind gleichzeitig eine Bereicherung und eine Herausforderung für die Berater\*innen. Für das erste sind wir dankbar, für das zweite sagen wir: Wir sind bereit!

Valeria Madrid, Thomas Rüttgers

Literatur:

- „Sexuelle Orientierung“, Göth und Kohn. Springer Verlag. 2014
- Standards und Qualitätssicherung für Psychosoziale Beratungsangebote für LSBTIQ Menschen. Netzwerk LSBTIQ Baden- Württemberg. 2020
- „Best Practice Clinical Standards for LGBTQ-Affirmative Therapy“ in: <http://www.jimstruve.com/jimstruve/forms/Handout-BestPracticeStandardsForAffirmativeTherapy-Revised-09-21-12.pdf>

## Scham –

**Wo sie sich versteckt, wie sie uns und unsere Beziehungen beeinflusst und wozu sie gut ist.**

So lautete der Titel der Veranstaltung, mit der sich die Ehe-, Familien- und Partnerschaftsberatungsstelle Karlsruhe in diesem Jahr am Karlsruher Männer- und Vätertag 2020 beteiligte. Seit vielen Jahren sind wir als Mitorganisator und aktiv mitwirkende Beratungsstelle tätig. Dieses Jahr mussten wir coronabedingt auf online umschalten. Neben einem Eröffnungsvortrag fanden verschiedene Workshops statt – einer davon zum Thema Scham.

Zu Beginn war ich ein wenig skeptisch, ob denn der Titel anziehend auf Männer und Väter wirken würde. Scham ist ein Tabuthema in unserer Gesellschaft und ich war nicht sicher, ob sich Männer öffentlich diesem Thema zuwenden würden. Schon bei der Recherche nach Bildmaterial zum Thema fiel auf, dass die Suchmaschinen hauptsächlich Frauenbilder zum Stichwort Scham anzeigen – also kein Männerthema? Die positive Resonanz hat diese Zweifel beseitigt. Alle Teilnehmer\* sagten, dass sie das Thema schon lange begleiten würde, dass sie aber nie einen richtigen Zugang dazu gefunden hätten und es viel Unsicherheit über die Bedeutung von Scham in ihrem Leben gäbe.

### Was ist Scham?

Im Gefühl der Scham erfährt man eine Infragestellung und Bedrohung der sozialen Wertschätzung, Akzeptanz und Anerkennung. Scham umfasst das gesamte Selbsterleben, die ganze Identität, ich stehe immer als ganze Person auf dem Prüfstand. Scham markiert, dass die Zugehörigkeit zur Gruppe, zum Umfeld gefährdet oder bedroht ist („Wenn ich so bin, will keiner mehr was mit mir zu tun haben...“!). Schüchternheit (ein milder Ausdruck von Scham) kann in diesem Lichte als ein Versuch betrachtet werden, Situationen und Handlungen zu vermeiden, die Demütigungen, Peinlichkeiten, Bloßstellungen und damit Verletzungen mit sich bringen könnten.

### Wie entsteht Scham?

In jedem Menschen gibt es Bereiche, auf die er stolz ist, die ich gerne nach außen zeige. Aber es ist ein unvollständiges Bild. Denn daneben habe ich auch Anteile, auf die ich nicht besonders stolz bin, die ich als fehlerhaft oder nicht liebenswert wahrnehme. Diese halte ich lieber verborgen und es ist mir unangenehm, wenn sie entdeckt werden.

Wie ich zu dieser Sichtweise und deren Bewertung komme, hat mit Erziehung, Kultur und Lebenserfahrungen zu tun.

Scham entsteht, wenn persönliche und zwischenmenschliche Grenzen berührt und/oder überschritten werden. Scham ist somit ein soziales Gefühl, das uns bei der Regulation unseres Zusammenlebens helfen kann. Im besten und gesunden Fall schützt Scham uns selbst und andere.

Oft erleben wir jedoch Scham als peinlich, negativ. Nicht nur, wenn ich von jemand anderem bloßgestellt werde, sondern auch, wenn ich Teile von mir selbst preisgegeben (gezeigt) habe, die ich nicht mag.

<sup>1</sup> Da dies ein Bericht über den Männer-/Vätertag ist, verwenden wir die maskuline Schreibweise.

Dann wird Scham zu einer speziellen Form der Angst, die Aggression bis hin zu Gewalt auslösen kann. Scham sollte keinesfalls als Erziehungs- oder Disziplinierungsmittel eingesetzt werden. Denn aus Sicht des Gehirns wird Scham genauso wahrgenommen, wie körperlicher Schmerz!

#### Welche Verhaltensweisen sind mit Scham assoziiert?

Wenn man sich die nachfolgende Liste anschaut wird deutlich, wie sehr unser Alltag von Scham durchsetzt sein kann.

- Diskretion, Themenwechsel, Höflichkeitsregeln
- Negativismus - Entwertung gegenüber Allem und Jedem
- Zynismus - erwächst aus Kränkungen und verweigerter Anerkennung
- Übertriebene Heiterkeit, Rumlalern – Ablenkung von belastenden Themen
- Verschwinden – Rückzug
- Vermeidung – von Begegnungen, Situationen, Themen etc.
- Nicht-sichtbar werden – Konturlosigkeit der Persönlichkeit („Blass/ Grau-Sein“)
- Größenphantasien (Selbst) und Idealisierungen (Andere)
- Arroganz – „Hochmut kommt nach dem Fall!“
- Projektionen – entstanden aus unerwünschten Bedürfnissen und Gefühlen
- Sucht
- Perfektionismus - Perfekt, um nicht verwundbar zu sein
- Rededurchfall (Logorrhoe) – wenn der andere nicht zu Wort kommt, kann ich auch nicht beschämt werden
- Verleugnung, Lügen und Ausreden
- „Flucht nach vorne“ – Schamlosigkeit – forsches und polterndes Auftreten
- Zurschaustellung, Exhibitionismus – Verbergen von Unsicherheiten durch Protzigkeit, überzogene Größenvorstellungen und Spott über andere

#### Wege aus der (falschen) Scham

(Falsche) Scham wird durch Anerkennung geheilt. Denn Anerkennung verleiht Stolz und Würde – die Gegenspieler der Scham! Dabei kann die Anerkennung unterschiedliche Aspekte umfassen:

- Anerkennung für den Menschen an sich – unabhängig von Leistungsgesichtspunkten!
- Anerkennung für seine Einzigartigkeit und Vielschichtigkeit, seine Erfahrungen
- Anerkennung durch emotionale Zuwendung und Achtsamkeit
- Menschen (und insbesondere Kinder) nicht zu Objekten unserer Belehrungen, Ziele, Absichten, Erwartungen und Bewertungen machen.

Zum Schluss noch ein Zitat von Albert Camus, das den Weg zur Überwindung von Scham weisen kann:  
*„Die Phantasie tröstet die Menschen über das hinweg, was sie nicht sein können. Der Humor über das, was sie tatsächlich sind.“*

Thomas Rüttgers





# Unsere Arbeit im Spiegel der Zahlen Statistik

## Ratsuchende und Beratungsstunden

	2020	2019	2018	2017
Ratsuchende	1.682	1.705	1.660	1.697
Anzahl der Fälle	1.086	1.089	1.055	1.084
Beratungsstunden	5.288	5.660	5.128	4.791
Videoberatung	65	-	-	-
Telefonberatung	1.008	-	-	-
face-to-face-Beratung	4.215	-	-	-
Kurzfristig abgesagt	421	496	532	576
Prävention	95	286	293	309

585 Fälle wurden 2020 abgeschlossen, 728 Erstgespräche wurden geführt.

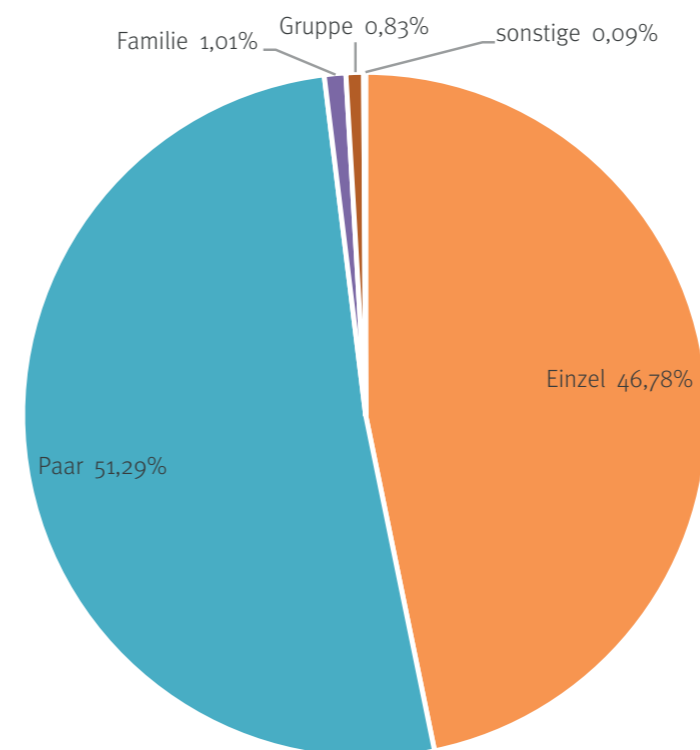
Bei 113 Erstgesprächen handelte es sich um Ratsuchende, die berichteten schon einmal bei uns gewesen zu sein. (2019: 533 abgeschlossen / 742 Erstgespräche)

Die durchschnittliche Beratungszeit pro Fall betrug 4,87 Stunden. Im Vorjahr waren es 5,2 Stunden gewesen. Die Wartezeit für das Erstgespräch verkürzte sich auf 15 Tage.

60 % der 1.086 Beratungsfälle waren Gespräche mit Eltern, die Kinder bis zu 27 Jahre haben.

984 Mädchen und Jungen bis 18 Jahre und weitere 158 Jugendliche/junge Erwachsene bis 27 Jahre waren so indirekt Nutznießer\*innen der Beratung.

## Welche Art von Hilfe wurde wahrgenommen?



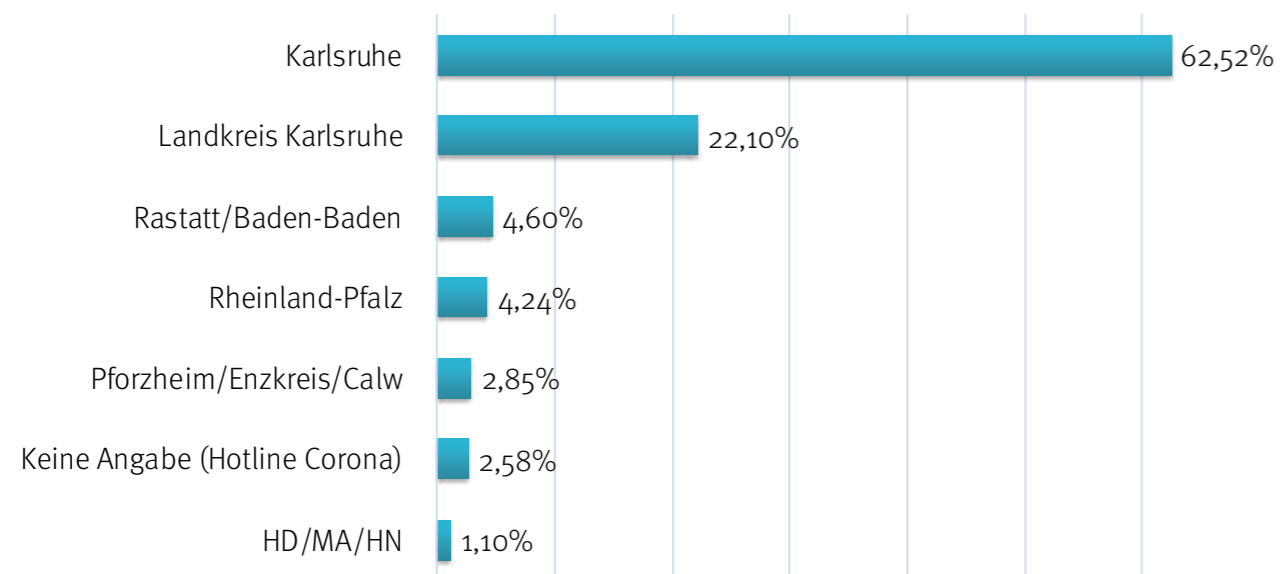
### Wie finden Ratsuchende unsere Stelle?

Der Trend, die Beratungsstelle über das Internet zu finden, ist ungebrochen. An zweiter Stelle stehen frühere Beratungserfahrungen.

Quelle der Information zur Beratungsstelle (Erstgespräche)	Prozent
Internet	42,72 %
Frühere Beratung	22,86 %
Bekannte / Verwandte	10,86 %
Öffentlichkeitsarbeit der Beratungsstelle	6,80 %
Arzt / Klinik / Medizinische Dienste	5,12 %
Andere Beratungsstellen	4,41 %
Andere Klienten	1,77 %
Ämter / Soziale Dienste	1,68 %
Anwalt / Gericht	1,68 %
Vortrag	0,97 %
Kirchliche Dienste	0,79 %
Schule / Ausbildungsstätte	0,26 %
Jugendhilfe-Einrichtungen	0,09 %

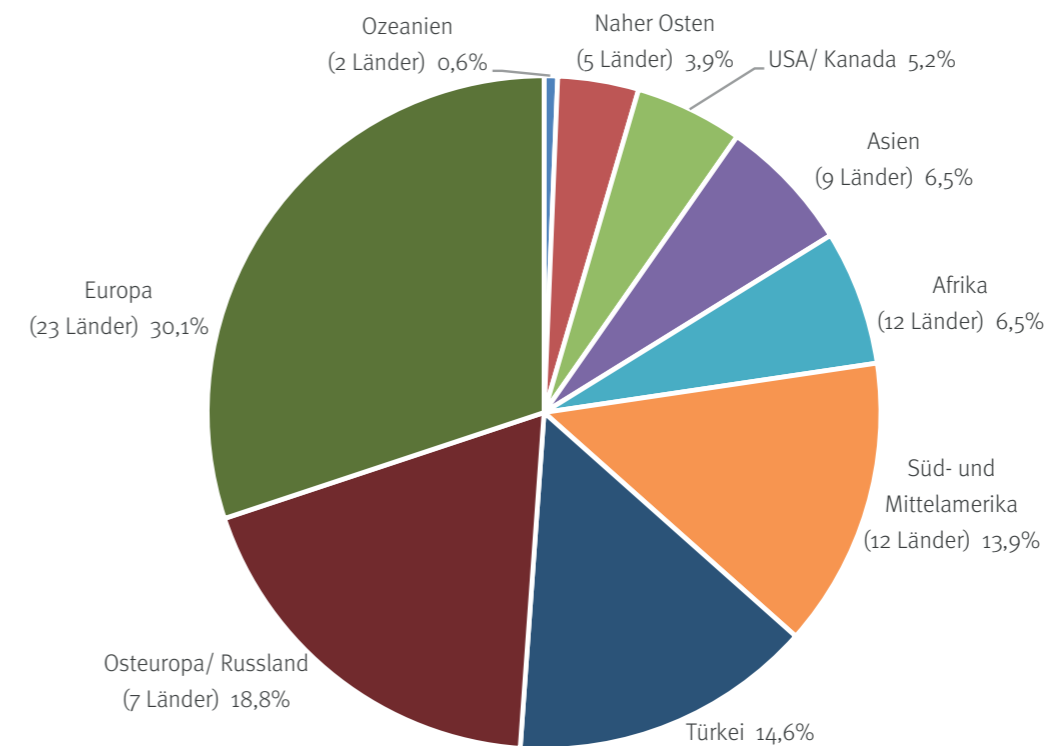
### Aus welchen Gemeinden kommen die Ratsuchenden?

Das Einzugsgebiet unserer Stelle beinhaltet in erster Linie die Stadt Karlsruhe und den Landkreis Karlsruhe. Darüber hinaus erstreckt es sich über die benachbarten Regionen. So lässt sich erkennen, dass ein Teil der Menschen weite Wege für die Beratung in Kauf nehmen. Teilweise, weil sie die Anonymität der Großstadt schätzen; sicher auch, weil es hier spezielle Beratungsangebote gibt, die andernorts nicht vorgehalten werden.

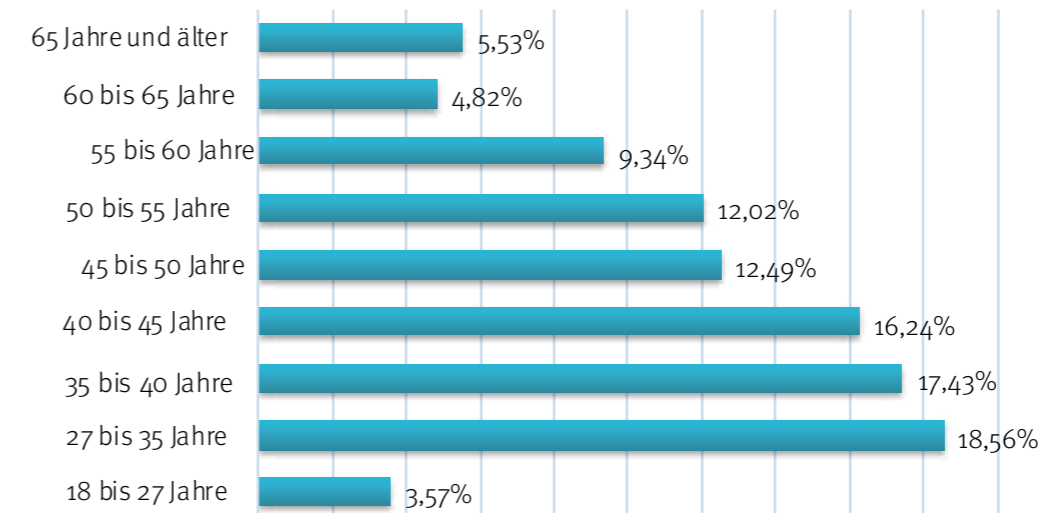


### Woher kommen die 309 im Ausland geborenen Ratsuchenden?

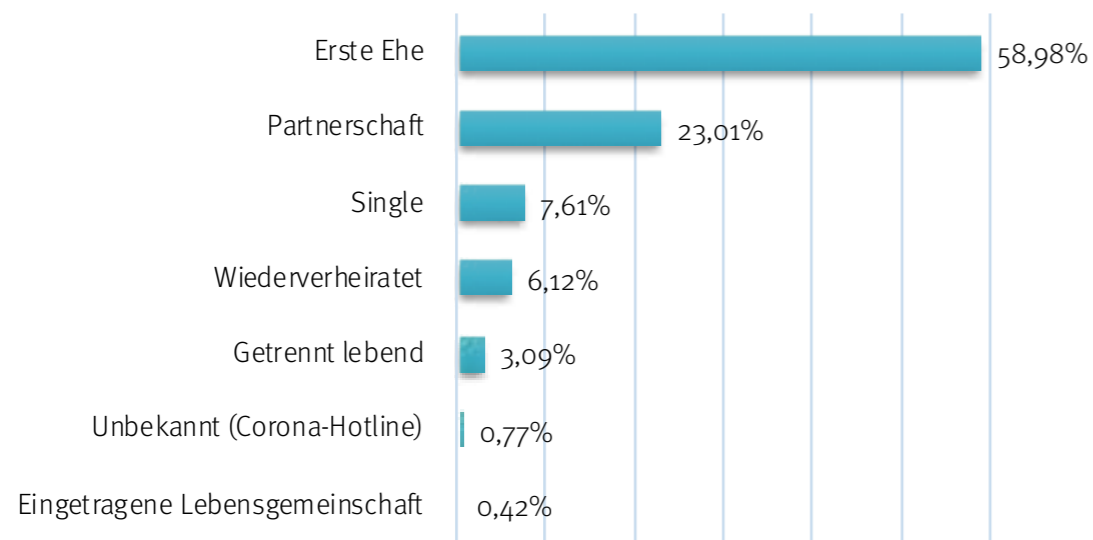
Das Angebot von Beratung in unterschiedlichen Sprachen (vgl. S. 6) lässt unsere Beratungsstelle zu einer „internationalen Beratungsstelle“ werden. So können wir einen positiven Beitrag erbringen, damit Integration gelingen kann und die spezifischen Herausforderungen bicultureller Beziehungen bewältigt werden können. In der Statistik geschieht die Zuordnung zum Status „Migrationserfahrung“ über das Geburtsland. Nicht berücksichtigt werden Ratsuchende aus der 2. oder 3. Generation von Einwander\*innen.



### Wie alt sind die Ratsuchenden?



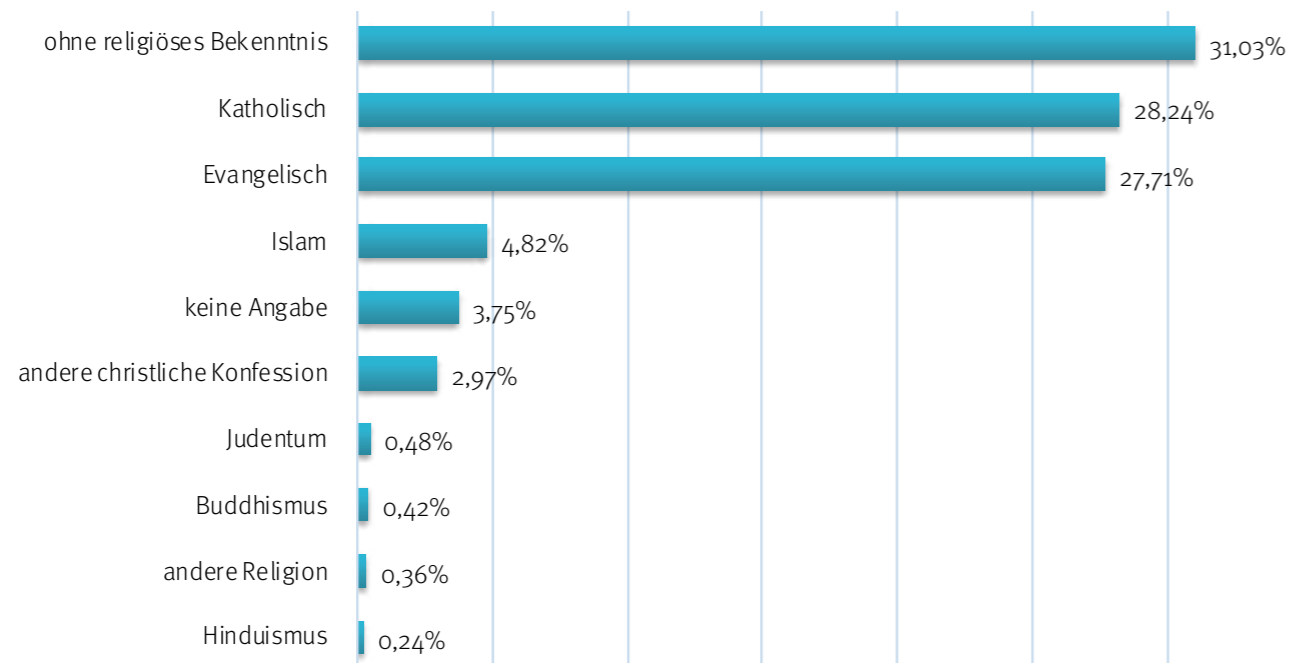
### In welcher familiären Situation leben die Ratsuchenden?



### Welcher Religion gehören die Ratsuchenden an?

Der Anteil der konfessionslosen Ratsuchenden ist von Platz 2 im vergangenen Jahr auf den ersten Platz vorgerückt (plus 1,93%).

Unsere Trägergemeinschaft aus evangelischer, katholischer Kirche, Kommunen und Frauenverbänden wird durch die Ratsuchenden positiv gesehen und bildet die gesellschaftliche Realität ab.



### Unsere Aufgaben

Die Ehe-, Familien- und Partnerschaftsberatungsstelle Karlsruhe bietet psychologische Beratung an. Diese unterstützt Menschen im Aufbau von Beziehungen, in der Bewältigung von Paarkonflikten, bei der Verarbeitung von Trennung und Scheidung, im Umgang mit Belastungen und Lebenskrisen und eröffnet die Chance zur Neuorientierung. Sie versteht sich als Beratungsangebot für erwachsene Menschen. Unsere Arbeit erfasst folgende Leistungsbereiche: Ehe-, bzw. Partnerschaftsberatung, Lebensberatung, Familienberatung, Gruppenberatung, Trennungsberatung, Mediation, muttersprachliche Beratung für Migrantinnen und Migranten und Beratung für hörgeschädigte Menschen. Einen besonderen Schwerpunkt legen wir auch auf präventive Angebote in Form von Vorträgen und Seminaren.

### Unser Trägerverein

Viele Säulen stabilisieren ein Haus. Unsere Beratungsstelle zeichnet sich dadurch aus, dass sie von mehreren Institutionen gemeinsam getragen wird.

Mitglieder im Trägerverein Ehe-, Familien- und Partnerschaftsberatung Karlsruhe e.V. sind:

- Katholische Erzdiözese Freiburg, vertreten durch die Verrechnungsstelle der Gesamtkirchengemeinde Karlsruhe
- Katholisches Dekanat Karlsruhe
- Evangelische Landeskirche Baden
- Evangelisches Dekanat Karlsruhe
- Stadt Karlsruhe
- Landkreis Karlsruhe
- Business and Professional Women (BPW) Club Karlsruhe
- Katholische Frauengemeinschaft im Dekanat Karlsruhe.
- Beratend: Diözesanstelle für EFL, Freiburg

### Aufsichtsrat (2020 – 2023)

- Aufsichtsratsvorsitzende: Anke Paulick, Business and Professional Women (BPW) Club Karlsruhe
- Stellvertretender Vorsitzender: Siegfried Weber, Evangelisches Dekanat Karlsruhe
- Peter Bitsch, Katholisches Dekanat Karlsruhe

### Vorständin (unbefristet)

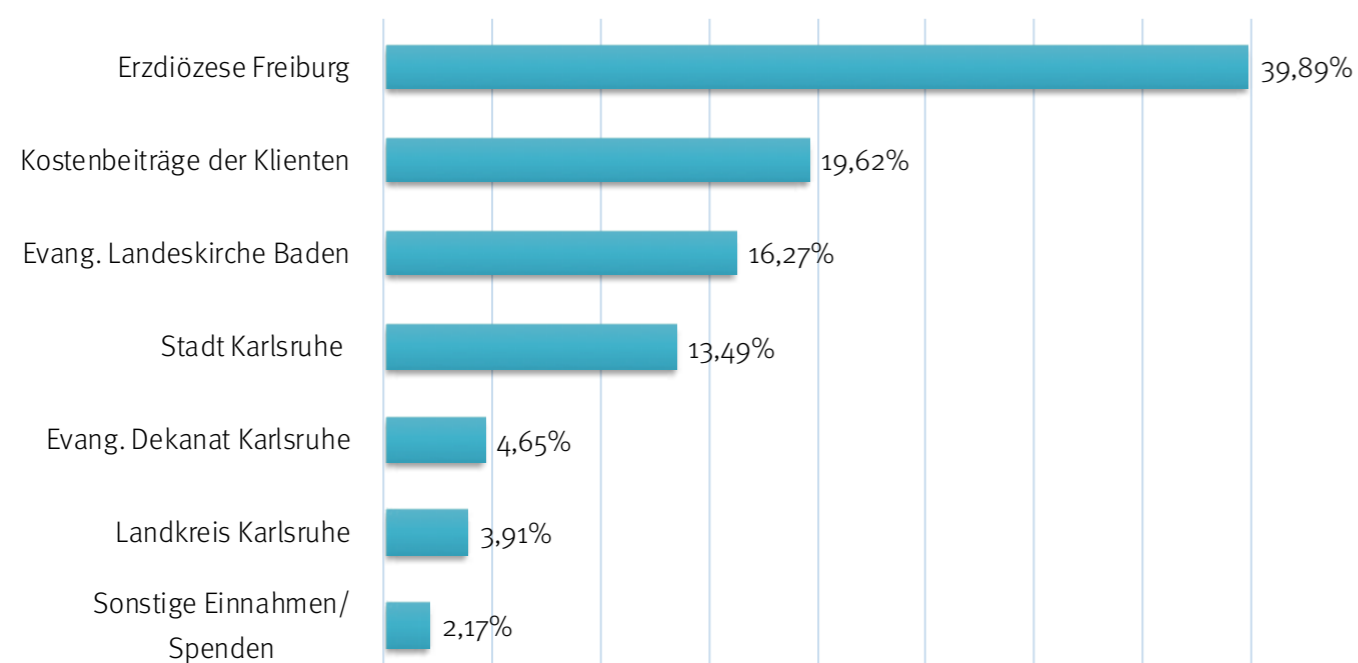
- Barbara Fank-Landkammer

## Unsere Finanzen

Frauen und Männer, die Beratung an unserer Stelle erhalten, beteiligen sich mit einem nach ihrem Einkommen und ihrer Familiengröße gestaffelten Beitrag an den Kosten. Anfang 2020 haben wir die Tabelle an das steuerliche Existenzminimum angepasst. Personen mit einem Monatseinkommen bis 850 Euro / Paare bis 1.250 Euro / Familien mit 1 Kind bis 1.750 Euro / mit 2 Kindern bis 2.500 Euro usw. sind befreit. Kinder- und Wohngeld werden nicht angerechnet. Durch die Anpassung fiel die durchschnittliche Kostenbeteiligung pro Beratungsstunde leicht von 29,86 Euro auf 27,92 Euro.

Die Ratsuchenden tragen zu knapp zwanzig Prozent unsere Stelle. Achtzig Prozent werden durch die Mitglieder im Trägerverein und sonstige Erlöse finanziert. Insgesamt hatte unser Haushalt 2020 ein Volumen von 800.000 Euro.

### Einnahmen im Haushaltsjahr 2020



## Impressum

Herausgeberin	Ehe-, Familien- und Partnerschaftsberatungsstelle Karlsruhe e.V.
Redaktion und verantwortlich für den Inhalt Weitere Mitarbeit	Barbara Fank-Landkammer Ulrich Beer-Bercher, Valeria Madrid, Thomas Rüttgers
Bildnachweise	Foto S. 2 und S. 6: Peter Achtnich Foto S. 9: Matthias Hoffmann Foto S. 15: Thomas Rüttgers Foto Rückseite: Sabine Winter
Layout und Gestaltung	Peter Achtnich printdesign.
Herausgegeben	Februar 2021
Anschrift	Ehe-, Familien- und Partnerschaftsberatung e.V. Nelkenstr. 17 76135 Karlsruhe
Telefon	0721 84 22 88
Fax	0721 85 60 51 <a href="http://www.eheberatung-karlsruhe.de">www.eheberatung-karlsruhe.de</a> <a href="mailto:info@eheberatung-karlsruhe.de">info@eheberatung-karlsruhe.de</a>
Nächste Haltestelle ÖPNV	Yorckstr.  S1, S11, S2, S5, S52  2, 6
Öffnungszeiten des Sekretariats	Montag bis Freitag: 9 – 12 Uhr Montag bis Donnerstag: 14 – 17 Uhr
Bankverbindung	Sparkasse Karlsruhe IBAN: DE 93 6605 0101 0009 2254 26 BIC: KARSDE66XXX

in meiner  
zukunft  
scheint  
die sonne