

Jahresbericht 2023

AWO-Beratungszentrum Gifhorn



Familie & Erziehung

Beratungszentrum Gifhorn

Oldastrasse 32, 38518 Gifhorn
Tel.: 0 53 71 / 724 741 • www.awo-bs.de

| | | |
|------------|---|-----------|
| 1. | Rückblick auf das Jahr 2023 | 1 |
| 2. | Mitarbeiter*innen, Organisation, Kooperation | 7 |
| 3. | Fachartikel | 9 |
| 3.1 | Systemische Sexualberatung mit Paaren | |
| 4. | Statistische Auswertung | |
| 4.1 | Ehe-, Familien- und Lebensberatung | 18 |
| 4.2 | Beratung gegen sexuelle Gewalt | 22 |
| 4.3 | Krebsberatung | 24 |
| 4.4 | Schwangerschaftsberatung /Beratung nach der Geburt | 26 |
| 4.5 | Säuglings- und Kleinkindberatung | 28 |
| 5. | Pressespiegel | 29 |

1. Rückblick auf das Jahr 2023

Der Jahresrückblick 2022 stand sehr stark unter dem Fokus der andauernden politischen und gesellschaftlichen Krisen - Corona – Krieg – Flucht – Inflation - und der notwendigen Resilienz, die Menschen entwickeln müssen, um dauerhaft Krisen gut durchzustehen. Der Rückblick auf das Jahr 2023 bestätigt den Eindruck von 2022, dass Menschen zunehmend in persönliche und partnerschaftliche Krisen kommen. Die deutliche Zunahme von psychischen Erkrankungen in Deutschland in den letzten Jahren gibt einen Hinweis auf diese Belastungslage. Fast in allen Arbeitsbereichen konnte eine vermehrte Nachfrage nach Beratung festgestellt werden, die auf dem Hintergrund der anhaltenden Krisenstimmung erklärbar ist.

Der Mainzer Philosoph Thomas Metzinger spricht sich in seinem 2023 erschienen Buch „bewusstseinskultur“ dafür aus, dass wir uns in Zukunft darauf einstellen müssen, dass unsere Gesellschaft sich darauf ausrichten muss, dass wir in einem Dauerzustand der Krise bleiben werden. Bisherige psychologische oder gesellschaftliche Vorstellungen von Krisenbewältigung gehen eher davon aus, dass es phasenweise eine Krise gibt, die dann wieder vorübergeht und ein gewisser Normalzustand eintritt. Metzinger regt eine Diskussion an, darüber nachzudenken, wie eine Bewusstseinskultur aussehen müsste, die einen Dauerkrisenzustand bewältigen kann.

Beratung ist in gesellschaftlichen Krisen nötiger denn je, um Menschen darin zu unterstützen, wirksame resiliente Strategien im persönlichen, partnerschaftlichen und familiären Leben zu entwickeln.

In der Ehe-, Familien- und Lebensberatung meldeten sich im Jahr 2023 18 % mehr Personen an, als im Vergleichsjahr 2022. Der Anstieg der Nachfrage bezog sich dabei sowohl auf die Einzel- als auch auf die Paarberatung. Viele Ratsuchenden bringen ihr persönliches oder partnerschaftliches Anliegen in Verbindung mit den „schwierigen Jahren in der Coronazeit“, in der man entweder sehr isoliert war oder sehr viel Zeit miteinander verbrachte. Nach dieser besonderen Zeit erleben viele Menschen eine Neuorientierung, wie sie jetzt miteinander in der Partnerschaft leben

und soziale Kontakte gestalten wollen. Bei den Beratungsthemen und Beratungsanlässen gab es eine Steigerung von 88 % bei Generationskonflikten und eine Steigerung von 31 % bei Partnerschaftsfragen. Die extreme Steigerung dieser interaktionellen Themen als Beratungsthemen weist darauf hin, dass Beziehungen durch die krisenhaften Zeiten brüchiger geworden sind und vermehrt zu Konflikten neigen.

Die Krebsberatung verzeichnete erneut eine weitere Steigerung von 12 % auf insgesamt 92 Ratsuchende. In den vergangenen Jahren wurde immer wieder deutlich, dass die soziale Isolierung, die durch Corona zugenommen hat, insbesondere bei Menschen mit einer Krebserkrankung zu einem stärkeren Bedarf nach Krebsberatung geführt hat.

Im letzten Jahr war der Besuch der begleiteten Gesprächsgruppen, die von Heike Gebert und Maria Walk geleitet werden, von 19 Teilnehmerinnen neben der Beratung erneut eine wichtige Unterstützung für die Menschen, die an Krebs erkrankt sind.

Im Arbeitsbereich der Beratung gegen sexualisierte Gewalt konnten zwei Gruppenangebote realisiert werden, die ebenfalls von 18 Teilnehmerinnen sehr gut besucht wurden. In den Gruppenangeboten, die von Renate Duschanek durchgeführt wurden, konnten Frauen eine Stärkung ihrer Persönlichkeit und ihres Umgangs mit schwierigen Lebenssituationen erfahren. Mit insgesamt 38 begleiteten Personen und 100 Personen, die über die Präventionsangebote erreicht wurden, war der Arbeitsbereich ebenfalls sehr gut nachgefragt.

Den größten Zuwachs von 23 % an Ratsuchenden verzeichnete die Schwangerschaftskonfliktberatung. Ob diese Steigerung sich dadurch erklären lässt, dass Frauen sich in unsicheren Zeiten eher überlegen, ob sie eine ungewollte Schwangerschaft austragen oder nicht, lässt sich nicht eindeutig kausal erklären. Der Eindruck von einigen Beratungsgesprächen legt es allerdings nahe, dass unsichere Zeiten keine gute Basis darstellen, sich auf ein Leben mit Kind einzulassen.

In wirtschaftlich schwierigen Zeiten ist es ein schöner Erfolg, dass 114 Gifhorner Familien mit durchschnittlich 677 € von der Stiftung Familie in Not eine

Unterstützung erhalten haben. Das Beratungszentrum hat mit den Familien die Anträge gestellt und so insgesamt 77.280 € für Gifhorner Familien erwirkt.

Nach dem altersbedingten Wechsel von einigen erfahrenen Kolleg*innen in den letzten Jahren, konnte das AWO-Beratungszentrum Gifhorn mit einem neuen Team sehr gut in die Herausforderungen der nächsten Jahre gehen.



Das neue Gifhorner Team
seit Mai 2023

Das AWO-Beratungszentrum Gifhorn konnte 2023 zwei besondere Projekte für geflüchtete Menschen entwickeln und steht damit in einer guten Tradition der AWO, sich besonders für Menschen mit Fluchterfahrungen einzusetzen.

Peggy Bellmann vom Gifhorn Beratungszentrum bietet seit August 2023 in den drei Unterkünften für geflüchtete Menschen im Clausmoorhof, in Kästorf und in Ehra-Lessien monatliche Sprechstunden im Bereich der Schwangerschafts- und Sozialberatung für Schwangere und junge Familien an. In enger Kooperation mit einer Hebamme von den Gifhorner Fachkräften für Frühe Hilfen fährt Frau Bellmann einen Tag im Monat in die Einrichtungen und nimmt dort mit den Geflüchteten Kontakt auf, um sie bei Fragen rund um Schwangerschaft und Geburt zu unterstützen. Die Kombination von Hebamme und sozialpädagogischer Beratung hat sich als besonders effektiv erwiesen.

In einem zweiten Projekt hat Peggy Bellmann in Kooperation mit der Stabsstelle Integration des Landkreises Gifhorn das Projekt GeMiGif (Gesundheit mit & für Migrantinnen im Landkreis Gifhorn) entwickelt. Sie schulte dabei Multiplikator*innen in Fragen zu Gesundheit und Prävention beispielsweise zu den Themen Schwangerschaft, Körper, Menstruation, Verhütung und Geburt. Diese geschulten

Multiplikator*innen, die selbst Migrationserfahrungen gemacht haben sollten, haben dann Personen aus ihren jeweiligen Communities ihr Wissen weitergegeben.



Materialien zum Thema Frauengesundheit

Gerne hat sich die Beratungsstelle an der Gifhorner Aktion des Netzwerkes gegen häusliche und sexuelle Gewalt in Gifhorn zum internationalen Orange-Day beteiligt. Bei der Aktion sollte mit einem „besetzen Platz“ mit einem roten Stuhl auf die erschütternde Situation der Gewalt gegen Frauen hingewiesen werden. Die Wirkung des Stuhles im Wartezimmer der Beratungsstelle hat seine Wirkung nicht verfehlt, in dem die Ratsuchenden nachdenklich wurden und so das Thema in der Eingangsphase eines Beratungsgesprächs manchmal thematisiert werden konnte.



Roter Stuhl gegen häusliche und sexuelle Gewalt

Im Bereich der Sozialberatung für Schwangere und junge Familien haben Ilona Hinkfoth und Peggy Bellmann ein Vortragsformat entwickelt, dass 2023 zweimalig erfolgreich angeboten werden konnte.

Bei Infoabenden für werdende Eltern konnten sich Menschen in einer Veranstaltung über soziale und finanzielle Hilfen für Familien kundig machen. Dieses Format fand so viel Zuspruch, so dass es zu einem dauerhaften Angebot der Beratungsstelle werden soll.

**DIE AWO LÄDT ZUM INFOABEND EIN
FINANZIELLE UNTERSTÜTZUNG
RUND UM SCHWANGERSCHAFT UND GEBURT**

| Themen: | Wann und Wo? |
|-----------------------------|--|
| ✓ Mutterschutz | ✓ 13. Juni 2023 |
| ✓ Mutterschaftsgeld | ✓ 24. Oktober 2023 |
| ✓ Kindergeld | ✓ 17 - 19 Uhr |
| ✓ Elterngeld und Elternzeit | ✓ AWO Beratungszentrum Oldastraße 32 38518 Gifhorn |

Melden Sie sich für einen der Termine an:

Für die Veranstaltung
entstehen keine Kosten.
Sie können gern spenden.

beratungszentrum-gf@awo-bs.de
oder per Telefon
05371/724741



In zwei überregionalen Zeitungsinterviews konnte Carsten Bromann Themen aus dem Beratungsalltag für interessierte Leser*innen verdeutlichen.

Die Braunschweiger Zeitung hat sich am 24. August 2024 in der Gesamtausgabe der Zeitung - also auch in der Gifhorner Rundschau - mit dem Thema von gewollter Kinderlosigkeit beschäftigt. Carsten Bromann konnte an Hand von Erfahrungen aus der Schwangerschaftskonfliktberatung und aus der Paarberatung verdeutlichen, dass das Thema einige Personen beschäftigt und auch ein Thema für Paare sein kann.

Das Familienmagazin Clicclac der Region Braunschweig hat sich im Märzheft 2023 mit dem Thema Familien in Krisenzeiten beschäftigt. Carsten Bromann wurde dazu befragt, ob und wenn ja, wie Eltern mit Kindern über Krisen reden sollten und wie sie ihren Kindern helfen können, mit den Krisenthemen umzugehen. Eine wichtige Empfehlung lautete dabei: Eltern sollten ihre eigenen Gefühle selektiv den Kindern zeigen, da diese die Gefühlslagen der Eltern sowieso intuitiv erahnen und so eine Bestätigung ihrer Vermutungen bekommen und gleichzeitig auch erleben, dass es gut und normal ist, wenn Erwachsene Gefühle haben und zeigen. Dadurch lernen Kinder am ehesten, dass es auch für sie erlaubt sein kann, angemessen auf schwierige Situationen Gefühle direkt zu äußern. Der ganze Artikel mit dem Titel „Gefühle zeigen erlaubt“ kann im Pressespiegel nachgelesen werden.

Gefühle zeigen erlaubt !

Im Verbund mit den insgesamt vier Familienberatungsstellen des AWO-Bezirksverbands Braunschweig e.V. fanden im Jahr 2023 zwei interne Fachtage statt. Am 16. Mai 2023 fand der Fachtag zum Thema „Sexualberatung für Paare“ und am 2. November 2023 zum Thema „Gestalttherapeutische Arbeit mit Nachtträumen“ statt.



Kolleg*innen beim Fachtag

Der Fachtag zum Thema „Sexualberatung für Paare“ wurde von Peggy Bellmann aus der Gifhorner Beratungsstelle und Carsten Bromann durchgeführt. Der Tag begann zunächst mit einer Klärung der eigenen Haltung zur Sexualität und damit einhergehend auch zur Haltung zum Umgang mit dem Thema in Beratungsprozessen. Danach wurden verschiedene sexualtherapeutische Methoden vorgestellt und in Übungen oder Rollenspielen ausprobiert. Eine ausführliche Darstellung zur sexualtherapeutischen Arbeit mit Paaren findet sich in einem Fachartikel in diesem Jahresbericht.

Der Fachtag „Gestalttherapeutische Arbeit mit Nachtträumen“ wurde von Kathrin Brettschneider, Mitarbeiterin aus der Seesener AWO-Beratungsstelle angeboten. Die Wurzeln der gestalttherapeutischen Arbeit liegen in der humanistischen Psychologie und Psychotherapie, die die Bedeutung des Gewährseins des eigenen Erlebens und der eigenen Emotionen betont und durch erlebnisorientierte Methoden verstärkt.

In diesem Arbeitsansatz werden mit Klient*innen eigene Nachtträume besprochen. Die Arbeit basiert auf der Grundannahme, dass in jedem Nachttraum eigene, z.T. unbekannte Anteile der eigenen Person verborgen sind, die durch die Arbeit deutlich werden und in das eigene Leben integriert werden können.

2. Mitarbeiter*innen, Organisation und Kooperation

| | |
|-------------------|---|
| Carsten Bromann | Leiter des Beratungszentrums, Dipl.-Psychologe Systemischer Paar- u. Familientherapeut, Familienmediator |
| Maria Walk | Dipl.-Sozialpädagogin, Systemische Familienberaterin, Familienmediatorin, Systemische Paartherapeutin |
| Heike Gebert | Dipl.-Sozialpädagogin Systemische Beraterin |
| Nina Nowitzki | Sozialpädagogin (B.A.) (bis April 2023) Systemische Beraterin |
| Ilona Hinkfoth | Dipl. Sozialpädagogin Systemische Beraterin |
| Renate Duschaneck | Dipl. Sozialpädagogin, Partnerschule-Trainerin im integrativen Verfahren, Systemische Paartherapeutin, Systemisch-integrative Sozialtherapeutin |
| Peggy Bellmann | Soziale Arbeit B.A. Angewandte Sexualwissenschaft M.A. Systemische Beraterin i.A. |
| Viola Kalitzky | Verwaltungsangestellte (bis Mai 2023) |
| Katja Ketter | Verwaltungsangestellte (ab Mai 2023) |

Kooperation mit anderen Stellen

Mitarbeitende des Beratungszentrums waren 2023 in folgenden Arbeitskreisen aktiv:

- AG 78 – Hilfen zur Erziehung, Gifhorn
- Psychosozialer Arbeitskreis (PSAK) Gifhorn
- Sozialpsychiatrischer Verbund Fachgruppe Allgemeinpsychiatrie, Gifhorn
- Netzwerk gegen häusliche und sexuelle Gewalt im Landkreis Gifhorn
- Netzwerk gegen Depression Stadt Gifhorn
- Arbeitskreis Trennung und Scheidung im Landkreis Gifhorn
- Arbeitskreis Frühe Kindheit im Landkreis Gifhorn
- Landesarbeitsgemeinschaft Niedersächsischer Krebsberatungsstellen
- Arbeitskreis AWO-Schwangerschaftsberatung Hannover

Qualitätssicherung

Das Team hat regelmäßig Supervision bei externen Supervisoren und nimmt an unterschiedlich ausgerichteten Fortbildungen teil. Außerdem finden interne Fallbesprechungen statt, bei denen eigene Arbeitsweisen reflektiert werden.

Bei internen Fachteamtreffen werden ebenso wie bei internen Fachtagen eigene Arbeitskonzepte von Mitarbeitenden für Mitarbeitende vorgestellt.

Eine jährliche Ziel- und Aktionsplanung gehört ebenso zum Qualitätsmanagement wie die zielorientierte Mitarbeiterführung mit Mitarbeitergesprächen. In einem Evaluationskonzept erfolgt eine regelmäßige Messung und Auswertung der Kundenzufriedenheit mit den Leistungen der Beratungsstelle.

Die Beratungsstelle ist nach DIN-ISO zertifiziert.

3. Fachartikel/ Praxisberichte

3.1 Fachartikel

Systemische Sexualberatung mit Paaren

Carsten Bromann

Sexualität ist ein wesentliches Thema in Paarberatungen. Das gegenseitige Erleben von Begehren und Lust ist ebenso bedeutsam für eine Liebesbeziehung wie der Umgang miteinander zum Thema Sexualität. Manche Paare sprechen sehr offen über ihr Erleben der Sexualität. Andere Paare können sehr schlecht darüber miteinander kommunizieren, wie sie die eigene Sexualität erleben, z.B. was sie gerne oder was sie nicht gerne mögen.

Für einige Paare gilt das Narrativ I „Wenn der Sex gut ist, dann ist die Beziehung gut“. Diese Paare nutzen die Freude und den Spaß am Sex auf die Weise, dass ihre Beziehung davon profitieren kann, z.B. in dem sie sich ausgeglichener fühlen oder bei Konflikthemen leichter Lösungen finden.

Bei anderen Paaren oder auch einzelne Personen in der Partnerschaft hingegen gilt eher das Narrativ II „Wenn die Beziehung gut ist, dann ist auch der Sex möglich und gut“. Diese Paare benötigen eine entspannte, wohlwollende, „gute“ Paarebene. Auf Grund dieses guten Miteinanders in der Partnerschaft entwickelt sich dann sehr leicht eine zufriedenstellende Sexualität. Für Sexualberatungen mit Paaren ist das Wissen darum, welche Bedeutung die Sexualität in der Partnerschaft spielt, eine wichtige Grundlage, um mit dem Paar an ihrer Sexualität (Narrativ I) oder an anderen Themen (Narrativ II) zu arbeiten.

Die Leitidee der systemischen Sexualtherapie lautet: „Vom(Nicht)-Können zum (Nicht)-Wollen!“. Der Fokus der Sexualtherapie lag eine lange Zeit auf dem sexuellen Können und hat sich auf das sexuelle Funktionieren von Lustempfinden, Erektions- und Orgasmusfähigkeit konzentriert. Dabei wurde versucht, durch verschiedene Übungen den Partner*innen Sicherheit im Umgang mit der eigenen Sexualität zu vermitteln.

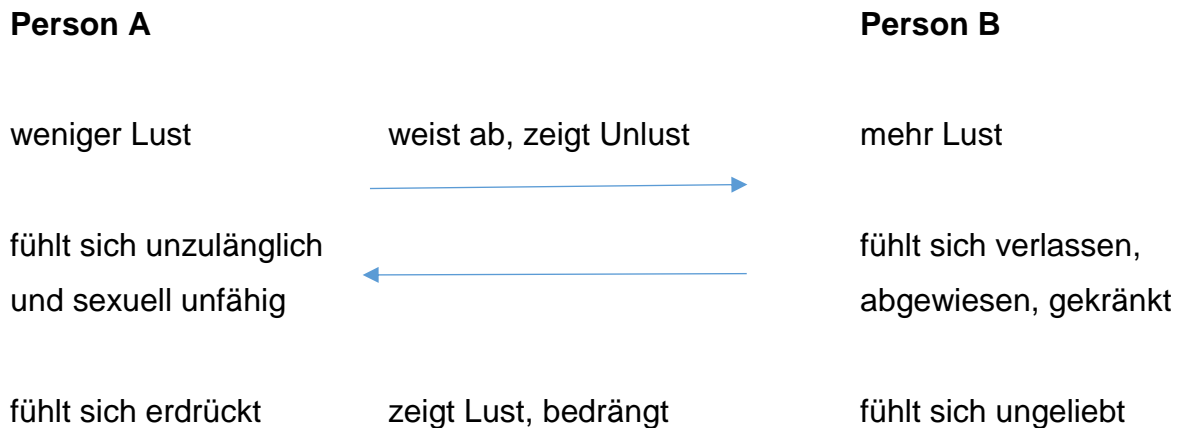
Die systemische Sexualtherapie (Clement, 2004) hat eher den Fokus auf das Begehren und die Wünsche gelegt, um die Klient*innen zu unterstützen, herauszufinden, was sie möchten und was nicht und was sie möglicherweise trotz Einschränkungen möchten. Dabei übernehmen die Klient*innen Verantwortung für sich und erleben sich selbstwirksam. Sie beschreiben sich nicht als Opfer ihres Körpers („Wenn der Körper nicht will, dann will er nicht“) oder ihrer Umstände („Bei dem vielen Stress, kann man ja keine Lust empfinden“), sondern treffen für sich Entscheidungen, wie sie mit ihrer Sexualität umgehen wollen (z.B. „Ich möchte gerne mit Dir erotische Gefühle erleben, auch wenn ich keine Erektion oder keinen Orgasmus bekomme“ oder „Bei dem vielen Stress derzeit, möchte ich die Nähe mit Dir nicht so intensiv auf der körperlichen Ebene erleben, sondern in dem ich mit Dir gemeinsam etwas Entspanntes unternehme“).

Zirkuläres Konfliktmodell der partnerschaftlichen Sexualität

Clement (2004) hat in Anlehnung an das Kollusionskonzept von J. Willi (1993) ein Modell entwickelt, wonach die Konflikte von Paaren sich häufig in zirkulären Konfliktodynamiken abbilden lassen. Der Zugang zu der grundlegenden Konfliktodynamik eines Paares wird in diesem Konzept auf den Bereich der Sexualität übertragen. Ähnliche zirkuläre Konfliktodynamiken lassen sich bei Paaren in allen möglichen Konfliktfeldern auffinden, z.B. beim Thema Nähe und Distanz, Umgang mit Erziehungsfragen oder mit Finanzen.

Nach dem Kollusionskonzept besteht bei Paaren eine Tendenz, dass zentrale Konflikte im Laufe der Zeit zu polarisierten Konflikten werden, bei denen davon ausgegangen wird, dass eine Person „immer“ „nur“ eine Seite eines Konfliktes vertritt. Bei Paarkonflikten in der Sexualität könnte eine Polarisierung darin bestehen, dass die Paare denken, dass eine Person „immer“ nur Lust hat oder „immer“ mit dem Sex anfängt und die andere Person „nie“ Lust auf Sex hat oder „nie“ mit dem Sex anfängt. Ein ausgewogene und differenzierte Erlebnisweise, bei der jede Person manchmal Lust auf Sex hat und manchmal nicht, wird nicht mehr bei sich und bei dem Gegenüber wahrgenommen.

Wenn ein Konflikt nur noch auf diese Weise polarisiert wahrgenommen wird, dann entsteht sehr schnell eine sogenannte **zirkuläre Lust-Unlust-Konfliktspirale bei Paaren**:



Eine solche Konfliktspirale kann sich bei Paaren im Laufe der Jahre sehr verfestigen und als unveränderbare dauerhafte Belastung erlebt werden. Durch die Zirkularität dieser Dynamik verstärkt sich dieser Kreislauf sehr stark. Die verstärkende Dynamik kann in beide Richtungen als Kreislauf gedeutet werden:

„Je mehr eine Person bedrängend Lust äußert, umso mehr verschließt sich die andere Person.“

Aber gleichzeitig gilt:

„Je mehr eine Person abweisend ist, umso mehr zeigt die andere Person bedrängend die Lust.“

In der systemischen Sexualtherapie mit Paaren wird dieser zirkulärer Kreislauf mit den Paaren erarbeitet. Dieses zirkuläre Verständnis der Probleme von Paaren ermöglicht einen Ausstieg aus der einseitigen Schuldzuweisung von Problemen, die bei vielen Paaren vorhanden ist („Wenn Du mehr Lust hättest, wäre alles gut“ oder „Wenn Du nicht immer Lust hättest, wäre alles gut“).

Eine weitere wichtige systemische Sichtweise auf die Sexualität bei Paaren stellt das **Differenzierungsmodell nach D. Schnarch** (2007; 2013) dar, das den Zusammenhang zwischen Intimität und Individualität umfasst. Schnarch definiert sein Konzept der Differenzierung: „Differenzierung ist die Fähigkeit, sein Selbstbewusstsein aufrechtzuerhalten, während man anderen emotional und/oder

körperlich nahe ist, insbesondere dann, wenn die anderen zunehmend wichtiger für einen werden“ (Schnarch 2007, S.66).

Schnarch und Clement gehen davon aus, dass eine emotionale Verbundenheit bei hoher Individualität wichtig für Paare im Bereich der Sexualität ist, damit bei Paaren eine anregende und lebendige Sexualität in einer dauerhaften Beziehung bestehen bleiben kann. In der Sexualtherapie nach diesem Konzept würde man die Partner*innen ermutigen, individuelle Wünsche und Bedürfnisse wahrzunehmen und auszudrücken unabhängig davon, was man denkt, was der andere darüber denkt. Beide Sexualtherapeuten sprechen dann von einer selbstvalidierten Intimität, die unabhängig von der Bewertung des Gegenübers besteht und die dem anderen zumutet und zutraut, mit unterschiedlichen Bedürfnissen umzugehen.

Nach dem Differenzierungskonzept zeichnet sich eine reife und entwickelte Partnerschaft dadurch aus, dass Paare gelernt haben, Unterschiede auszusprechen und gut miteinander auszuhandeln, so dass sie nicht vermieden oder gefürchtet werden müssen, sondern als willkommener Anlass für eine Weiterentwicklung genutzt werden können.

Einstiegs- und Bilanzierungsübungen in der Sexualtherapie für Paare

Um einen ersten Einstieg mit Paaren zu ihrer Sexualität zu gewinnen, bietet sich die Übung „Beziehungs- und Sexualitätskurve an“:

Beziehungs- und Sexualitätskurve einer Partnerschaft

Jede Person bekommt ein Blatt (DIN A 3) und zeichnet auf das Blatt zwei Achsen im rechten Winkel zueinander. Auf der waagerechten Achse wird die Zeit eingetragen, vom Kennen lernen bis zur Gegenwart. Auf der senkrechten Achse wird die Zufriedenheit von 0 bis 100 markiert.

Nun zeichnet jede Person zunächst die eigene Zufriedenheit in der Partnerschaft im Verlauf der Zeit mit einer Farbe auf. Danach wird die sexuelle Zufriedenheit im Verlauf der Partnerschaft in einer anderen Farbe eingetragen.

Nun wird die wahrgenommene Zufriedenheit der anderen Person insgesamt mit der Partnerschaft und die sexuelle Zufriedenheit mit jeweils einer eigenen Farbe gezeichnet.



Auswertung:

Die einzelnen Blätter werden nacheinander besprochen. Danach erfolgt eine Gesamtauswertung.

Auswertungsfragen für die einzelnen Blätter:

Sind die beiden eigenen Beziehungs- und Sexualitätskurven abhängig voneinander?

Folgt eine Entwicklung einer Kurve der anderen (Wird die Beziehung besser/schlechter, wird der Sex besser/schlechter? Wird der Sex schlechter/besser wird die Beziehung schlechter/besser?)

Wie verhalten sich die eigenen Kurven zu den vermuteten Kurven der anderen Person?

Gesamtauswertungsfragen nach der Vorstellung der einzelnen Blätter:

Wer ist zufriedener/unzufriedener mit der Beziehung und der Sexualität? Was ergibt sich aus diesen Unterschieden?

Stimmen die vermuteten Kurven mit der Selbstwahrnehmung der anderen Person überein? Wenn es Unterschiede gibt, wie lassen sich die Unterschiede verstehen? Woran könnte jede Person erkennen, wie es der anderen Person in der Beziehung und in der Sexualität ergeht?

Ein weiterer vertiefter Zugang für Paare zu ihrer Sexualität bilden Methoden, bei denen die Paare ihre bisherige Sexualität bilanzieren und ihre Stärken und Entwicklungspotenziale herausfinden.

Zur Bilanzierung der sexuellen Erfahrungen dient folgende Übung:

Phantasie- und Kommunikationsübung zur Bilanzierung der sexuellen Erfahrungen

Die Paare werden zu einer kurzen Phantasiereise durch ihre bisherigen sexuellen Erfahrungen eingeladen, bei der sie sich ihre bisherigen Erfahrungen, Wünsche und Phantasien im Zeitverlauf ihrer Partnerschaft vorstellen sollen. Nach der kurzen Phantasiereise soll jede Partner*in auf einem Bogen folgende Fragen zunächst für sich beantworten und notieren:

1. Nachspüren, was ich nicht mehr will.
Nachspüren, was ich ablegen will, weil ich mich nicht gut damit fühle.
2. Nachspüren, was ist gut? Was fühlt sich gut für mich an?
Was will ich weiterleben?
3. Nachspüren, in welche Richtung könnte etwas Neues entstehen?
Was würde ich gerne mit meiner Partner*in neues ausprobieren?
4. Nachspüren, welche guten Erfahrungen wiederkommen können, was wir als Paar schon positiv erlebt haben?

Danach setzen sich beide Personen gegenüber und berichten zu jeder einzelnen Frage, was sie notiert haben. Der Dialog wird durch die Berater*in dadurch unterstützt, dass sichergestellt ist, dass alles klar ausgedrückt wurde und jede Person sich gut verstanden gefühlt hat.

Bei einer Übungsauswertung berichten die Paare, wie es ihnen mit der Übung ergangen ist und welche Verabredungen sich daraus ergeben können.

Bei einer weiteren Übung werden die Partner*innen darin unterstützt, ihre eigenen Potenziale herauszufinden, in dem das eigene erotische Profil erstellt wird. Die Übung kann eingeleitet werden, in dem jede Person einen Fragebogen ausfüllt, in dem das eigene erotische Potenzial abgefragt wird (Clement, 2007). Bei dem erotischen Profil geht es einerseits um Fragen, wie gut sich eine Person mit dem eigenen sexuellen Erleben auskennt und wie offen auf eine andere Person in der Sexualität eingegangen werden kann, bzw. wie offen über Sexualität gesprochen werden kann.

Die jeweiligen sexuellen Profile stärken das Selbstbewusstsein der jeweiligen Partner*innen. Die Übung kann zirkulär ausgewertet werden, in dem erst einmal jede Partner*in gefragt wird, was vermutet wird, was die andere Person

aufgeschrieben hat. Danach berichtet jede Person über die eigenen Einschätzungen. Dabei entsteht oftmals ein intensiver Austausch über die eigene Selbst- und die Fremdwahrnehmung.

Um Paare in ihrem selbstverantwortlichen und selbstgesteuerten Umgang mit ihrer Sexualität zu unterstützen, empfiehlt Clement (2021) das „Nein in der Sexualität“ als Ressource zu nutzen und nicht als eine sexualitätsvermeidende Strategie zu bewerten. Auf der Grundlage des neurophysiologischen DUAL-Controll-Modells nach Bancroft und Janssen werden mit den Paaren hemmende und erregende Stimuli entwickelt. Die Paare werden ermutigt, sich jeweils darüber auszutauschen, was sie erregt und was ihre Erregung hemmt, um dann mit dem Wechsel von Erregung und Hemmung zu experimentieren. Die Wirkung dieser sexualtherapeutischen Intervention besteht darin, dass die Paare eine Selbstwirksamkeit bezüglich ihrer sexuellen Erregbarkeit entwickeln können und sich nicht ihrer Erregung ausgesetzt fühlen („Vom (Nicht)-Können zum (Nicht)-Wollen“).

Körperübungen für Paare

In vielen Sexualtherapien für Paare bieten sich Körperübungen für Paare an, die die partnerschaftliche Sexualität anregen und inspirieren können. Dabei ist es wichtig, für jedes Paar Körperübungen anzubieten, die zu den jeweiligen Themen des Paares passen.

Angelika Eck (2016) hat einige Übungen beschrieben, die sich gut für Paare eignen, die sehr wenig Körperkontakt und Sex miteinander hatten. Diese Übungen zielen darauf ab, dass die Paare sich wieder annähern und neu behutsam miteinander umgehen lernen. Sie schlägt z.B. vor, dass die Paare sich 30 Minuten gegenüber auf der Seite liegend ohne zu sprechen in die Augen schauen. Eine weitere Übung besteht darin, dass die Paare sich umarmen, bis sie eine Entspannung bei sich oder der anderen Person erleben.

Nachfolgende Übung kann Paaren helfen, sich gegenseitig in ihren Bedürfnissen und Wünschen kennen zu lernen:

Körperliche Berührungen wiederentdecken – am Unterarm

Eine Person empfangend passiv, eine Person aktiv – ohne Worte

- Variante A sanft berühren wie ein Schmetterling
- Variante B kraftvolleres Berühren/ Streicheln/ Streichen
- Variante C kraftvolles Kneten des Armes

Fragen

Was glauben Sie, hat dem Anderen am besten gefallen? Wie haben Sie gemerkt, dass dies dem Anderen gefallen hat?

Rückmeldung des Empfangenen: Was war am schönsten für Sie?

Variante D Den Arm so berühren, wie Sie glauben, dass der Andere es gerne hätte.

Variante E Den Anderen so berühren, wie Sie gerne berührt werden möchten.

Fragen

Wie leicht ist Ihnen das eine oder andere gefallen?

Was hat dem Anderen besser gefallen – die Dienstleistung oder das Zeigen der eigenen Bedürfnisse?

Rückmeldung des Empfangenen und Austausch

Variante F Die empfangende Person versucht nonverbal mitzuteilen, was angenehm ist und bewegt sich mit

Diese bindungsfokussierten Übungen können die Bindungssicherheit zwischen den Paaren steigern.

Weitere Übungen können Paare eher anregen, die erotische Spannung miteinander zu steigern.

Paare können sich z.B. gemeinsam erotische Geschichten erzählen, in dem sie sich Rücken an Rücken setzen und abwechselnd eine Sequenz einer erotischen Geschichte erzählen, die die andere Person jeweils dann fortsetzt.

Clement (2004) hat eine sehr differenzierte Übung entwickelt, bei der Paare herausgefordert werden, ihr eigenes sexuelles Profil zu schärfen und sich wechselseitig mitzuteilen. Das ISS (Ideales sexuelles Szenario) wird so durchgeführt, dass Paare zunächst unabhängig voneinander für sich ein ideales sexuelles Szenario aufschreiben. Danach verhandeln die Paare miteinander, ob sie sich dieses Szenario offenlegen wollen. Wenn sie diese Vorstellungen voreinander öffnen, werden die Paare darin unterstützt, sich gut kennen zu lernen und bei

eventuellen unterschiedlichen Bedürfnissen nach Lösungen zu suchen, wie sie diese Bedürfnisse jeweils realisieren können.

Literatur:

Clement, Ulrich (2004): Systemische Sexualtherapie, Fachbuch Klett – Cotta, Stuttgart.

Clement, Ulrich (2007): Guter Sex trotz Liebe, Ullstein, Berlin.

Clement, Ulrich (2021): Dynamik des Begehrens: Systemische Sexualtherapie in der Praxis, Carl Auer Verlag, Heidelberg.

Eck, Angelika (Hrsg.) (2016): Der erotische Raum, Carl-Auer, Heidelberg

Schnarch, David (2013): Intimität und Verlangen, Klett-Cotta, Stuttgart

Schnarch, David (2016): Die Psychologie sexueller Leidenschaft, Klett-Cotta, Stuttgart

Willi, Jürg (1993): Therapie der Zweierbeziehung, Rowohlt, Reinbeck

4. Statistische Auswertung

4.1 Ehe-, Familien- und Lebensberatung

4.1.1 Darstellung der Konzeption

Das Angebot der Ehe-, Familien- und Lebensberatung richtet sich an Familien, Paare und Einzelpersonen mit Beziehungsschwierigkeiten und psychischen Problemen.

Das Hilfsangebot lässt sich in **5 Bereiche** aufgliedern:

1. **Ehe- und Partnerschaftsberatung**, z. B. bei:
 - ständigem Streiten, Gewalt, Trennungsabsichten

2. **Trennungs- und Scheidungsberatung**, z. B. bei:
 - der Begleitung einzelner Partner im Trennungsprozess

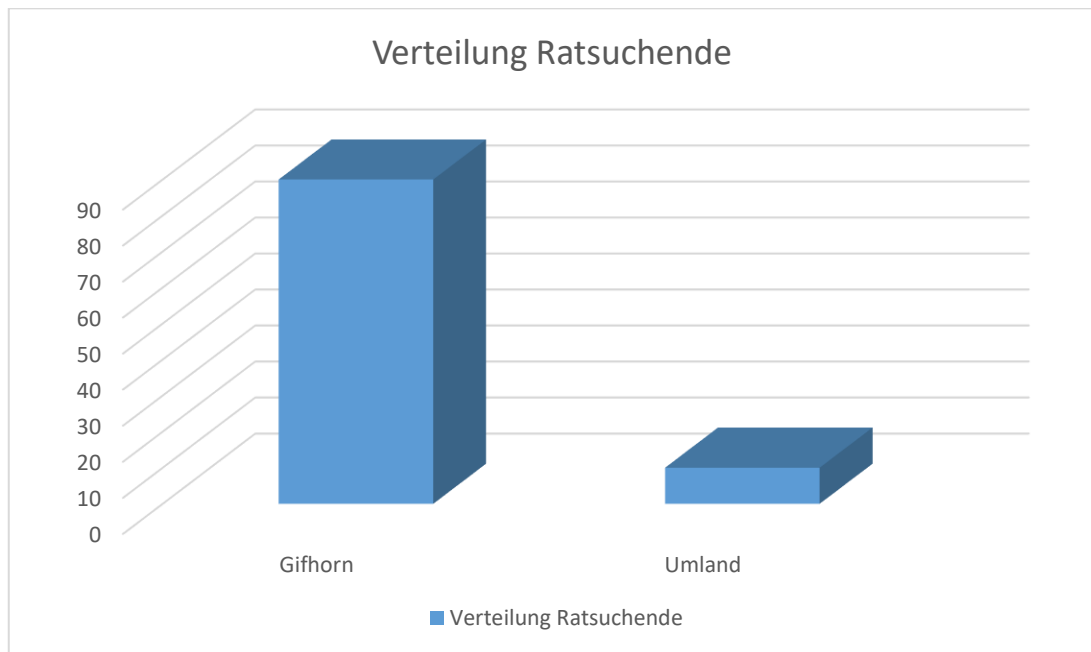
3. **Sexualberatung**, z. B. wenn:
 - Paare oder Einzelne sexuelle Schwierigkeiten erleben

4. **Krisenberatung** z. B. bei der Verarbeitung von:
 - Verlusterlebnissen, Trennungen

5. **Allgemeine Lebensberatung**, z. B. für Menschen mit
 - psychischen Problemen, Depressionen, Ängsten

4.1.2 Statistischer Teil

Wohnorte der Ratsuchenden

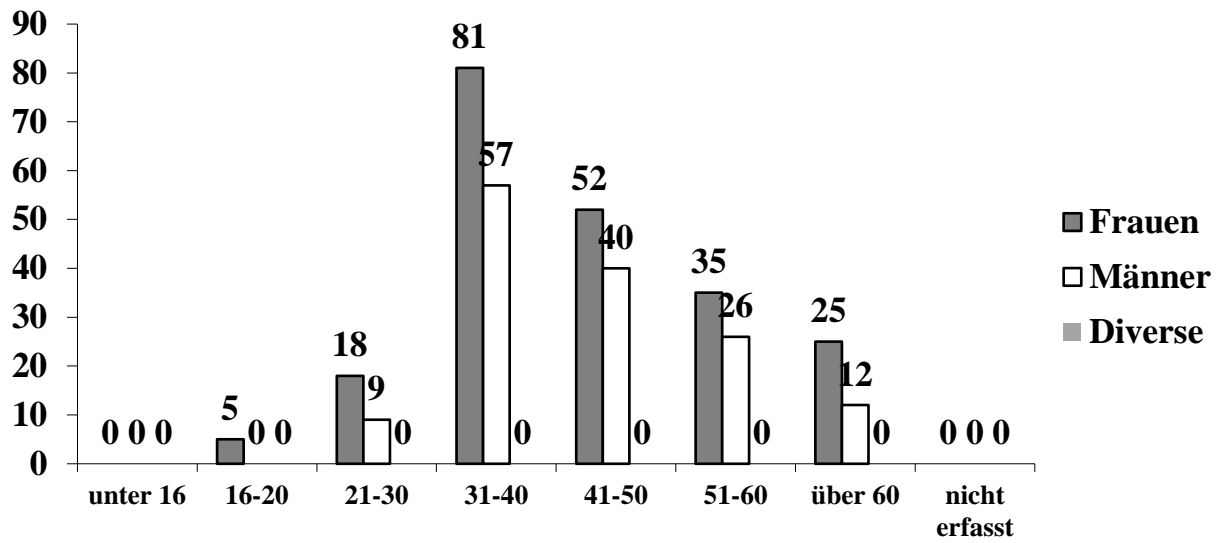


Anzahl der Ratsuchenden

| | aus 2022 | 2023 neu | Summe Personen |
|---------------------------------|----------|----------|-------------------|
| Frauen einzeln | 9 | 102 | 111 |
| Männer einzeln | 3 | 35 | 38 |
| Diverse Personen | 0 | 0 | 0 |
| Paare | 14 | 81 | (95) 190 |
| Familien/Systeme | | 5 Fam. | (5) 21 |
| Personen in Beratung | | | 360 |
| Warteliste | | | 16 |
| Gesamtanzahl | | | 376 |

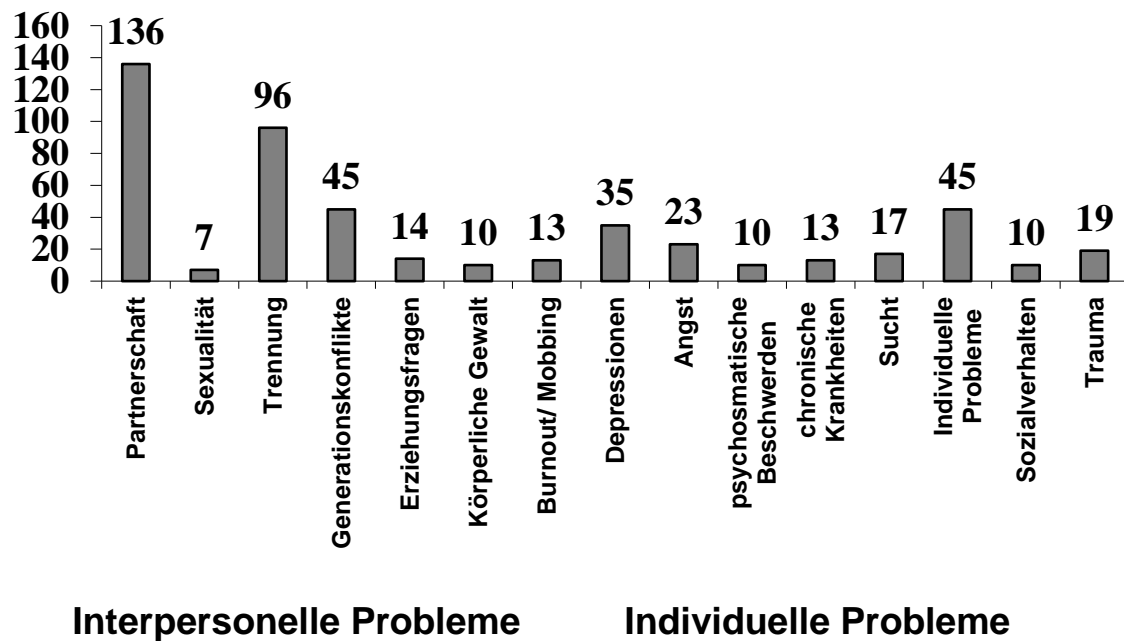
Alter der Ratsuchenden

Anzahl



Problematik/Beratungsanlässe

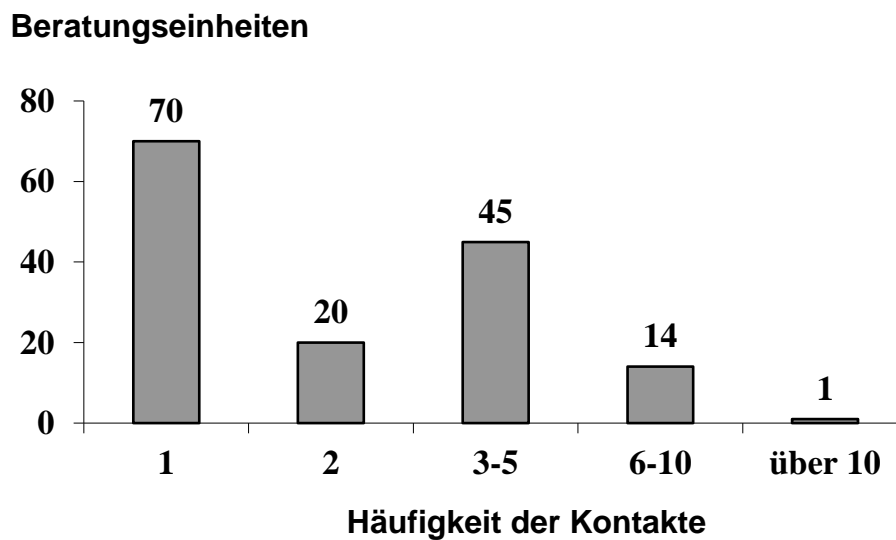
Anzahl der Fälle



Inanspruchnahme

| | Kontakte mit Personen |
|----------------------------|-----------------------|
| Beratung persönlich | 413 |
| Paarberatungen | (303) 606 |
| Familien-/Systemberatungen | (7) 21 |
| Summe | 1.040 |

Häufigkeit der Kontakte



150 im Jahre 2023 abgeschlossene Fälle sind in dieser Statistik ausgewertet.

4.2 Beratung gegen sexuelle Gewalt

4.2.1 Darstellung der Konzeption

Das Angebot Beratung gegen sexuelle Gewalt wendet sich an einzelne Frauen und Männer oder Paare, die sich entweder als Betroffene, Angehörige oder Informationssuchende an uns wenden. Durch folgende Arbeitsweisen und Schwerpunkte wird das Beratungsangebot bisher ausgefüllt:

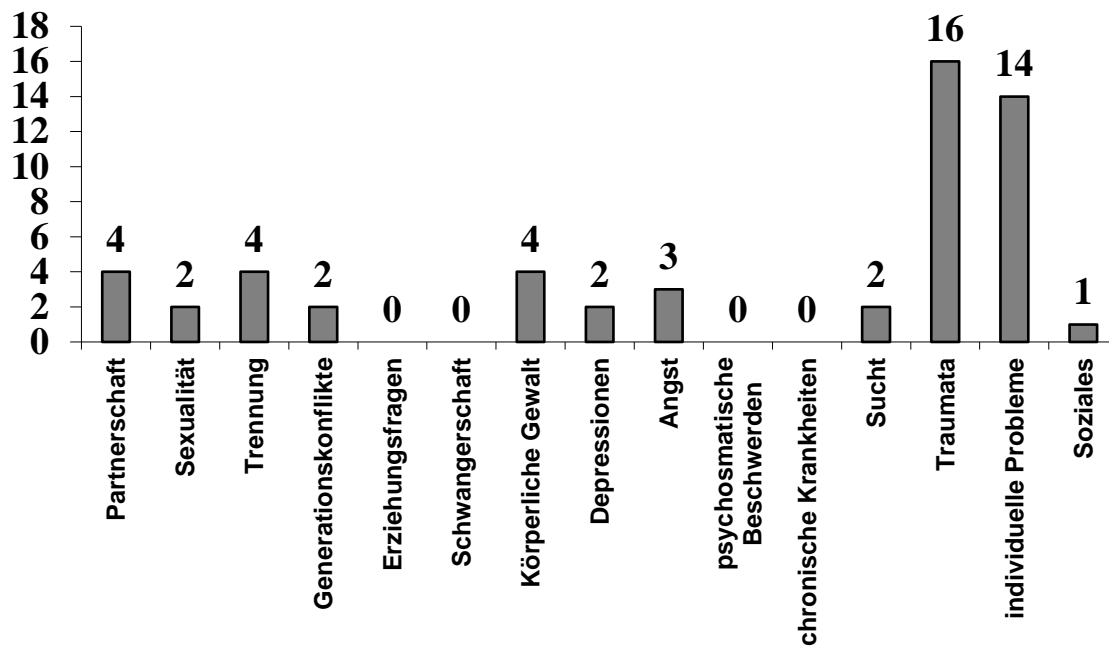
- Kurz- oder langfristige **Einzel- oder Paarberatung** mit dem Ziel der Verarbeitung der Missbrauchserlebnisse oder anderer Partner- oder Lebensprobleme, die sich aus dem Erlebten ergeben
- Fachlichen Austausch mit professionellen Helfern, zur Unterstützung und Anregung in der eigenen Arbeit mit Betroffenen
- **Präventionsangebote**
- **Vermittlung** in ambulante oder stationäre Behandlungsmöglichkeiten
- Kontinuierliche **Öffentlichkeitsarbeit** in Form von Pressegesprächen, Ankündigungen unseres Angebotes in verschiedenen Medien, Verteilung von Informationsmaterial, Organisation von Informationsveranstaltungen, usw.
- Soziale **Netzwerkarbeit** im Landkreis (z.B. Kontakte und enge Kooperation mit Beratungsstellen, Ämtern, Psychotherapeuten, u.a.)

4.2.2 Statistischer Teil

Beratungsanlass und Geschlecht

| | Frauen | Männer | Diverse Personen | Paare/ Familien | Summe |
|----------------------|---------------|---------------|-------------------------|----------------------------|--------------|
| Eigene Betroffenheit | 32 | 2 | 0 | 3 | 37 |
| Angehörige | 0 | 0 | 0 | 1 | 1 |
| Prävention | 52 | 48 | 0 | 0 | 100 |
| | 84 | 50 | 0 | 4 | 138 |

Problematik/ Beratungsanlässe (zusätzlich zur Verarbeitung der Missbrauchserlebnisse)



Inanspruchnahme

| | Kontakte mit Personen |
|----------------------------------|-----------------------|
| Beratung persönlich | 48 |
| Paar-Familienberatungen | (5) 10 |
| Gruppenteilnahme (18 Frauen) | 146 |
| Prävention | 100 |
| Summe | 304 |

4.3 Krebsberatung

4.3.1 Darstellung der Konzeption

Die Beeinträchtigungen können seelisch, körperlich, finanziell oder beruflich sein.

Wir bieten deshalb:

- **Einzelberatung**

Entlastende Gespräche bei der Krankheitsbewältigung z.B. bei Angst vor Neuerkrankung, Isolation, Schmerzen oder Tod.

- **Paar-, Angehörigen- u. Familienberatung**

Wenn durch die Erkrankung Probleme in der Partnerschaft und Familie auftreten.

- **Sozialberatung**

Beratung über finanzielle Hilfen z.B. bei Schwerbehinderung, Kuren, Versorgungsartikel, Prothesen.

- **Information**

Kostenloses Informationsmaterial, Patientenbücherei, Organisation von Fachvorträgen.

- **Gruppenarbeit**

Regelmäßige Begleitung von 2 Frauengesprächsgruppen zum gegenseitigen Austausch, Selbsthilfe, Ausflüge.

4.3.2 Statistischer Teil

Beratungsanlass und Geschlecht

| | Frauen | Männer | Diverse Personen | Summe |
|----------------------------------|---------------|---------------|-------------------------|--------------|
| Eigene Betroffenheit durch Krebs | 52 | 14 | 0 | 66 |
| Angehörige | 19 | 7 | 0 | 26 |
| | 71 | 21 | 0 | 92 |

Lokalisierung der Erkrankung (Mehrfachnennungen möglich)

| | Summe |
|-------------------|-------|
| Brust | 32 |
| weibl. Genitale | 2 |
| männl. Genitale | 2 |
| Verdauungstrakt | 6 |
| Blut, Lymphsystem | 5 |
| Lunge | 6 |
| andere | 6 |

Inanspruchnahme

| | Kontakte mit Personen |
|---------------------------------|--------------------------|
| Beratung persönlich | 203 |
| Beratung telefonisch | 17 |
| Paar-, Familienberatungen | (18) 36 |
| Gruppenteilnahme (19 Frauen) | 233 |
| Summe | 489 |

4.4 Schwangerschaftsberatung/Beratung nach der Geburt

4.4.1 Darstellung der Konzeption

Ausführliche Darstellung: Angebotstafel der Schwangerschaftsberatung in diesem Jahresbericht im Anhang.

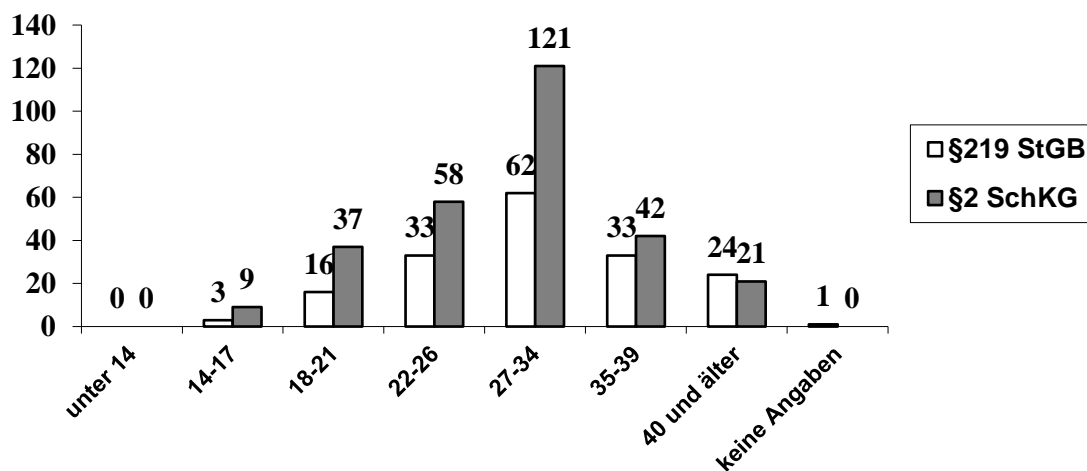
4.4.2 Statistischer Teil

Personenzahlen

| | |
|---|--------------|
| Schwangere (Konfliktberatung) | 172 |
| Angehörige dazu | 65 |
| Personen, die §2- Beratung nachfragten | 288 |
| Angehörige dazu | 115 |
| Personen mit Fragen zu Schwangerschaft, Geburt, Sexualität usw. | 763 |
| Insgesamt | 1.403 |

Alter der Ratsuchenden

Anzahl



Inanspruchnahme des Beratungsangebots

| | § 219 | § 2 | Prävention | Summe der Personen |
|---------------------------------------|-------|-----|---------------------|--------------------|
| persönliche Beratungen/ Schwangere | 172 | 288 | - | 460 |
| Angehörige | 65 | 115 | - | 180 |
| Gruppenangebote | - | - | 763 (84 Gruppen) | 763 |
| | | | | 1.403 |

Anträge auf finanzielle Hilfen

129 ratsuchende Schwangere

123 stellten Antrag

114 Anträge bisher genehmigt

7 Anträge abgelehnt

2 Anträge noch offen

Bewilligte finanzielle Hilfen insgesamt: **EURO 77.280,00 €**

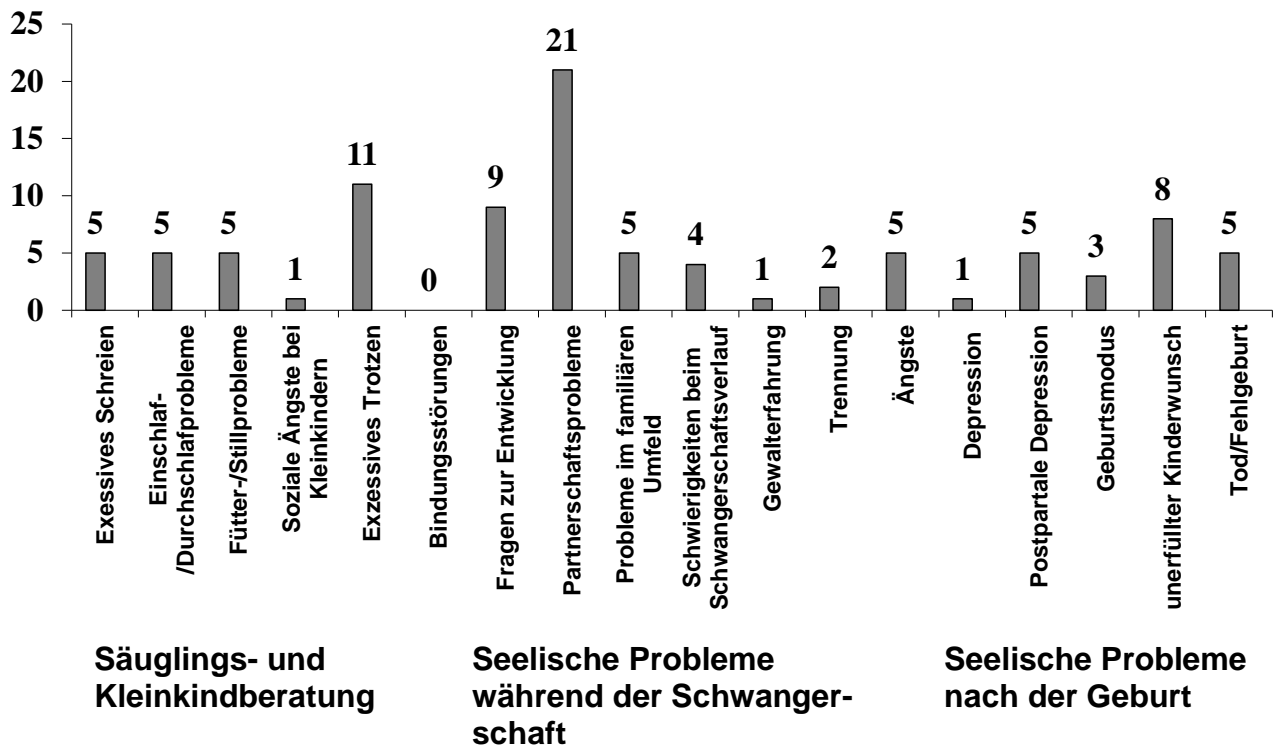
Ø **EURO 6770,89** pro Bewilligung

4.5 Säuglings- und Kleinkindberatung

Beratungsfälle

| Art der Fälle | Anzahl der Fälle |
|-------------------------------------|------------------|
| Säugling- und Kleinkindberatung | 52 |
| Schwierige Schwangerschaftsverläufe | 7 |
| Gesamtanzahl | 59 |

Beratungsanlässe für Säuglings- und Kleinkindberatung mit Psychologischer Schwangerschaftsberatung (Einzelberatung)



5. Pressespiegel

Die Sassenburg, Ausgabe 3/2023



Die Sassenburg

Ausgabe 3/2023

Aus den Kindertagesstätten

Zurück zur vorigeren Seite

Zurück zur ersten Seite der aktuellen Ausgabe

Vorheriger Artikel: AWO - Kindertagesstätte Westerbeck

Nächster Artikel: AWO-Kindertagesstätte Triangel

Ich bin doch keine ZUCKERMAUS!

Ein Projekt zur Gewaltprävention startet wieder in der AWO Kita Grußendorf

Was sind eigentlich gute und schlechte Geheimnisse? Wer darf mir ein Küsschen geben oder mich in den Arm nehmen? Und muss ich eigentlich meinen Onkel drücken, wenn ich das nicht möchte?

Mit all diesen Fragen setzen sich die Kinder der AWO Kita Grußendorf auseinander. Begleitet wird das Ganze liebevoll von Nina Nowitzki,

Sozialpädagogin B.A. und systemische Familienberaterin der AWO - Beratungsstelle Gifhorn, in Zusammenarbeit mit dem pädagogischen Fachpersonal der Kita.

In diesem Projekt erfahren die Kinder im Alter von 5 bis 6 Jahren eine Menge über eigene Grenzen, Gefühle und wie sie diesen Ausdruck verleihen.

Ein nachhaltiges Thema für die Kleinen und auch Großen.

Verfasst von *Michela Hauke*, 28.02.2023

Cliclac Familienmagazin, Ausgabe März 2023



Gefühle zeigen erlaubt

VON MARIA LAMPE

Sorgen, Ängste, Emotionen – Kinder sind keine kleinen Erwachsenen und erleben globale Krisensituationen ganz anders als Große. Wir haben mit Carsten Bromann, Gesamtleiter der AWO-Familienberatungsstellen in der Region Braunschweig, über die Auswirkungen aktueller Probleme auf den Alltag gesprochen. Der Therapeut und Vater von drei Söhnen erklärt, wie wichtig es für die Eltern-Kind-Beziehung ist, auch mal negative Gefühle zuzulassen.

Herr Bromann, in den Nachrichten wird viel über Preissteigerungen, höhere Energiekosten, den Ukraine-Krieg und die Corona-Pandemie gesprochen. Wie bewegen diese Themen Familien in Braunschweig und in der Region? Welche Rollen nehmen diese Krisen im Alltag ein?

Ich beobachte zwei Tendenzen im Umgang mit diesen dauerhaften, endlosen Krisenthemen. Einige Familien sind sehr besorgt und vorsichtig. Sie thematisieren die schwierigen Zeiten sehr oft und intensiv im Alltag. Andere Familien hingegen vermeiden stark die Auseinandersetzung mit politischen Themen, so dass diese kaum eine Rolle spielen. Beide Vorgehensweisen sind extreme Umgangsformen und eher problematisch. Offene Gespräche über wirtschaftliche und politische Themen sowie „problemfreie“ Familienzeit sollten gut ausgewogen nebeneinander gelebt werden. Das ist der beste Umgang mit Krisen, damit sie weder zum allesbestimmenden Thema, aber auch nicht zum Tabu werden.

Preise für Lebensmittel und andere Produkte sind derzeit deutlich gestiegen. Die Inflationsrate ist auf einem so hohen Niveau, wie seit vielen Jahren nicht mehr. Was bedeutet das für Familien?

Für viele Familien bedeuten die deutlichen Preissteigerungen Unsicherheiten und Zukunftssorgen. Geringere finanzielle Ressourcen schränken viele Eltern ein. Wenn man es positiv gestaltet, könnte aus der Not aber auch eine Tugend werden, wenn Mütter und Väter sich auf wichtige Werte verständigen und unter Einbezug von Kindern Prioritäten im Umgang mit den finanziellen Mitteln entwickeln.



Was zeigen Ihre Erfahrungen: Welche Auswirkungen hat die Corona-Pandemie bis heute auf die Entwicklung oder schulische Leistung der Kinder?

In unserer Erziehungsberatungsstelle in Seesen hatten wir im letzten Jahr doppelt so viele Beratungen von Jugendlichen wie in den Jahren vor Corona. Viele Teenager sind sozial sehr isoliert und haben Ängste oder depressive Verstimmungen entwickelt, die im Zusammenhang mit der zunehmenden sozialen Isolation in der Coronazeit stehen. In der Erziehungsberatungsstelle haben wir seit einem halben Jahr extrem viele Anfragen nach der Leistungsdiagnostik. Lehrer, Lehrerinnen und Eltern können das Vermögen ihrer Kinder nur noch ganz schwer einschätzen und Fragen, ob Schwächen vorliegen, oder ob die schwierigen schulischen Bedingungen während der Pandemie zu einer geringeren schulischen Leistung beitragen, nicht mehr selbst beantworten. Außerdem können wir vermehrt einen Anstieg von Schulängstlichkeit und schulvermeidendem Verhalten bei Kindern und Jugendlichen feststellen.

Wie erleben Familien den Ukraine-Konflikt? Wie berührt der Krieg den Alltag als Mutter, Vater oder Erziehungsberechtigter?

Der Krieg in der Ukraine wird von vielen Menschen in Deutschland als Bedrohung erlebt. Die Kinder spüren die Unsicherheit der Eltern und entwickeln manchmal eigene Ängste, so dass es gut ist, wenn diese Gefühle offen gelebt und besprochen werden. Es ist allerdings ebenso wichtig, Kindern Hoffnung und Zuversicht zu vermitteln, zum Beispiel indem man Menschen in der Ukraine hilft und die Kinder dabei einbezieht.



Welche Konsequenzen kann eine dauerhafte globale Krisensituation für eine Familie haben?

Eine langanhaltende Krise kann bei Menschen Dauerstress auslösen. Ein solch andauernder Zustand fordert Familien heraus, entspannende Situationen und stressreduzierende Aktivitäten und Verhaltensweisen zu entwickeln, da die negativen Emotionen sich sonst leicht zu einem Hoffnungs- und Wirkungslosigkeitsgefühl und in der Folge zu einer Depression entwickeln können. Familien sollten mit ihren Kindern und Jugendlichen diese starke Anspannung thematisieren und nach entspannter Familienzeit suchen und diese auch so benennen.



Carsten Bromann leitet die AWO-Familienberatungsstellen in der Region Braunschweig und ist selbst Vater von drei Söhnen.

TITELTHEMA

Wie kann ich meinem Kind in einer Krise helfen? Wie spreche ich mit ihm über die Krisen in der Welt?

Im sogenannten Emotionscoaching können Eltern ihre Kinder darin unterstützen, ihre Gefühle, die auftauchen, wahrzunehmen, ernst zu nehmen und ihnen helfen, diese auszudrücken, etwa indem sie darüber sprechen, oder indem sie ein Bild dazu malen. Kinder brauchen allerdings auch Perspektiven für einen guten Umgang mit ihren Gefühlen. Dabei ist es ratsam, gemeinsam herauszufinden, was ihnen hilft, negative Gefühle zu verbessern. Ein Beispiel: Ein Kind hat Angst in seinem Bett die Nacht zu verbringen. Damit es sich wieder sicher und geborgen fühlt, können Eltern mit ihrem Nachwuchs aus dem Schlafplatz etwa eine Burg bauen, die alles Böse abwehrt. Weiterhin ist es für Kinder wichtig, dass aktiv etwas gegen die bedrohenden Krisen unternommen wird. Kinder könnten etwa Vorschläge machen, wie der Haushalt nachhaltiger geführt werden kann, um gegen die Klimakrise etwas zu tun.

Wie können Eltern sich selbst helfen?

Viele Eltern finden es wohltuend von anderen Eltern zu hören, dass sie die gleichen Probleme und Schwierigkeiten haben, wie sie selbst. Es ist also wichtig, sich offen mit anderen über den Umgang mit Krisen austauschen. Gespräche mit den eigenen Eltern können gerade zu Fragen der Kriegsgefahr oder wirtschaftlicher Probleme hilfreich sein, da die ältere Generation diese Krisen in ihrem Leben bereits durchlebt hat.

Gibt es Warnzeichen, die mir signalisieren, dass ich mir externe Hilfe suchen sollte?

Wenn sich das Verhalten von Kindern deutlich verändert, dann kann das ein eindeutiger Hinweis darauf sein, dass sie innerlich ungelöste Konflikte entwickeln, bei denen sie Unterstützung brauchen. Diese Verhaltensänderungen können sehr plötzlich, manchmal aber auch schleichend auftreten und sich zum Beispiel in verstärkten Ängsten, Wutanfällen, Isolation oder sozialem Rückzug ausdrücken. Wenn die Eltern einen solchen Wandel bei ihrem Kind wahrnehmen, dann ist der schnellste Weg der Klärung, wie diese Änderungen einzuschätzen sind, sicherlich wenn sie Hilfe einer Erziehungsberatungsstelle in Anspruch nehmen – und diese ist in jeder Kommune übrigens kostenfrei zu nutzen.



Kinder brauchen Perspektiven für einen guten Umgang mit ihren Emotionen. Dabei ist es ratsam, gemeinsam herauszufinden, was ihnen hilft, um negative Gefühle zu verbessern.

Wie viele Emotionen oder Ängste dürfen Eltern vor ihren Kindern zulassen? Darf ich vor meinem Kind weinen?

Wenn man Kinder fragt, wie es ihren Eltern geht, dann wissen sie dies in der Regel sehr genau zu benennen. Die Kleinen spüren ganz genau, in welcher emotionalen Verfassung ihre Mutter oder ihr Vater sind. Es ist also ratsam, die eigenen Gefühle zu zeigen, so dass sich Kinder in ihrer Wahrnehmung auch bestätigt fühlen. Außerdem ist der offene Umgang der Eltern mit den eigenen Gefühlen ein gutes Vorbild für den Nachwuchs, ebenfalls offen mit ihren Gefühlen umzugehen. Aber: Die eigenen Emotionen sollten dosiert ausgelebt werden. Hemmungslose Wut oder verzweifelte Schluchzen ohne Ende sind für die jüngsten Menschen beängstigend. Weinende und ärgerliche Eltern können hingegen die emotionale Beziehung zum Kind stärken und sind ihm ein authentisches Gegenüber.



Awo: So läuft es in den Krisenzeiten für Gifhorner und Gifhornerinnen

77.405 Euro konnte die Beratungsstelle für Erstausstattungsbeihilfen bei Geburten vermitteln – Infoabende für (werdende) Eltern

Gifhorn. „Die wichtigste Zahl im Jahresbericht ist 77.405, denn so viel Geld konnte die Awo-Beratungsstelle für Erstausstattungsbeihilfen für Geburten an mehr als 100 Gifhorner Familien vermitteln“, hebt Beratungsstellenleiter Carsten Bromann einen wichtigen Aspekt des Jahresberichtes 2022 hervor.

„Gerade in Zeiten schwieriger wirtschaftlicher Situationen ist es insbesondere für Familien mit geringem Einkommen besonders wichtig, für die Geburt und die erste Zeit mit dem Baby

Geld zur Verfügung zu haben.“ Um den Eltern weitergehende Informationen zu finanziellen und sozialen Unterstützungsleistungen rund um Schwangerschaft und Geburt vorzustellen, wird die Beratungsstelle zukünftig Infoabende für (werdende) Eltern anbieten.

Der erste Abend findet am 13. Juni von 17 bis 19 Uhr in der Oldastraße 32 statt. Um Anmeldung in der Beratungsstelle unter Tel. (0 53 71) 72 47 41 wird gebeten. Das integrierte Familienbera-

tungszentrum in der Oldastraße hat 2022 vermehrt festgestellt, dass viele Ratsuchenden mit den Folgen der permanenten Krisensituationen der letzten Jahre bedingt durch die Coronapandemie, dem Krieg in der Ukraine, der Fluchtsituation und der Inflation psychische Probleme entwickelten.

„Wenn Menschen Dauerstress erleben, der nicht zu enden scheint, können daraus Erschöpfungszustände, Angst und Depressionen entstehen“, so erklärt der Psychologe Carsten Bromann den Zusammenhang zwischen den gesellschaftlichen Krisen und der Zunahme von krisenbedingten psychischen Problemen.

In der Paarberatung konnte die Beratungsstelle feststellen, dass bei Paaren oftmals als Folge der Krisen vermehrt Streitigkeiten auftauchten. Bei einigen Paaren tauchten existenzielle Fragen aufgrund der Inflation auf. Andere Elternpaare mussten in der Coronasituation verstärkt Homeoffice, Schul- und Kindertagesstättenschließzeiten und Hausaufgabenbetreuung miteinander koordinieren. Dies forderte Elternpaare heraus, die zunehmende Anzahl von Anforderungen gut abzustimmen.

In der Krebsberatung wurde festgestellt, dass die Intensität der Beratungsprozesse deutlich zugenommen habe, was darauf zurückgeführt wird, dass in den Pandemiezeiten die Beraterinnen oftmals fast die einzigen Personen waren, die Krebserkrankte noch persönlich getroffen haben. Die Säuglings- und Kleinkindberatung für Eltern von null- bis dreijährigen Kindern stellte vermehrt fest, dass Kinder zunehmend Trennungsängste und Eingewöhnungsprobleme in Krippen zeigten.



Das Awo-Beratungszentrum Gifhorn: Das Team hat jetzt den Jahresbericht 2022 vorgestellt.

FOTO: AWO-BERATUNGSZENTRUM GIFHORN

Frauenhaus Gifhorn: Hilferufe aus ganz Deutschland

Gifhorne Netzwerkarbeit hilft vielen Betroffenen

Von Andrea Posselt

Gifhorn. Über diese Übereinstimmung mit dem Bundestrend dürfte niemand in Gifhorn erfreut sein: die Fälle häuslicher Gewalt nehmen zu – „deutlich“, betont Ulla Evers, Leiterin des Frauenhauses. Mehrere Anfragen zur Unterbringung verzeichne sie pro Tag, oft genug muss sie jedoch passen, weil alle Plätze belegt seien. Hilferufe aus der gesamten Republik treffen in Gifhorn ein. Was auch damit zu tun hat, dass so manches Opfer häuslicher Gewalt große räumliche Distanz benötigt, um sicher zu sein.

Mal sind es die Frauen selbst, die sich hilfesuchend ans Frauenhaus wenden, mal sind es Beratungsstellen, die nach einem Platz anfragen, so Evers. Und dann gibt es die absoluten Notfälle, die mitunter auch nachts eintreffen. Etwa wenn die Polizei gerufen wurde, weil eine Frau in Not war. Immer häufiger

suchten Frauen mit Kindern den Schutz im Frauenhaus. Gewalt hat jede auf unterschiedliche Art erlitten. „Es gibt keine reine Form, mal ist es körperliche, mal seelische, mal wirtschaftliche, mal sexualisierte Gewalt“, berichtet Evers.

Am häufigsten begeben sich Frauen um die 20 Jahre sowie zwischen 30 und 45 Jahre in die Einrichtung. Die Verweildauer sei unterschiedlich. Das Zeitmaß von Evers lautet so: „Sie sollte sinnvoll sein.“ Will heißen: In dieser Zeit gehe es darum, die nächsten Schritte anzugehen. Aktuell sei aber die Wohnungssuche ein zeitlicher Hemmnisfaktor, weiß Evers. Ihr persönliches Ziel: „Die Frauen soll gestärkter als zuvor das Frauenhaus verlassen.“

„Die Zahlen bei häuslicher Gewalt gehen hoch“

Gifhorn sei da mit seinem Netzwerk Häusliche Gewalt gut aufgestellt, unter anderem mit der Kooperation



Gewalt in der Partnerschaft: Das Gifhorne Frauenhaus hat oft nicht genug Kapazität, um Frauen Schutz zu bieten. FOTO: STEFFEN SCHELLHORN (ARCHIV)

mit der Opferhilfe Niedersachsen, die die psychosoziale Begleitung im Fall eines Gerichtsprozesses leistet. Sozialarbeiterin Beate Hofmayer macht Betroffene mit dem Gerichts-

saal vertraut, sondiert aber auch die Motivation der Hilfesuchenden, Anzeige zu erstatten. Die Corona-Pandemie hat Spuren hinterlassen. „Die Zahlen bei häuslicher Gewalt

gehen hoch“, sagt sie. Dass das Gifhorne Klimikum beim Projekt Pro Beweis mitmacht, findet sie gut. „Dort werden Verletzungen gesichert, die rechtssicher sind.“ Drei Jahre werden diese dokumentierten Verletzungen verwahrt. Es bleibt also genügend Zeit, sich für oder gegen eine Anzeige zu entscheiden. „Sich selbst mit dem Handy zu fotografieren bringt nix“, rät sie.

Aus dem Ruder gelaufener Partnerschaftssoff muss nicht immer ein Fall fürs Gericht werden. Einige Gifhorneinnen und Gifhorne suchen daher rechtzeitig bei dem Angebot der Paarberatung der Awo Unterstützung. „Durch Corona haben Konflikte bei Paaren zugenommen, entsprechend auch psychische und körperliche Gewalt.“ Geschätzt seien in 80 Prozent der Fälle Männer die Täter, was aber auch bedeutet, dass in 20 Prozent Frauen die Täter sind“, sagt Carsten Bromann, Leiter des Beratungszentrums.

Gewollt kinderlos: Diese Fragen hören Beratungsstellen oft

Die Entscheidung für ein Leben ohne Kind ist immer wieder Thema in den Awo-Familienberatungsstellen zwischen Harz und Heide

Von **Elisa Sowjela-Storfregen**

Braunschweig. Paarberatung, Lebensberatung, Schwangerenkonfliktberatung: In diesen Bereichen trifft Carsten Bromann auf Menschen, die über ihre Entscheidung für ein Leben ohne eigenes Kind reden wollen. Der Diplom-Psychologe ist Leiter der Erziehungs- und Familienberatungsstellen der Arbeiterwohlfahrt (Awo) im Bezirk Braunschweig. Folgende Fragen hören er und sein Team besonders häufig:

Was machen wir als Paar, wenn einer von uns einen Kinderwunsch hat, der andere nicht?

Diese Konfliktsituation ist in Paarberatungen immer häufiger Thema, sagt Bromann, vor allem in Patchwork-Familien. Eine klassische Situation: Eine Frau um die 40, die aus einer früheren Beziehung schon Kinder hat, möchte nicht noch einmal Mutter werden; ihr Partner wünscht sich aber ein gemeinsames Kind. Muss einer dem anderen zuliebe nachgeben, um zusammenzubleiben? Wenn ja, wer? Der Psychologe rät in dieser Lage, mehrere Möglichkeiten im Kopf durchzuspielen: Was wäre jeweils ein wichtiger Ausgleich, den der Partner schaffen könnte, wenn man selbst seinen Wunsch zurückstellen würde? Ein Beispiel für

so einen Ausgleich: Das Paar bleibt auch mit Baby in der Stadt wohnen, statt wie ursprünglich geplant aufs Land zu ziehen. „Nicht selten kommt es letztlich auch zur Trennung, weil sich keiner von beiden vorstellen kann, auf den eigenen Wunsch zu verzichten.“

Wie soll für uns als Paar, das keine Kinder haben will, unsere Zukunft aussehen?

Auch dieses Thema kommt Carsten Bromann zufolge in Paarberatungen immer mal vor. „Hier wird die Entscheidung gegen eigene Kinder von keinem der Partner infrage gestellt“,

sagt er. Es ginge darum, das gemeinsame Dritte zu finden, etwas, das die beiden auch ohne ein Kind auf Dauer verbinde. Das kann zum Beispiel eine Leidenschaft wie das Reisen sein.

Ich bin schwanger, obwohl ich nie Mutter werden wollte – sollte ich mich jetzt umentscheiden?

Dieses Dilemma kommt laut Bromann relativ häufig in der Schwangerschaftskonfliktberatung zur Sprache. Hier finden die gesetzlich

verpflichtenden Gespräche statt, wenn eine Frau ihr Kind abtreiben möchte. Manche Frauen gingen in diese Beratung mit einer klaren Haltung und würden diese auch deutlich verteidigen. „Bei einigen aber tauchen durch die unerwartete Schwangerschaft Ambivalenzen auf.“ Der Psychologe erklärt die besondere Schwierigkeit in dieser Situation: „Die Frau muss in kurzer Zeit ihr gesamtes Lebenskonzept überdenken.“ Schließlich ist eine Abtreibung nur bis zum Ende der zwölften Schwangerschaftswoche möglich.



Carsten Bromann.

Foto: Privat



AWO-aktuell Dezember 2023

AWO-Beratungszentrum Gifhorn machte mit der Aktion „besetzter Platz“ auf Gewalt gegen Frauen aufmerksam



Gifhorn. Es war eine Premiere im AWO-Beratungszentrum in Gifhorn: Erstmals beteiligte sich die Einrichtung im Rahmen der internationalen „Orange-Days“ an der Aktion „besetzter Platz“, die darauf aufmerksam machen will, dass viele Frauen täglich Gewalt erleben. Das AWO-Beratungszentrum war eine von 20 Institutionen des „NETZwerkes GEGEN häusliche und sexuelle Gewalt“ in Gifhorn, die sich mit verschiedenen Aktionen und Veranstaltungen an der Aktion beteiligten.

Im AWO-Beratungszentrum wurde vom 25. November (dem internationalen Tag gegen Gewalt an Frauen) bis zum 10. Dezember (dem Tag der Menschenrechte) ein roter Stuhl aufgestellt. Der „besetzte Platz“ erinnert an all die getöteten Frauen, die eine Leere in den Herzen ihren Familien, in der Gesellschaft und der Arbeitswelt hinterlassen. Denn – so die erschütternden Fakten – jeden Tag versucht in Deutschland ein Mann seine Partnerin oder Ex-Partnerin zu töten, jeden dritten Tag stirbt eine Frau durch Partnergewalt. Laut einer aktuellen Umfrage findet jeder dritte junge Mann Gewalt gegen Frauen „akzeptabel“. Dieses frauenfeindliche Besitzdenken spiegelt sich in der Statistik zu häuslicher Gewalt wider: Jede dritte Frau erlebt Gewalt, stündlich werden mehr als 14 Frauen Opfer von Partnerschaftsgewalt. Mädchen und Frauen mit Behinderung erleben zwei- bis dreimal häufiger Gewalt als der Durchschnitt, körperliche Gewalt erleben sie sogar fast doppelt so häufig. Mit Gewalt zementieren Täter ihre Macht und demonstrieren Kontrolle.

„Wir finden es wichtig, auf diese unerträglichen Umstände öffentlich aufmerksam zu machen“, so beschreibt Renate Duschaneck, AWO-Mitarbeiterin, die für den Bereich Beratung gegen sexualisierte Gewalt zuständig ist, das Engagement der Beratungsstelle. Aus ihrer täglichen Arbeit kennt sie viele Fälle, in denen Frauen von körperlicher, sexualisierter, aber auch von emotionaler und psychischer Gewalt berichten. Die Premiere der Aktion habe die ein oder andere Beratung suchende Person im Beratungszentrum zum Nachdenken gebracht und Betroffenheit erzeugt. Für die Zukunft könne man sich vorstellen, während der Aktionstage „besetzter Platz“ öffentliche Aufklärungsgespräche anzubieten oder auch begleitende Veranstaltungen. In jedem Fall will sich das Beratungszentrum auch im kommenden Jahr wieder beteiligen.

Stichwort „Orange-Days“: Jedes Jahr vereinen sich Frauen und Unterstützer*innen weltweit, um ihre Stimmen gegen Unterdrückung und Gewalt an Frauen zu erheben. Mit den Aktionstagen soll darauf aufmerksam gemacht werden, dass jede Frau das Recht hat, frei von Angst und Gewalt zu leben. Die Orange Days (25. November bis 10. Dezember) sind daher ein alljährlicher und öffentlicher Aufruf für eine gemeinsame Verantwortung. Ziel ist es, für Veränderung zu sorgen und die Prävention geschlechts-bezogener Gewalt ins Zentrum der öffentlichen Aufmerksamkeit zu rücken.

Info: Das AWO Beratungszentrum in Gifhorn bietet als integrierte Familienberatungsstelle in sechs verschiedenen Themenbereichen Beratung und Unterstützung an: Schwangerschafts-/Schwangerschaftskonflikt- und Sexualberatung, Ehe-, Familien- und Lebensberatung, Gerichtsnaher Trennungs- und Scheidungsberatung, Krebsberatung, Beratung gegen sexuelle Gewalt sowie Familienhebammen- und Familienkinderkrankenpfleger*innenbetreuung.

Kontakt: Oldastraße 32, 38518 Gifhorn, Telefon: 0 53 71 / 72 47 41; E-Mail: [beratungszentrum-gf\[at\]awo-bs.de](mailto:beratungszentrum-gf[at]awo-bs.de)



Familie & Erziehung

Beratungszentrum Gifhorn
Oldastr. 32
38518 Gifhorn

Tel.: 05371-72 47 41

Fax: 05371-72 47 55

E-Mail: beratungszentrum-gf@awo-bs.de
www.awo-bs.de

Träger:

AWO-Bezirksverband Braunschweig e.V.
Marie-Juchacz-Platz 1
38108 Braunschweig

Tel.: 0531-3908-0

E-Mail: info@awo-bs.de
www.awo-bs.de

<https://www.facebook.com/AWO.Braunschweig>