

Jahresbericht 2020 der Psychologischen Beratungsstelle

Im Baumhof 5
51643 Gummersbach



Impressum

Herausgeber:

**Oberbergischer Kreis
Der Landrat
Psychologische Beratungsstelle**

Im Baumhof 5

51643 Gummersbach

Telefon: 02261 88-5710 oder 88-5711

Fax: 02261 88-885713

E-Mail: pbs@obk.de

Interne: www.obk.de

Bildnachweis: Oberbergischer Kreis

Redaktion: Vera Rittinghaus-Wiedemuth
Ulrike Zenner

Inhaltsverzeichnis

Vorwort	Seite 3
Das Team der Beratungsstelle	Seite 5
Zusatzqualifikationen der MitarbeiterInnen	Seite 6
Arbeiten in Zeiten von Corona	Seite 7
Unsere Beratungsstelle – ein Haus im Still-stand	Seite 9
Was war denn positiv? Ein Interview	Seite 12
Was Familien an Ressourcen und Stärken gezeigt haben	Seite 15
Telefonisches Beratungsangebot bei getrenntlebenden Eltern	Seite 17
Junge Erwachsene in der Pandemie	Seite 19
Wir hätten noch so viel vorgehabt...	Seite 22
Statistik	Seite 24
Mitarbeit in regionalen Netzwerken	Seite 28

Vorwort

Das Jahr 2020 begann für die Beratungsstelle mit einer wichtigen Veränderung. Der langjährige Leiter des Kreisjugendamtes, Herr Thelen, wurde in den Ruhestand verabschiedet.

Im Jahr 2019 wurde damit begonnen, viele Themen, die für die thematische und strukturelle Aufstellung der Beratungsstelle von Bedeutung sind, zu bearbeiten. Die ersten Wochen des neuen Jahres waren geprägt von der Weiterführung dieser intensiven Arbeit. Am 10. Februar hatten wir eine sehr gute Tagesveranstaltung mit Herrn Korittko zum Thema „Trauma und Beratung.“ Am 19. Februar fand noch eine Team-Supervision mit unserer Supervisorin Frau Büchler-Schäfer statt.

Am 4. März kam es aufgrund der Pandemie zu ersten drastischen Veränderungen. Der erste sogenannte Lockdown führte dazu, dass wir von einem Tag auf den anderen mit einer für alle völlig neuen Situation konfrontiert waren. Ich las in dieser Zeit ein bemerkenswertes Interview mit dem Philosophen Jürgen Habermas in dem dieser sagte: *„So viel Wissen über unser Nichtwissen und über den Zwang, unter Unsicherheit handeln und leben zu müssen, gab es noch nie“*. Eine Aussage, die sich für mich als ungemein zutreffend erwiesen hat, ob es nun um Entscheidungen in unserer Beratungsstelle ging, oder auch im größeren Kontext.

Unsere Beratungsarbeit veränderte sich dramatisch. Plötzlich ging es um Themen wie Telefonberatung, Homeoffice, Bürgertelefon, Unterbrechung von Infektionsketten, Abstandsregeln, Lüftungspläne und vieles mehr. Gleichzeitig, und das sollte auf keinen Fall vergessen werden, war jeder im Team neben den dienstlichen Belangen u.a., wie man für „seine“ Ratsuchenden in dieser Zeit hilfreich tätig sein kann, auch in der eigenen Familie und Umfeld selbst mit diesen Fragen und Belastungen konfrontiert.

Ab dem 27. April begannen wir mit dem „Neustart“ und arbeiteten uns in eine eingeschränkte Normalität zurück. Die Arbeit in Teilteams wurde mit wenigen Ausnahmen zu unserer neuen Normalität, was auch für uns als Team eine besondere Herausforderung darstellte. Im Juli nahm unsere neue Amtsleitung Frau Ridders ihre Tätigkeit auf. Einiges in unserer Arbeit schien sich wieder etwas zu normalisieren. Wir integrierten neue Erfahrungen in unsere Arbeit und beschäftigten uns intensiv mit dem Thema Digitalisierung. Dies war und ist in verschiedenen Bereichen sehr schwierig. Vor allem die nach wie vor fehlende Möglichkeit DGSVO

konforme Beratungen per Video durchzuführen, stellt eine erhebliche Einschränkung für ein zeitgemäßes Beratungsangebot dar.

Ein besonderes Ereignis war die Verabschiedung von Frau Ute Reinert, unserer langjährigen Sekretärin. Aufgrund der wieder steigenden Zahlen von Infizierten und damit verbundenen Einschränkungen war es lange sehr unsicher in welchem Rahmen wir diese Verabschiedung Anfang November gestalten konnten. Nicht nur Aufgrund ihrer außergewöhnlich langen Zeit von 49 (!) Dienstjahren im OBK bin ich sehr froh, dass wir unter diesen Umständen eine angemessene Verabschiedung ausrichten konnten. Erfreulich war ebenfalls, dass uns die zeitnahe Wiederbesetzung der Stelle in Aussicht gestellt wurde.

Anfang Dezember kam es zum zweiten sogenannten Lockdown. Die gemachten Erfahrungen halfen, auch damit einen Umgang zu finden. Es war und ist aber sehr anstrengend und herausfordernd. In den verschiedenen Artikeln in diesem Jahresbericht kann man hierzu einen sehr guten Eindruck gewinnen, welche Auswirkungen die Pandemie auf die Beratungsstelle hatte und auch noch hat. Was die Anmeldezahlen in diesem besonderen Jahr betraf, gab es natürlich einen Rückgang. In der ersten Jahreshälfte verfolgten wir diese Entwicklung mit großer Besorgnis, wussten wir doch, dass die Probleme in den Familien keinesfalls weniger werden würden. Aufgrund aktueller Erkenntnisse und Untersuchungen ist davon auszugehen, dass mit den erhofften Öffnungen eine Vielzahl an Themen und Problemen an uns herangetragen werden.

Ich möchte mich an dieser Stelle bei meinen MitarbeiterInnen und auch bei unserem Arbeitgeber bedanken. Letzterer hat uns *„unter dem Zwang unter Unsicherheit handeln zu müssen“* Unterstützung und hilfreiche Rahmungen für unsere Arbeit gegeben. In einer Zeit in der die Distanz notwendigerweise groß sein musste habe ich mein Team intensiver und besser kennengelernt. Ich habe erleben dürfen, wie wir miteinander Lösungen für die Herausforderungen fanden und wie flexibel und engagiert unter schwierigsten Bedingungen Hilfe für die Ratsuchenden angeboten wurde. Nicht zuletzt diese Erfahrung lässt mich auch zuversichtlich in das neue Jahr blicken.

Olaf Hesse

Das Team der Beratungsstelle



Olaf Hesse
Birgit Deppenkemper-Lermen
Oliver Hauschke
Ulrike Zenner
Vera Rittinghaus-Wiedemuth
Jutta Grave-Arnold
Natascha van der Meulen
Bettina Eigenbrodt
Elisabeth Wessel
Sonja Rothstein
Ute Reinert
Kerstin Brüning

Dipl. Sozialpädagoge
Dipl. Psychologin
Dipl. Psychologe
Dipl. Heilpädagogin
Dipl. Heilpädagogin (Teilzeit)
Dipl. Sozialpädagogin
Dipl. Sozialpädagogin (Teilzeit)
Dipl. Psychologin
Dipl. Sozialarbeiterin
Dipl. Sozialarbeiterin (Teilzeit)
Verwaltungsangestellte
Verwaltungsangestellte



Sandra Soares-Dederichs, Dipl.-Sozialarbeiterin

Honorarkraft

Zusatzqualifikationen der MitarbeiterInnen

Systemische Beratung/Therapie/Familientherapie (DGSF)

Erziehungs- und Familienberatung (bke)

Systemische Therapie und Beratung (SG)

Psychoanalytisch-systemische Therapie

Entwicklungspsychologische Beratung (EPB)

Psychologische Psychotherapie

Integrative Kindertherapie

Integrative Bewegungstherapie

Kinder- und Jugendtherapie (DGSF) /
Kinder- und Jugendlichenpsychotherapie

Psychodrama / Kinderpsychodrama

Marte Meo

Kinderorientierte Familientherapie

Psychomotorik

Supervision (SG)

Paartherapie

EMDR

NLP

Arbeiten in Zeiten von Corona

Als im März der erste Lockdown kam – und persönliche Beratungskontakte vorübergehend nicht mehr oder nur noch sehr eingeschränkt möglich waren, haben wir unterschiedlichste Wege genutzt um mit unseren Ratsuchenden Kontakt zu halten bzw. zu ermöglichen.

Das am häufigsten genutzte Medium für ausführliche Beratungsgespräche war nun das Telefon. Die Anschaffung von Headsets für alle Büros brachte hier eine enorme Erleichterung.



Dies galt auch für das Angebot von Telefonkonferenzen. So konnten z.B. zwei Beratende mit getrenntlebenden Eltern in unterschiedlichen Haushalten kommunizieren oder die Beratungsstelle lud zu Telefongesprächen ein, an denen sowohl Eltern als auch externe Kooperationspartner wie z.B. Jugendamt oder Schule teilnahmen.

Per Post wurden die Klienten über unsere Beratungsmöglichkeiten und andere Hilfsmöglichkeiten informiert. Darüber hinaus wurden praktische Ideen für den Alltag versendet und damit ein zusätzlicher Kontakt zu Kindern und Jugendlichen geschaffen.

Als nach dem ersten Lockdown die Beratungsstelle wieder für Präsenztermine öffnete, war vieles zwar wieder machbar und doch vieles ganz anders.

Um unsere Ratsuchenden und die Mitarbeitenden zu schützen und arbeitsfähig und gesund zu bleiben, galt es eine Menge zu berücksichtigen bzw. neu zu erfinden.



Die Veränderungen begannen für die Ratsuchenden schon am Eingang. Gewartet werden musste draußen mit Abstand, Eintritt gab es nur mit Maske und kein Weg führte am Desinfektionsmittel vorbei.



Das warme Frühjahr und der warme Sommer ermöglichten meist Beratung mit geöffneten Fenstern.

Um die Mindestabstände in den Beratungsräumen einzuhalten, mussten KollegInnen mit kleineren Büros in größere ausweichen, notwendige Beratungen von ganzen Familien oder gemeinsam mit FachkollegInnen konnten nur im großen Gruppenraum stattfinden.



Ein eigens ausgearbeiteter Raumbellegungsplan, ermöglichte es viele Bedarfe zu decken.



Zusätzlichen Schutz schafften eigens angeschaffte transparente Rollups oder der sogenannte „Spuckschutz“.

Als zum Herbst die Inzidenzwerte wieder stiegen und die Temperaturen fielen, behelfen wir uns zusätzlich mit Raumbelüftungsplänen.

Für jeden Raum gab es entsprechend seiner Größe und Belegung errechnete und einzuhaltende Belüftungszeiten. Auch die Wiederaufnahme der Beratung mit Masken fiel in diese Zeit. Schließlich wurden immer wieder Beratungen in Form von Spaziergängen angeboten. Insbesondere Jugendliche haben dieses Angebot gerne angenommen.

Lüftungsplan für Räume in der PPS					
Lüftungszeiten	Sommer 12 min.	Frühling/Herbst 15 min.	Winter 20 min.	Lüftungsintervalle in Minuten bei Belegung mit	
Raum	10 Pers.	15 Pers.	18 Pers.	15 Pers.	10 Pers.
Gruppenraum	80 min	58 min	39min	30min	24 min
				24 min	20 min

Die Ratsuchenden haben das alles gut mitgemacht, sich flexibel auf alles eingelassen und konnten sich selber sicherer fühlen.

Als im Spätherbst der zweite Lockdown kam und die Inzidenzwerte wieder stiegen, Präsenztermine nur noch in Ausnahmefällen angeboten werden konnten, konnten wir direkt und mühelos an unsere neu entwickelte Beratungspraxis aus dem Frühjahr anschließen.

Ulrike Zenner

Vera Rittinghaus-Wiedemuth

Unsere Beratungsstelle – ein Haus im Still-stand

Die Situation der Pandemie hat für uns alle Veränderungen in vielen Lebensbereichen gebracht, so auch für uns MitarbeiterInnen, die wir über weite Strecken aus dem Homeoffice beraten müssen.

Ich beschreibe an dieser Stelle einen kleinen Ausschnitt, nämlich den Weg mit dem Auto von meinem zu Hause in mein Büro.

Ich steige ins Auto und begeben mich auf die A4	
Ich muss mich konzentrieren, es ist viel Verkehr, viele Lkw's, Rückstaus.	Es sind kaum Autos auf den Straßen zu sehen – das Fahren ist ungewohnt entspannt. Ich sehe plötzlich völlig andere, neue Dinge auf der Fahrt.
Ankommen auf dem Parkplatz	
Es parken hier schon so viele Autos, KlientInnen ebenso wie Menschen, die widerrechtlich „mal eben“ ihr Auto abstellen, um in die Stadt zu gehen. Ich versuche eine Lücke zu finden, parke dann doch hinter dem Haus.	Es steht hier genau ein Auto – nämlich das von der Sekretärin, die vor mir zusammengekommen ist. Ich setze die Maske auf.
Ich gehe ins Haus, checke mich ein, gehe die Treppen hoch ins Dachgeschoss	
Im Erd- und im 1. Obergeschoss sitzen Eltern, Kinder, Jugendliche in unseren beiden Wartebereichen, schauen nachdenklich aus dem Fenster, auf ihr Smartphone, in ein Bilderbuch, warten auf ihre/n Berater/in. KollegInnen kommen, begleiten sie aus der Wartezone in ihre Beratungszimmer – eine freundliche, leicht angespannte, Atmosphäre.	Keiner da – Leere Ruhe Die Stühle sind gestapelt – keine Sitzmöglichkeit mehr. Alle Türen sind zum Lüften geöffnet.
Ich komme im 2. Obergeschoss an der Küchenzeile vorbei	
Olaf kocht sich gerade Tee. Jutta verstaut ihr Mittagessen im Kühlschrank. Die Kaffeemaschine läuft und gluckert.	Keiner da, nichts gluckert

Ich komme an der Bibliothek vorbei	
Außer den vielen Fachbüchern steht hier ein schöner langer Tisch, an dem alle MitarbeiterInnen Platz haben – ein Treffpunkt für Pausen, Mahlzeiten, Austausch und Begegnung.	<p>Die Tür steht zum Lüften weit offen.</p> <p>Ich schau in gähnende Leere.</p> <p>Wir brauchten mehr Beratungsräume, um mit ausreichender Distanz beraten zu können. Da musste der lange Tisch weichen.</p> <p>Die beiden Beratungsstühle, die weit voneinander entfernt stehen, getrennt und von einer Plexiglaswand und ein Ventilator erinnern an die Zeit in der wir – wenn auch eingeschränkt – mit Abstand und Plexiglas beraten haben.</p> <p>Mit meinem Frühstücksbrot und Mittagessen sitze ich nun alleine vorm PC.</p>
Ich komme am Gruppenraum vorbei	
In diesem schönen großen Raum mit Holzdecke und seinen Holzdielen finden lebendige Familiengespräche und Gruppenabende statt.	<p>Die Türe steht offen – zum Lüften</p> <p>Gähnende Leere</p> <p>Auch hier zwei Stühle, die weit voneinander entfernt stehen, von der Plexiglaswand getrennt, am Fenster ein Ventilator zum Luftaustausch während des Gesprächs.</p>
Ich gehe an meinem kleinen Beratungsraum mit seinen Dachschrägen vorbei	
Er ist so eingerichtet, dass sich Menschen behaglich genug fühlen können, um schwierige Themen anzusprechen.	<p>Mein Raum wirkt ungemütlich und verwaist.</p> <p>Auch ist er so umgeräumt, dass zwei Menschen weit voneinander geschützt sitzen und miteinander sprechen können.</p> <p>Ein Ventilator vor dem Fenster</p> <p>Ich darf nicht vergessen, die Pflanze im Raum zu gießen.</p>

Angekommen in meinem kleinen Büro

Mit meiner Kollegin Birgit habe ich in den letzten Jahren den Service entwickelt: Wer zuerst da ist, schaltet das Licht an, dreht die Heizung auf – als kleiner Willkommensgruß.

Ich schließe auf – es ist kalt und nicht beleuchtet.

Ich bin alleine auf dem Flur.

Ich höre kein Gemurmel der Kolleginnen von Telefonaten aus den beiden Nachbarbüros.

Kein Geräusch hier oben

Ich öffne die Fenster und freue mich über das laute Gezitscher der Vögel.

Ein Haus im Still-stand.

Es steht still,
aber es bleibt stehen, be-stehen,
hat Be-stand.

Es wartet
auf uns alle,
darauf, dass aus Distanz wieder Nähe werden kann,
auf Bewegung,
auf Bewegtheit,
auf Leben.

Auf diesem kurzen Weg habe ich schon so viele Gefühle empfunden.

Elisabeth Wessel

Was war denn positiv? Ein Interview zu den Erfahrungen meiner KollegInnen im Coronajahr 2020

Vor Kurzem habe ich jemanden sagen hören, das vergangene Jahr habe für sein Leben wie eine Vollbremsung gewirkt. Dies lässt sich zweifelsohne auch für die Arbeit in unserer Beratungsstelle sagen. Und doch hieß es „weiterfahren“ und trotz Lockdown, Abstandsregeln, Masken und Distanzgeboten mit Flexibilität und immer neuen Anpassungsleistungen bestmöglich unserem Beratungsauftrag nachzukommen. Natürlich war dieser Weg auch immer wieder mit Ärger, Erschöpfung und Ratlosigkeit gepflastert. Aber wir stellten ebenso fest, dass dennoch viele erstaunliche, positive Veränderungen möglich waren, die wir vorher nicht für möglich gehalten hätten. Daher möchte ich mit diesem Beitrag den Blick bewusst auf das Gute lenken. Ich habe meine KollegInnen gefragt: Was in dem vergangenen Jahr habt ihr als positiv erlebt?

Das sind die Antworten:

Für mich war es eine positive Erfahrung zu erleben, wie flexibel wir uns als Team auf die neue Situation eingestellt haben und dass wir weiterhin gut für unsere Klienten da sein konnten.

Ein Geschenk war für mich die gewonnene Zeit, die wir im Homeoffice durch den Wegfall des Arbeitsweges hatten.

Ich habe positiv wahrgenommen, dass trotz der gebotenen Distanz, eine Entwicklung zu mehr Verbundenheit im Team stattgefunden hat und dass wir irgendwie respektvoller und noch wertschätzender miteinander umgegangen sind.

Heute gibt es ja die Abstandregeln und Vieles hat sich eingespielt, ist zur Normalität geworden. Am Anfang gab es jedoch noch viel mehr Spielraum. Ich habe es als sehr positiv erlebt, dass es viel Toleranz miteinander für das jeweils unterschiedliche Sicherheits- und Schutzbedürfnis gab.

Unser technischer/digitaler Horizont hat sich enorm vergrößert – auch die Bereitschaft sich mit digitaler Technik auseinander zu setzen und die technischen Probleme anzugehen.

Vor allem in der Anfangsphase, während des ersten Lockdowns, gab es mehr Zeit für Fachliteratur und Online-Fortbildungen. Es stand damals auch mehr Zeit für sorgfältige Fallreflexionen zur Verfügung. Von allem habe ich sehr profitiert.

Durch die erlebte Entschleunigung eröffneten sich Freiräume, die für die qualitative Verbesserung unserer Arbeit genutzt werden konnten. Dazu zählte für mich die Möglichkeit gemeinsam mit einer Kollegin den Internetauftritt unserer Beratungsstelle mit einer neuen Struktur, aktuellen Texten und Fotos zu gestalten.

Für mich war es sehr positiv zu erleben, dass die meisten Ratsuchenden sehr dankbar waren, dass zumindest eine Beratung am Telefon stattfinden konnte. Auch für die Hilfesuchenden ist es ja nicht einfach, da sie uns als Gegenüber nicht sehen zu können, sondern nur unsere Stimme zu hören.

Früher hätten wir uns eine telefonische Beratung maximal in Ausnahmefällen vorstellen können. Diese ist ja inzwischen für uns zur Selbstverständlichkeit geworden und wir haben trotz einiger Nachteile dennoch gemerkt, dass man durchaus auch am Telefon gute Beratung machen kann. Wir sind da, glaub ich, immer lockerer geworden und auch kreativer. Ich denke, dass wir durch diese Erfahrung auch zukünftig offener für Telefonberatung sein werden.

Mir hat es gut gefallen, dass wir im November eine kreative Möglichkeit gefunden haben unsere langjährige Sekretariatskraft, Frau Reinert, mit einer kleinen Feier in den Ruhestand zu verabschieden.



Für mich war 2020 sehr abwechslungsreich. Durch die Abordnung zum Gesundheitsamt hab ich neue, interessante Aufgaben kennen gelernt und viele neue Menschen. Es gab sehr flexible Arbeitszeiten und auch Wochenendarbeit. Es war für mich eine spannende und schöne Zeit, trotz der schwierigen Situation.

Ich habe mit einigen Kollegen am Corona Bürgertelefon ausgeholfen. Dort war teilweise so viel zu tun, dass in zwei Schichten und auch am Wochenende gearbeitet werden musste. Diese Tätigkeit war eine völlig neue Erfahrung, teilweise sehr aufregend, aber auch spannend, weil man am ganzen Geschehen der Pandemie, den neuen Erlassen und der Tätigkeit des Kreises usw. sehr nah dran war.

Für mich war es sehr positiv, dass unsere Leitung die jeweiligen neuen Entwicklungen beim Kreis und die aktuellen Regeln immer sehr klar kommuniziert hat. Auch habe ich mich immer gut geschützt gefühlt: Masken, Trennwände, Handdesinfektion usw. das war alles sehr schnell zur Verfügung. Ich habe unsere kompetente Leitung in dieser Zeit als enorm entlastend und hilfreich erlebt.

Ich danke meinen Kollegen und Kolleginnen für diese persönlichen Rückmeldungen!

Natascha van der Meulen

Was in Familien an Ressourcen und Stärken zu Beginn der Pandemie gezeigt haben

Wir hören und lesen in diesem Jahr viele Studien und Untersuchungen über die negativen Auswirkungen der Pandemie auf unsere Kinder und Jugendlichen durch mangelnde soziale Erfahrungen, viel Distanzunterricht, zu wenig Bewegung und einer deutlich belasteten Gesamtsituation. Darüber könnte man noch viel schreiben und dies wird vermutlich im nächsten Jahresbericht noch sichtbarer werden.

Für Kinder ist es lebensnotwendig von Anfang an einerseits verlässliche Bezugspersonen und damit eine gute Bindung und Sicherheit zu erleben. Andererseits sind sie darauf angewiesen mit fortschreitendem Entwicklungsalter spielerisch ihre Welt zu entdecken, sich in ihr zu erproben und diese mitzugestalten. Einrichtungen wie Kindergärten oder die Betreuung durch Tagesmütter bieten den Kindern neben der Familie einen guten Rahmen dafür. Später bekommen Schule, Sportvereine und Jugendgruppen eine wichtige Bedeutung für die Entwicklung der Kinder und Jugendlichen.

Als im Frühjahr der erste Lockdown begann, fragten wir uns, wie Familien die aktuellen Herausforderungen bewältigen können. Vieles, was bis dahin selbstverständlich war für Kinder und Jugendliche und deren Eltern, brach ja häufig weg.

Für Eltern die sich nun vermehrt mit ihren Kindern zu Hause beschäftigen mussten, hatte eine Kollegin einen reichen Fundus mit äußerst praktischen Anregungen zusammengestellt. Diese sind bis heute über unsere Homepage und die Seite des Oberbergischen Kreises abrufbar. Ideen zum Spielen und Basteln, Kochen und Musizieren bis hin zum Gärtnern und Renovieren, sowie Aktionen für draußen und sich bewegen, sollten Lust darauf machen die schwierige Zeit gemeinsam gut durchzustehen. Darüber hinaus gab und gibt es viele weitere gute Zusammenstellungen und Ideen für Familien im Internet zu finden, auf die wir hinwiesen.

So manche Familie hat solche Anregungen unsererseits aufgegriffen, wurde selbst kreativ oder ließ sich von anderer Stelle anregen. In Gesprächen und Telefonaten haben uns Eltern berichtet, was ihnen und den Kindern in dieser schwierigen Zeit geholfen hat. Exemplarisch seien hier einige Ideen aufgeführt.

- Einige Familien berichteten von einer guten Zeit miteinander, mehr Zeit füreinander und sie konnten es genießen, dass nicht so viele Termine anstanden.
- Viele berichteten davon, dass sie insgesamt sehr viel Zeit draußen verbringen, Fahrrad fahren und wandern gehen würden.
- Eine Familie entdeckte einen Bach in der Nähe und verbrachte dort viele Stunden bei tollem Wetter, da die Spielplätze ja geschlossen waren.

- Eine alleinerziehende Mutter in engen Wohnverhältnissen ging täglich mit ihrer Tochter spazieren.
- Eine Mutter suchte sooft es möglich war mit ihrem Kind den nahegelegenen Reitstall auf und das Pflegepferd wurde versorgt.
- Für viele Kinder wurden ihre Haustiere besonders wichtig und ihre Eltern legten vermehrt Wert darauf, dass ihre Kinder sich gut um diese kümmerten.
- Eine Familie hat an eine bunte Leine Zettel aufgehängt, mit Ideen und Wünschen der Kinder und Erwachsenen – von Pizza backen bis Radfahren.
- Eltern haben ihrer Tochter das kaputte Keyboard ersetzt, so dass diese wieder Musik machen konnte.
- Manche Eltern haben das abendliche Vorlesen wiederentdeckt, auch das gemeinsame „Filmegucken“ und versucht jeden Abend mit ihren Kindern ein „schönes Erlebnis“ vom Tag zu erzählen.
- Viele Eltern hatten eine ausgewählte befreundete Familie und die Kinder konnten sich gegenseitig besuchen.
- Es gab Eltern die mit dem Homeschooling entspannt umgingen und der Versuchung widerstanden, allen Unterrichtsstoff nachzuholen.
- Wir hörten häufiger, dass der allgemeine Stillstand auch wohltuend sei.
- Für Familien, bei denen eine Person zu einer Risikogruppe gehört, war es wohltuend, dass sich alle im ersten Lockdown gleich vorsichtig verhalten haben. Dies führte zu einem Gefühl von Dazugehörigkeit und Solidarität.

Respekt allen Familien, die auch unter schwierigen Bedingungen, das ihre getan haben und immer noch tun, um die Bedürfnisse ihrer Kinder nach Verbundenheit, Entdecken und Gestalten wahrzunehmen und ihren Kindern in dieser unsicheren und auch beängstigenden Zeit Sicherheit und Nähe geben. Wertschätzung allen Familien, die mit ihren Mitteln diese Bedürfnisse aufrechterhalten oder wiedererwecken und im Rahmen der vorhandenen Möglichkeiten Räume erschließen.

Ulrike Zenner
Vera Rittinghaus-Wiedemuth

Telefonisches Beratungsangebot bei getrenntlebenden Eltern

In Folge der coronabedingten Einschränkungen unserer Arbeit, waren wir im vergangenen Jahr über einen langen Zeitraum „gezwungen“, Beratung ausschließlich telefonisch anzubieten.

Zunächst waren wir skeptisch, dass telefonische Beratung mit getrenntlebenden Eltern in Form einer Telefonkonferenz machbar ist. Erschwerend kam hinzu, dass die zwei BeraterInnen aus verschiedenen Räumen telefonieren mussten.

Aber auch in diesem Bereich, in dem nicht selten sogenannte hochstrittige Eltern (v)erbittert um die Interessen ihrer gemeinsamen Kinder und um ihre eigenen feilschen ist es möglich, konstruktive Gesprächsverläufe am Telefon anzuregen. Teilweise fanden sich insgesamt vier Personen – zwei Elternteile und zwei MitarbeiterInnen der Beratungsstelle - an vier Telefonen und vier unterschiedlichen Orten zu einer Konferenz zusammen.

Dabei gab es sowohl Beratungen mit uns bereits bekannten, als auch unbekanntem Eltern.

Bei der Beratung mit hochstrittigen Eltern bedarf es schon in Präsenzterminen besonderer Erklärungen und Erläuterungen über das Vorgehen und der Ziele des gemeinsamen Elterngesprächs. Dies betrifft zum einen die Kommunikation der BeraterInnen mit den Eltern und der Eltern untereinander, als auch der BeraterInnen untereinander.

Fragende oder auch genervte Blicke können in Präsenzterminen hilfreiche Hinweise sein und angesprochen werden. In Telefonkonferenzen hingegen fallen diese optischen Eindrücke komplett weg. Aus diesen Gründen haben wir die Erfahrung gemacht, dass es notwendig ist diese noch intensiver vor- und nachzubereiten.

Viele Elternteile kannten Telefonkonferenzen bereits aus ihren beruflichen Bezügen, dies war jedoch nicht annähernd vergleichbar mit dieser persönlichen und sehr emotionalen Situation.

Vorbereitung zum gemeinsamen Elterngespräch

Wie bei Präsenzterminen hat es sich hier sehr bewährt, zunächst mit den Eltern einzeln telefonische Vorgespräche zu führen.

Dabei ergibt sich die Möglichkeit das Vorgehen detaillierter zu besprechen und die Möglichkeiten und Grenzen einer solchen Beratung aufzuzeigen. Fragen und Befürchtungen können ausführlich erörtert und z.B. Pausenzeichen, Unterbrecher und ähnliches vereinbart werden. Uns ist wichtig deutlich zu machen, dass dies für uns eine sehr neue Form der Elternberatung ist und somit durchaus Experimentiercharakter hat. Als wichtig hat sich auch erwiesen darauf hinzuweisen, dass es nicht erlaubt ist die Gespräche aufzuzeichnen.

Nur bei eindeutigem beiderseitigem Einverständnis der Elternteile kommt diese Form der Beratung in Frage.

Während des gemeinsamen Elterngesprächs

Die in den Einzelgesprächen benannten Regeln werden noch einmal wiederholt und die Struktur des folgenden Beratungsgesprächs beschrieben.

Hierbei entsteht einerseits die Herausforderung als BeraterIn direkter vorzugehen und zum Beispiel noch mehr darauf zu achten, dass Redeanteile ausgewogen sind. Dazu gehört ebenfalls mehr nachzufragen, ob noch Konsens besteht oder mehr Pausen benötigt werden. Andererseits gilt es gleichzeitig eine möglichst entspannte Gesprächsatmosphäre zu schaffen.

Die MitarbeiterIn, die sich in der Beratungsstelle befindet, übernimmt die Rolle der Einladenden zur Telefonkonferenz und ModeratorIn. Das bedeutet sie sammelt die Themen der Elternteile und hält sie auf dem Flipchart fest. Dies ist sowohl ein strukturgebendes Element, als auch eine Möglichkeit sie abfotografiert den Eltern als Protokoll zur Verfügung zu stellen. Getroffene Vereinbarungen werden so ebenfalls festgehalten. Noch mehr als in Präsenzterminen hat es sich hier als hilfreich erwiesen, klare Strukturen und übersichtliche Ziele zu vereinbaren und das Gemeinsame, ggf. bereits Erreichte in den Blick zu nehmen. Darüber hinaus müssen Ironie, Übertreibungen und ähnliches als solches benannt und erfragt werden, um möglichst immer sicherzustellen, ob alles auch von allen so verstanden wird wie es gemeint ist. Als zeitlicher Rahmen für diese besondere Art des Elterngesprächs hat sich eine Dauer von nicht länger als 45-60 Minuten bewährt.

Nachbereitung

Wie auch in Präsenzterminen ist es notwendig als BeraterInnen nach der Telefonkonferenz sowohl unsere Eindrücke bezüglich des Gesprächs als auch uns selbst zu reflektieren.

Diese Beratungsform kommt sicherlich nicht in jedem Fall und in jeder Phase der Beratung in Frage.

Allerdings haben die hier beschriebenen Telefonkonferenzen „gezwungener Maßen“ für uns positiv dazu beigetragen, neue Wege zu gehen und neue Formen der Beratung anzugehen, die auch nach Corona noch relevant sein werden, bzw. weiter ausgebaut werden sollten (z.B. „sichere“ Videokonferenzen mit den KlientInnen, um visuelle Aspekte berücksichtigen zu können und um kreativer zu werden).

Gründe dafür könnten sein, dass getrenntlebende Eltern durch große räumliche Entfernungen oder aus terminlichen Gründen nur schwer an einen Tisch zu bringen sind. Schließlich kann es auch für manchen Elternteil entlastend sein, nicht mit dem getrenntlebenden Elternteil im selben Raum sitzen zu müssen.

Aufgrund der Erfahrungen die wir gemacht haben und der Rückmeldungen, die wir bekommen haben, können wir festhalten: Die Telefonkonferenzen erweisen sich in vielen Fällen oftmals als anstrengend für alle Beteiligten aber auch als hilfreich und zielführend.

An dieser Stelle ein herzliches Dankeschön an unsere Ratsuchenden für ihre Offenheit und Ehrlichkeit, für das Vertrauen und ihre Experimentierfreude.

Oliver Hauschke
Bettina Eigenbrodt

Junge Erwachsene in der Pandemie

Eine besondere Zielgruppe unserer Arbeit sind die jungen Erwachsenen, die sich bis zum Alter von 27 Jahren an unsere Beratungsstelle wenden können.

Wie alle anderen ist auch diese Gruppe von Ratsuchenden durch die Pandemie mit ihren eigenen, besonderen Herausforderungen konfrontiert.

Folgt man dem Konzept der sich in jedem Lebensalter dem Menschen stellenden Entwicklungsaufgaben, so wird deutlich, dass die jungen Erwachsenen in unserem Kulturkreis vor allem vor der großen Aufgabe der Identitätsentwicklung stehen.

Die jungen Menschen sind gefordert, ein hohes Ziel zu erreichen, nämlich ihren Platz in unserer schnelllebigen und ständig sich wandelnden Gesellschaft zu finden - eine Aufgabe, die viel Flexibilität, Mut, Durchhaltevermögen und durchaus auch das Verkräften von Fehlentscheidungen und Rückschlägen verlangt.

Die Unterstützung junger Erwachsener in dieser schwierigen Lebensphase ist uns ein besonderes Anliegen.

Zum einen nutzen diese jungen Menschen die angebotenen Hilfestellungen meist engagiert und zukunftsorientiert für sich, zum anderen werden aus psychisch stabileren jungen Menschen später auch Eltern, die ihren Kindern besser gerecht werden können.

Erschwernisse und Auswirkungen auf die persönliche Entwicklung der jungen Erwachsenen zeigen sich vor allem in den Bereichen der Ablösung vom Elternhaus, der beruflichen Orientierung, des Aufbaus eines stabilen sozialen Netzes, der Partnersuche und der Entwicklung eines sinnvollen und befriedigenden Freizeitverhaltens.

Zunehmend erleben wir junge Frauen und Männer, die unter Alleinsein und Einsamkeit bis hin zu depressiven Störungen und Angstsymptomen leiden.

Gerade den eher zurückhaltenden jungen Menschen fehlt das Übungsfeld für soziale Kommunikation.

Junge Frauen und Männer sorgen sich um Familienmitglieder mit hohem gesundheitlichem Risiko.

Finanzielle Engpässe der Familie sowie räumliche Enge in Folge von Homeschooling und Homeoffice sind zusätzliche Belastungen.

Einige junge Menschen erleben ihre sehr eingeschränkten Handlungsmöglichkeiten als persönliche Inkompetenz, kämpfen mit Selbstwertproblemen und haben Mühe, eine Perspektive für sich zu entwickeln.

Schulsozialarbeiter berichten über junge Menschen, zu denen die Schule bzw. Berufsschule im Verlauf des Distanzunterrichts den Kontakt völlig verloren hat.

Besorgte Eltern erkundigen sich, was sie tun können.

Andererseits gibt es auch junge Erwachsene, für die diese Ausnahmesituation eine Chance zur Selbstbesinnung und zur Fokussierung ihrer Kräfte zu sein scheint.

Zudem gibt es junge Menschen, denen der besondere Wert alter, belastbarer Freundschaften in diesen Zeiten besonders bewusst wird.

Leider steht in unserer Beratungsstelle eine datensichere Video-Plattform bislang nicht zur Verfügung, so dass wir den jungen Menschen über weite Strecken nur Telefon- oder Mailberatung anbieten konnten.

Aber lassen wir die jungen Menschen selbst zu Wort kommen - mit einigen Blitzlichtern aus den Beratungsgesprächen:

Stichwort Telefonberatung / Mailberatung:

- Mir fehlt jetzt Ihr Gesicht zu dem, was Sie sagen.
- Ich habe noch was Wichtiges zu erzählen, aber das geht am Telefon nicht.
- Wenn jemand in mein Zimmer kommt, breche ich das Telefonat sofort ab.
- Können wir nicht über WhatsApp oder Insta schreiben?
- Das geht am Telefon ja besser als ich dachte.
- Zu Hause habe ich kein Netz.
- Ich telefoniere jetzt gerade hier von einem Bushäuschen aus. Es ist ziemlich kalt.
- Mailberatung hilft nicht, meine Mails checke ich fast nie.
- Können wir uns vielleicht irgendwo draußen treffen und reden?

Stichwort Familie / Verselbständigung:

- Wir gehen uns hier alle ziemlich auf die Nerven.
- Ich habe Angst um meine Großeltern.
- Zu Hause fällt mir die Decke auf den Kopf.
- Ich mache mir Sorgen, weil meine Eltern in Kurzarbeit sind.
- Zu Hause ist zu viel los, da kann ich nicht lernen.
- Das Semester findet komplett online statt, also lohnt es sich nicht, dass ich mir am Studienort eine eigene Wohnung suche.
- Mein Opa ist an Corona gestorben.
- Ich habe noch nie so viel Zeit mit meinen Eltern verbracht und geredet.
- Mein Nebenjob ist weg, daher müssen meine Eltern wieder für mich zahlen.
- Meistens verziehe ich mich in mein Zimmer.
- Weil meine Mutter so krank ist, treffe ich mich mit absolut niemandem.

Stichwort Alltagsbewältigung:

- Wegen Corona traue ich mich nicht, mit dem Bus zu fahren.
- Irgendwie ist es auch gut, mal weniger Ablenkung zu haben.
- Wie soll ich meinen Umzug denn jetzt regeln?
- Einen Arzttermin habe ich erst in 3 Wochen bekommen.

- Ich habe mich noch nie so viel mit mir selbst beschäftigt.
- Ich bewege mich zu wenig und habe heftig zugenommen.

Stichwort Bildung / Ausbildung:

- Wie soll ich denn jetzt einen Praktikumsplatz finden?
- Wieso müssen wir in dieser schwierigen Situation trotzdem noch Abi-Prüfungen ablegen?
- Die Fahrschulen dürfen jetzt endlich wieder arbeiten.
- Die meisten Mitschüler machen die Hausaufgaben sowieso nicht.
- Ich studiere ja nur online, bin quasi noch nie an der Uni gewesen - fühle mich gar nicht als Studierender.
- Ich hatte mich so auf mein Auslandsjahr gefreut und alles schon vorbereitet. Jetzt weiß ich nicht, ob ich das noch jemals machen kann.
- Ich nehme nur noch mit ausgeschaltetem Video am Homeschooling teil.
- Wegen der hohen Inzidenz sind wir aus dem Berufsbildungswerk nach Hause geschickt worden.
- Die Beratung bei der Arbeitsagentur läuft jetzt nur noch telefonisch.
- Ich gehöre zum Corona-Jahrgang, von dem alle sagen, wir hätten nicht genug gelernt.

Stichwort Freizeit / soziale Kontakte:

- Mir fehlt der Sport mit meiner Mannschaft.
- Natürlich treffen wir uns mit der gesamten Clique, zu zweit ist das langweilig.
- Meine Nachbarin leiht mir jetzt Bücher zum Lesen.
- Wir treffen uns jeden Dienstag online zum Workout.
- Maske Tragen in der Clique ist unsinnig.
- Ich koche jetzt online parallel mit meiner Freundin.
- Ich habe jetzt sämtliche Staffeln meiner Lieblingsserie nochmal durch.
- Zum alleine Joggen kann ich mich nicht aufraffen.
- Wir treffen uns jetzt auf dem Parkplatz zum Kiffen im Auto. Was anderes geht ja nicht.
- Wie soll man denn in dieser Situation jemanden kennen lernen?
- Gut, dass wir den Hund haben, mit dem komme ich regelmäßig raus.

Deutlich wird, dass die jungen Menschen auf sehr unterschiedliche Ressourcen zurückgreifen können, um diese schwierige Zeit zu überstehen. Bleibt zu hoffen, dass die meisten trotz dieser Behinderung ihrer Entwicklungsmöglichkeiten langfristig ihr Potential entfalten können.

Birgit Deppenkemper-Lermen

Wir hätten noch so viel vorgehabt...

Nachdem wir das Jahr 2019 abgeschlossen hatten, sind wir als Team motiviert mit neuen und alten Ideen ins Jahr 2020 gestartet. Niemand hätte sich im Januar und Februar vorstellen können, wie das Jahr sich entwickeln würde. Im Februar konnten wir als Team noch einen internen Fortbildungstag zum Thema ‚Arbeit in der Beratung mit Trauma‘ bei Herrn Alexander Korittko durchführen.

Viele andere Pläne für das Jahr mussten jedoch abgesagt, modifiziert oder einfach verschoben werden. Um deutlich zu machen wie viele Bereiche betroffen waren, beschreiben wir geplante, beziehungsweise bereits begonnene Angebote:

Im Januar 2020 startete eine *Psychodramagruppe* mit vier Mädchen im Grundschulalter. Es war eine tolle Gruppe, die ganz schnell miteinander ins Spiel kam und sehr voneinander profitierte. Leider musste die Gruppe im März von einem auf den anderen Tag abgesagt werden. Wir dachten anfangs noch, dass es in wenigen Wochen weitergehen würde, leider war dem nicht so. Es konnte aber per Briefpost weiterhin Kontakt gehalten werden.

Im Frühjahr 2020 sollte mit dem Elternkurs *Kinder im Blick (KiB)* für getrenntlebende Eltern gestartet werden. Zwei MitarbeiterInnen hatten sich im Jahr zuvor zu GruppenleiterInnen weiterbilden lassen. Alles war geplant. Anmeldungen waren entgegengenommen und Einladungen bereits verschickt worden, aber die Pandemie machte einen Start unmöglich.

Die MitarbeiterInnen der Beratungsstelle sind in vielen *Familienzentren* Kooperationspartner und bieten regelmäßig offene Sprechstunden und auf Anfrage auch Elternabende an. Diese Angebote kamen ab März zunächst ganz zum Erliegen. Die offenen Sprechstunden wurden schließlich telefonisch angeboten und ab Sommer konnten auch in diesem Rahmen zum Teil wieder Präsenztermine vor Ort angeboten werden. Elternabende konnten nicht durchgeführt werden.

Die etablierte *Gruppe für Pflegeeltern* musste auch pausieren.

Bei dem Angebot für eine *Gruppe für 12-15jährige Mädchen*, mit dem Themenschwerpunkt ‚Entspannung‘, musste es bei der Planung bleiben.

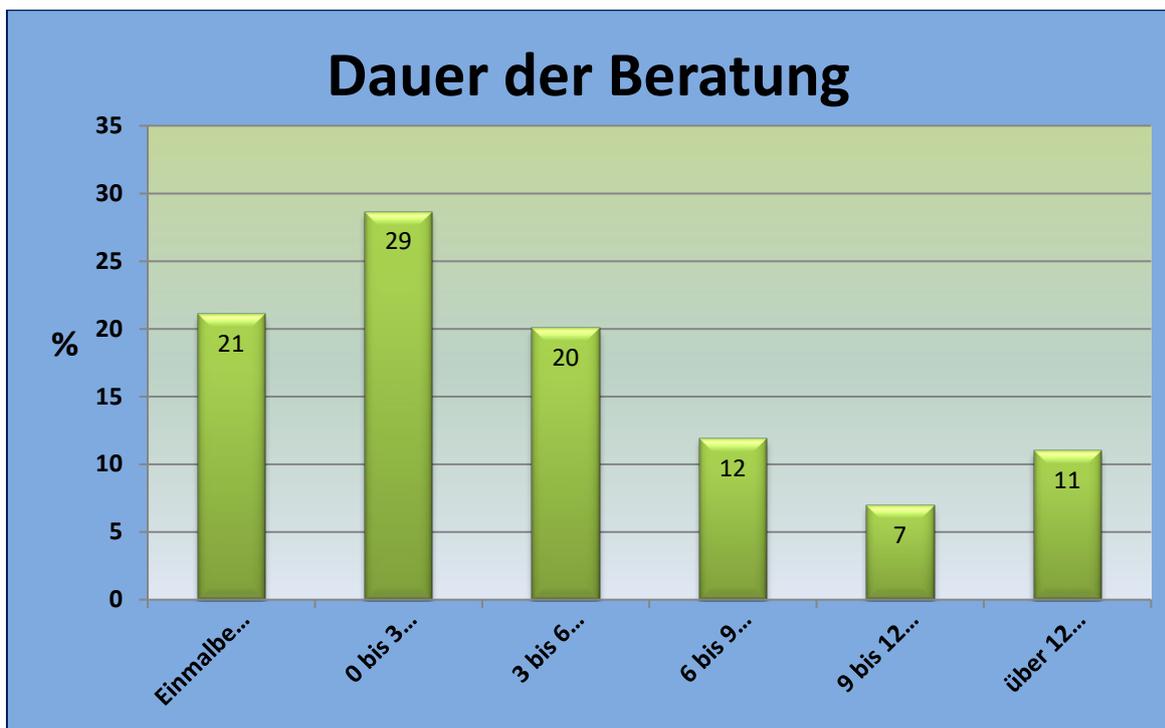
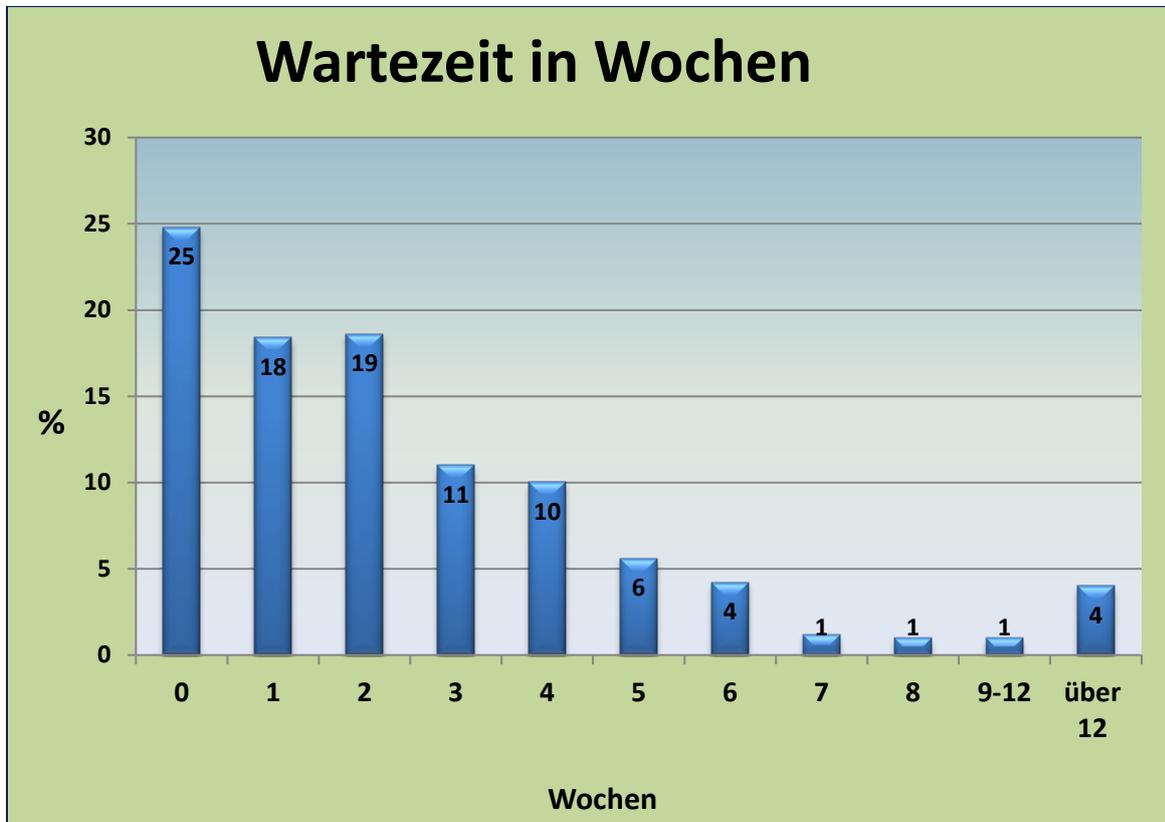
Es gab auch die Idee in 2020 eine Gruppe für *Mädchen mit Fluchterfahrung* anzubieten. Diese Planungen, sowie ein angefangenes kreatives Projekt mit SchülerInnen einer internationalen Klasse, konnten ebenso wenig weiterentwickelt werden und stattfinden.

Geplante *Fortbildungen* für Teammitglieder, wurden z.T. abgesagt oder digital angeboten.

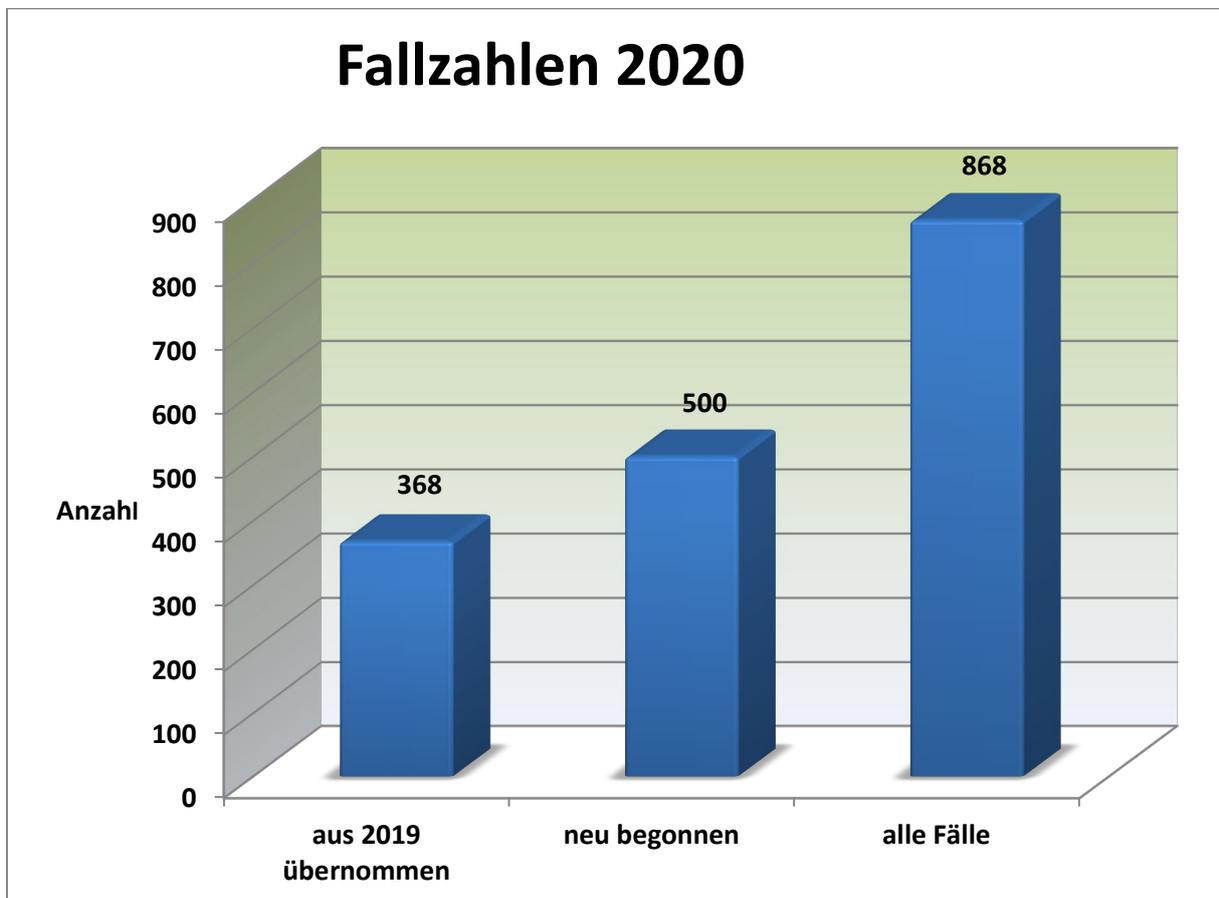
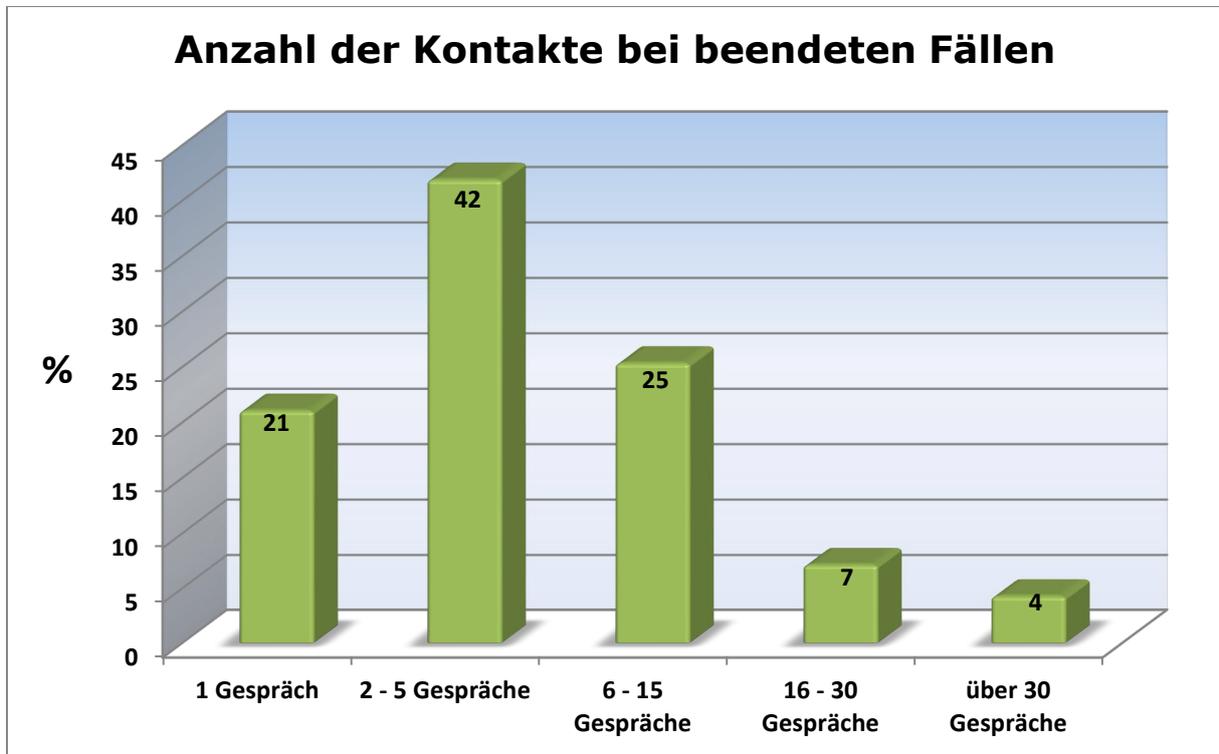
Diese verschiedenen Bereiche beinhalten neben unserer Alltagsarbeit als BeraterInnen einer Familienberatungsstelle in der Arbeit mit Kindern, Jugendlichen, jungen Erwachsenen und Eltern sowohl präventive, als auch konkrete Hilfestellungen sowie therapeutische Anteile.

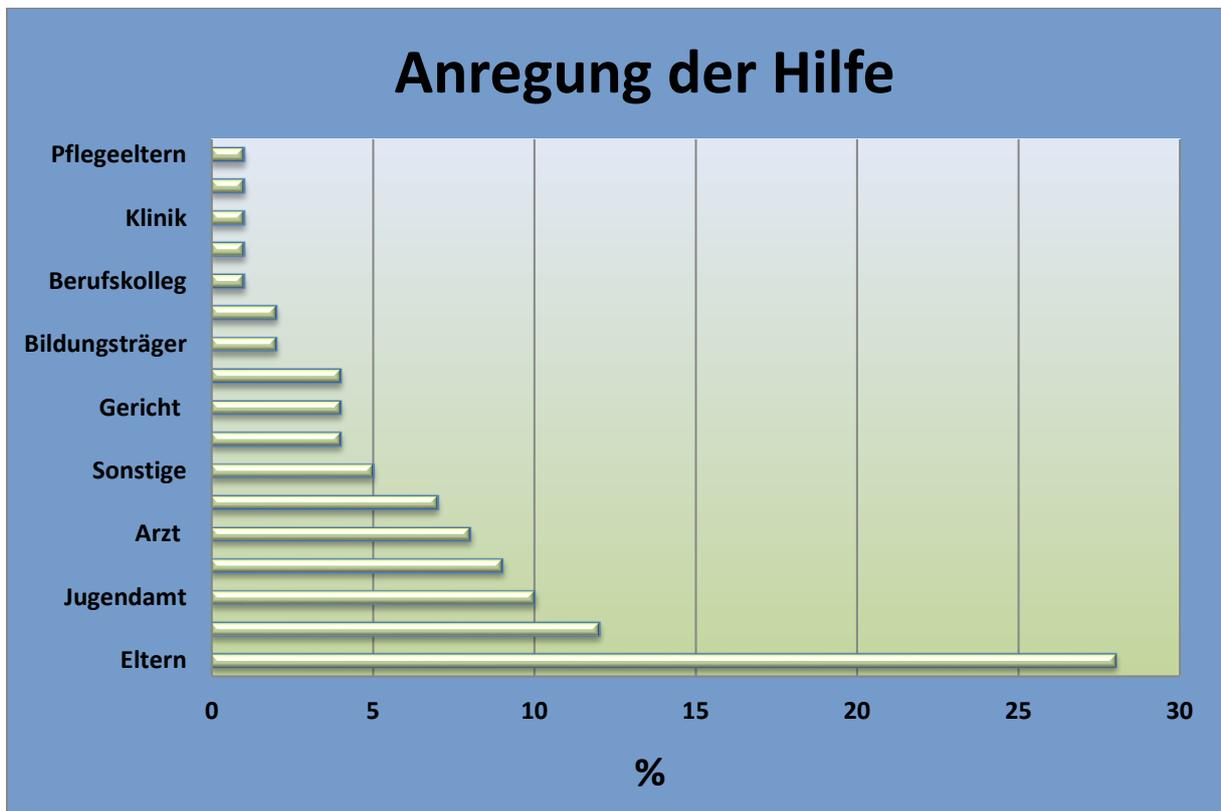
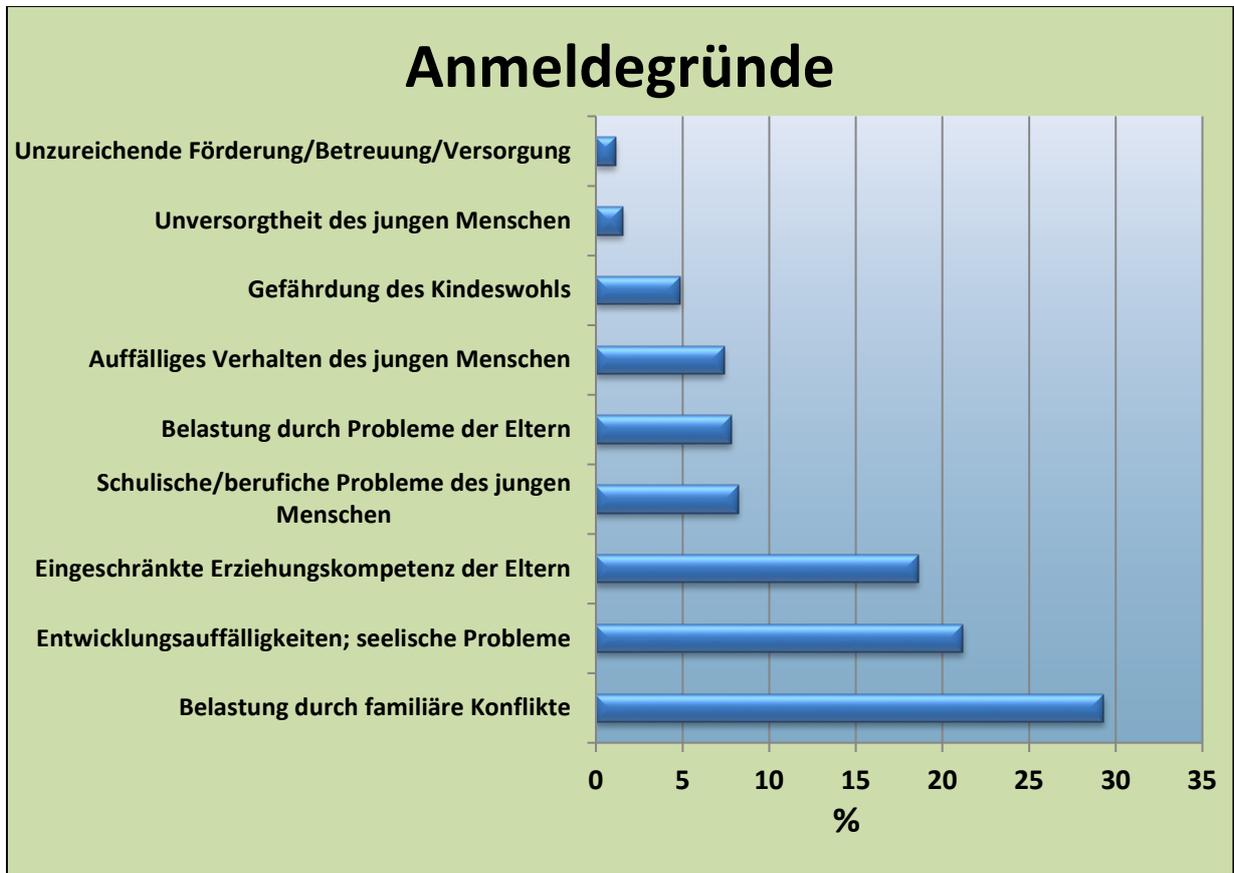
Abschließend sei auch die wichtige Netzwerkarbeit im Oberbergischen Kreis benannt, in die unsere Beratungsstelle eingebunden ist. Auch hier konnte vieles im vergangenen Jahr nicht weitergeführt werden.

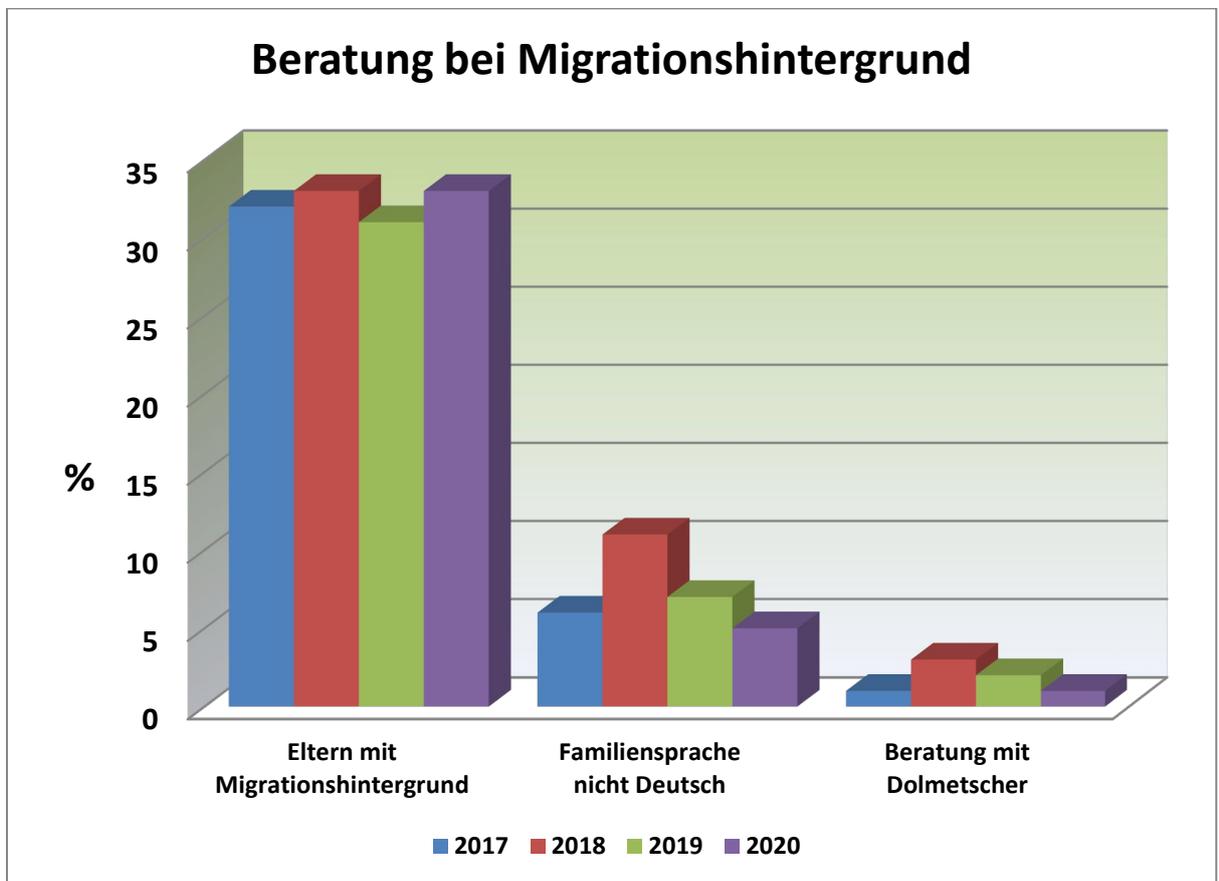
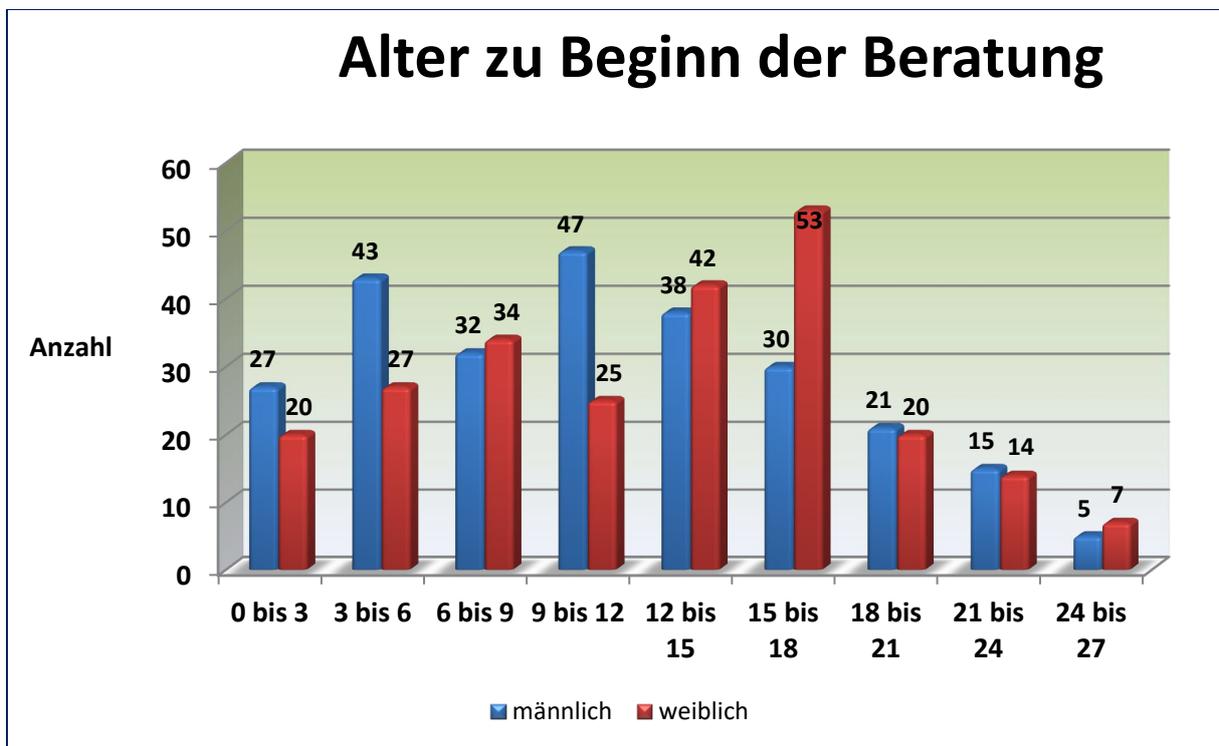
Vera Rittinghaus-Wiedemuth
Ulrike Zenner



Statistik







Mitarbeit in regionalen Netzwerken

- Präventionsnetzwerk
- Netzwerke Frühzeitige Hilfe
- Psychosoziale Arbeitsgemeinschaft „Kinder und Jugendliche“
- Psychosoziale Arbeitsgemeinschaft „Erwachsene“
- Stadtteilkonferenz Gummersbach Innenstadt
- Stadtteilkonferenz Gummersbach Bernberg
- Arbeitskreis Familie und Recht
- Arbeitskreis Familiengericht
- Arbeitskreis der Oberbergischen Beratungsstellen zum Thema „Sexuelle Gewalt“
- Fachlicher Austausch mit Jobcenter
- Netzwerk Oberberg „NO“ gegen Gewalt

Kooperationspartner

Kinder- und Jugendhilfe

Erziehungsberatungsstellen
Jugendämter
Jugendhilfeträger
Ambulante Familienhilfen

Ausbildung und Beruf

Berufsvorbereitung
Berufsförderung
Jobcenter
Agentur für Arbeit

Gesundheitssystem

Familienhebammen
Frühfördereinrichtungen
Gesundheitsamt
Sozialpädiatrische Zentren
ErgotherapeutInnen
LogopädInnen
Kinder- und
JugendlichentherapeutInnen
Kinder- und JugendpsychiaterInnen
Psychosomatische und psychiatrische
Kliniken
Sozialpsychiatrischer Dienst
Kinderkliniken
Kinderschutzambulanzen
Haus- und Fachärzte
Krankenkassen

Soziale Hilfen

Schwangerschaftsberatung
Sozialamt
Wohnhilfen
Psychosozialer Dienst
Gewaltberatung
Frauenhaus
Schuldnerberatung

Rentenversicherung
Kommunales
Integrationszentrum
Migrantenberatung
SprachmittlerInnen
Ehrenamtlich Tätige

Bildungssystem

Kindertageseinrichtungen
Familienzentren
Schulen
Offene Ganztagschulen
Berufskollegs
SchulsozialarbeiterInnen

Justiz

BetreuerInnen
VerfahrenspflegerInnen
Jugendgerichtshilfe
Bewährungshilfe
Rechtsanwaltschaft
Weißer Ring
Polizei
Gerichte



OBERBERGISCHER KREIS
DER LANDRAT

KREISJUGENDAMT