



THEMA

Gesehen

Das TEAM der Beratungsstelle



Dr. Tilman Schreiber
Theologe, MBA, CTA-O
Leiter Beratungsstelle



Petra Reinecke
Theologin, Supervisorin,
Transaktionsanalytikerin
CTA-C



Karin Königer-Werner
Dipl. Päd., Systemische
Beraterin / Supervisorin



Ullrich Ostermann
Theologe, KSA-Ausbilder,
Supervisor, Berater



Claudia Guhl
Dipl. Päd., Gestalt- und
Paartherapeutin



Doris Lescher
Diplomsozialpädagogin,
Systemische Beraterin,
Supervisorin



Matthias Eßwein
Theologe, Gestalttherapeut,
Heilpraktiker für Psychothe-
rapie



Nica Geese
Gymnasiallehrerin,
Beraterin in Ausbildung



Kerstin Hafermann
Dipl.-Psych., Gestaltthera-
peutin, Heilpraktikerin für
Psychotherapie



Lasse Golz
Musiker / Master of Music
Berater in Ausbildung



Gernot Tams
Theologe, Gestalt-, Trauma-
therapeut, Somatic Exp.
Practitioner



Katarina Dobberphul
Soziologin
Beraterin in Ausbildung



Andrea Bigalke
Gestalttherapeutin, Heil-
praktikerin für Psychothe-
rapie



Helga Goldschmidt
Buchhalterin



Thomas ter Haseborg
Theologe, Familien- u. Sys-
tem. Therapeut, HP f. Psy-
chotherapie

**Liebe Infobrief-Leser,
liebe Freunde und
Mitglieder der
Beratungsstelle,**

in einem neuen Format und Layout kommen wir mit der 43. Ausgabe unseres INFOBRIEFES in Ihre Hände und hoffen, dass er Ihnen beim Lesen und Durchblättern Freude bereitet. Unter dem Titel „Gesehen“ bieten wir einen Einblick in die Arbeit der Beratungsstelle.

Gesehen zu werden ist von großer Bedeutung. Ohne den „Spiegel“ im anderen, verkümmern wir und können uns nicht entfalten. Wir brauchen einander. Wir brauchen den freundlichen, wertschätzenden manchmal auch kritischen Blick.

Beratung verhilft dazu, einen unverstellten Blick zu gewinnen, wie wir als Menschen von Gott gesehen sind, wie wir uns selbst und andere wahrnehmen können.

Auch wir als Beratungsstelle benötigen es, gesehen zu werden, dass uns diejenigen finden, die uns brauchen, und wir diejenigen finden, die wir als Unterstützer benötigen.

So haben wir unter dieser Überschrift „Gesehen“ verschiedene Beiträge gesammelt, was es zu sehen und entdecken gibt, wenn wir gesehen werden und wenn wir genau hinsehen:

- Bastian Erdmann, Du bist ein Gott, der mich ansieht (S. 4)
- Agnes Hofmann, Das Gnadenkind in mir (S. 8)
- Tilman Schreiber, Religionssensibel beraten (S. 11)
- Tilman Schreiber, Hochstrittige Eltern in Trennung beraten (S. 13)
- Franziska Suhail, Körpergebet (S. 15)

Leiter der EfB

Dr. Tilman Schreiber



Ganz wichtig ist uns der Ausblick auf das 30. Jubiläumsjahr mit einer Jubiläumsveranstaltung am 18.06.2025 und dem Angebot unserer Jubiläums-Botschafterin Petra Reinecke, die von Gemeinden für Predigten und Vorträge „gebucht“ werden kann.

Unsere aktuellen Workshops und Seminarangebote finden sich auf den Seiten 18-23.

Mit aktuellen Informationen aus dem Team und dem Vorstand möchten wir Sie auf dem Laufenden halten. Vielleicht haben Sie Lust, mitzuhelfen, sei es mit tatkräftiger Hilfe am Jubiläumstag oder mit Ihrer Spende, damit Menschen durch die Arbeit der Beratungsstelle Schritte wagen. Weite finden. Aufleben.



TEXT Bastian Erdmann

Andacht im Vorstand der EFB zu Genesis 16,13

Du bist ein Gott, der mich ansieht.

Wie schön, wenn einer nach mir sieht. Wie schön, wenn er genau hinschaut. Wenn jemand bemerkt, wie es mir wirklich geht. Wenn er nicht nur mal vorbeischneit, sondern mich anblickt mit Zeit, Verständnis und Liebe. Wir alle kennen den Unterschied. Im ersten großen Abschnitt der Bibel, als die Menschen noch neugierig nach passenden Namen für Gott suchten, da fällt eben dieser Satz. Im Rückblick auf wirre Zeiten findet die Sklavin Hagar ihren persönlichen Herzensnamen für Gott. Den Ort, an dem das ganze geschah, nannte sie: „Brunnen des Lebendigen, der mich sieht.“ Ein schöner Name, aber geboren wurde er aus Schmerz.



Aber der Reihe nach. Fangen wir bei ihrer Herrin an. Sarah ist die Frau von Abraham. Sie kann keine Kinder bekommen. Aber sie weiß, wie sehr Abraham sich welche wünscht. „Dann hab doch ein Kind mit dieser anderen Frau.“ Das klang so einfach, als Sarah ihm das vorschlug. War es aber nicht. Die andere Frau hatte einen Namen. Sie hieß Hagar und war Sarahs Magd. Als Hagar dann tatsächlich schwanger wurde, schaute sie herab auf Sarah und Sarah begann sie zu hassen. Also machte Hagar sich aus dem Staub. Nix wie weg von der verletzten Frau, weg vom Vater des Kindes, weg vom Zuhause. Das ist keine schöne Geschichte. Es ist eine Schamgeschichte, eine Geschichte von Demütigungen, die Geschichte von Flucht und die Geschichte eines starken Mannes, von dem im entscheidenden Moment nichts kommt.

Sarah hat sich überschätzt – heillos. Vielleicht wollte sie eine stille Heldin sein. So selbstlos ist sie aber nicht. Ihr eigenes Ideal wird ihr zum Feind, und dann wird sie bitter und gemein. Hagar, sie wird gar nicht gefragt, ob sie mit Abraham schlafen will und ob sie ein Kind von ihm will schon gar nicht. Als sie Abrahams Kind dann austrägt, demütigt sie Sarah. Jetzt schaut die Dienerin herab auf ihre Herrin. Vielleicht,

um selbst einmal zu wissen, wie sich das anfühlt. Vielleicht um es Sarah zu zeigen, wie sich das anfühlt. Vielleicht auch, um Wiedergutmachung zu spüren. Wir wissen es nicht, aber ganz fremd ist uns alles nicht.

Abraham, der arme Abraham. So richtig falsch macht der nichts. Aber mal ehrlich! So richtig viel richtig macht der auch nicht. Es ist schon ein Kreuz mit den starken feigen Männern. Mehr lässt sich in dieser Geschichte nicht über sie erzählen.

Meine Oma hätte jetzt gesagt: „Alle in einen Sack und dann mit dem Knüppel drauf. Da triffst du nie den Falschen.“ Aber wem wäre damit gehol-

fen? Wenn wir einen Schuldigen hätten? Niemandem auf Dauer. Die Entlastung wäre kurz und die Schuld schlägt sowieso irgendwann zurück. Sie ist beharrlich, das liegt der Schuld im Blut. Wer immer einen Schuldigen braucht, der öffnet zudem der Schuld alle Räume. Der erlaubt der Schuld zu allem und jedem ihren Senf dazuzugeben. Auch dort, wo sie eigentlich nichts zu melden hat, und eines ist sicher: Die Schuld ist kein weiser Berater und ein Freund des Lebens schon mal gar nicht. Auch ohne menschliches Verschulden, ist das Leben häufig genug einfach nur schräg, kompliziert und schwer. Es ist verworren, hart und oft ungerecht.





Und mittendrin – Ein Engel! Am Brunnen taucht er auf. Dort wo man nach Wasser, Erfrischung und Leben sucht.

Gott schreibt dann etwas zwischen die Zeilen. Irgendwie hat er sich geäußert. Hat vorbeigeschaut bei Hagar und nach ihr gesehen. Wie das geschehen ist, wissen wir nicht. Gott äußert sich individuell. Einmal ist es so, als schreibt Gott zwischen die wirren und unausgegorenen Zeilen unserer Tagebücher seine Worte. Es ist dann, als fließt mit der Tinte, die eigentlich unsere Schwere aufs Papier bringen soll, auch etwas von Gottes Wirklichkeit mit ein in unsere Welt. Ein anderes Mal fallen gute Worte in einem Gespräch. So treffend und heilsam, dass man sich umschaut, ob nicht Gott selbst da gerade mitgeredet hat. Oder wenn im

Gebet eine Idee davon bei uns zurückbleibt, wie Gott freundlich unser Leben ansieht, wie sein Angesicht leuchtet über uns. Solche Erlebnisse sind Engelgeschichten. Geschichten von Botschaftern Gottes.

Als Hagar dann wieder alleine ist, spricht sie eben diesen Satz: Du bist ein Gott, der mich sieht. Es wird trotzdem noch nicht alles gut. Die Geschichte bleibt schräg, kompliziert und schwer. Eine Tragödie, aber auf einmal ist Mut dabei. Für einen Moment spielt die Schuld nicht die Hauptrolle und der Hass bekommt nicht das entscheidende Stichwort. In der Luft über dem Brunnen, dem Ort, an dem wir Ressourcen vermuten, liegt an diesem Tag der Duft von Mut, Hoffnung, Zuversicht und das heilsame Gefühl, gesehen zu werden.

Bastian Erdmann
ist stellvertretender Vorsitzender
im Vorstand der EFB



Das Gnaden- kind in mir – Ich liebe mein inneres Kind

TEXT Agnes Hofmann



„Denn oft reicht es dann nicht „in die Sonne zu treten“ – der Schatten kommt dann sozusagen von höherer Stelle, wie von Gott selbst, der es nicht erlaubt in die Sonne zu treten.“

Verrückt, ungebremst, kreativ sein, unschuldig-naiv ins Leben stolpern, von ganzem Herzen albern kichern ... das verbinde ich mit meinem inneren Kind. Und wahrscheinlich ist das bei jedem auch etwas anders. Kindlich sein ist eine riesige Kraftquelle im ernstesten Alltag, so sie einem zur Verfügung steht.

Kindliche Anteile in sich entdecken und sie annehmen lernen und dabei wertschätzend und erwachsen mit ihnen umgehen – das ist immer wieder Teil der Beratungsprozesse, die ich erlebe und begleite. Spätestens seit die Autorin Stefanie Stahl ihren Bestseller „Das Kind in dir muss Heimat finden“ auf den Markt gebracht hat, kommen etliche Klienten mit Erwartungen und erlesenem Wissen. Ich

freue mich darüber und neben der Buchempfehlung möchte ich zwei Begriffe von Stefanie Stahl hier erläutern und einen dritten hinzufügen.

„Das Schattenkind – der Persönlichkeitsanteil, der für negative Kindheitserlebnisse und Traumatisierungen steht.“

Wie schnell passiert es, dass uns kindisches Verhalten ungewollt bremst und schwächt. Es ist gar nicht so klar, woher Angst, Trotz oder große Unsicherheit kommen – irgendwie von tief innen, aus kindlichen Zeiten. Das in der Beratung assistiert zu entdecken und anzunehmen, ist heilsam. Es ergeben sich neue Handlungsoptionen. Entdecktes wirkt nicht mehr im Untergrund, verliert seine Macht.

„Das Sonnenkind – der gesunde, starke und fröhliche Persönlichkeitsanteil“.

Dieser in uns angelegte, schöpfungsgemäße, kindlich freie Anteil ist eine große Ressource. Manchmal ist er unter dem Schatten des Schattenkindes verborgen und muss erst ermutigt werden wieder hervorzukommen, sozusagen ans Sonnenlicht. Auch dieser Prozess ist in der Beratung gut zu assistieren und kreativ zu verstärken. Das ist der Teil, der Spaß macht.

„Das Gnadenkind“ – ein von mir entwickelter Begriff, den ich hier einführen möchte.

Gerade zu uns in die Evangelisch-Freikirchliche Beratungsstelle kommen Menschen, die im frommen, kirchlichen Kontext beschämt wurden, die

in die Enge geführt wurden oder das selbst übernommen haben, sich klein zu machen, verstärkt durch religiöse Überzeugungen. Die Beratungsstelle ist genau dafür ein superguter Ort. Denn oft reicht es dann nicht „in die Sonne zu treten“ – der Schatten kommt dann sozusagen von höherer Stelle, wie von Gott selbst, der es nicht erlaubt in die Sonne zu treten. Dann ist ein Beistand hilfreich. So habe ich es auch selbst erlebt. Mein Gnadenkind habe ich gemalt: es sitzt in der Hand Jesu und schaukelt sehr frech mit den Beinen. Das Beine-Schaukeln ist etwas, das

mir als Pastorentochter von einem Gemeindeglied sonntags streng untersagt worden war. Auf den ersten Blick wirkt das Verhalten des Gemeindeglieds gar nicht so schlimm – aber in mir bewirkte es eine Einengung. Und gerade in solchen in die Enge führenden Momenten setzt mich mein inneres Gnadenkind frei. Es sitzt dann Beine schlenkernd bei Jesus, ist durch ihn unabhängig und überlegt welche Freiheiten noch so möglich sind. Dann beginnt mein Sonnenkind zu strahlen. Ich liebe mein inneres Kind!

Agnes Hofmann

war von 2016-2024 in der EFB



Agnes Hofmann
hat von 2016-2024
als Beraterin für die
Beratungsstelle
gearbeitet.

Abschied

An dieser Stelle möchte ich mich hiermit bedanken. 8 Jahre war ich Teil des Beraterenteams der EFB und ziehe nun ins Hessische. Für mich eine volle und gute Zeit. Danke für diesen guten Rahmen für Beratung, an Gott und an die, die das in Hamburg ermöglichen.

Und diesen Dank erwidern wir als Beratungsstelle: vielen, vielen Dank, Agnes, für deine „glaubenssensiblen“ und systemischen Impulse in unser Team sowie deine Aufbau- und Netzwerkarbeit am Beratungsstandort Rübenkamp 310. Wir wünschen dir für deine neuen Wege im Hessischen Gottes guten Segen.

Religionssensibel beraten

Ein Workshoptag

TEXT Tilman Schreiber



Im November 2023 trafen sich der Vorstand und das Mitarbeitenden-Team zu einem Workshoptag im Café „Quo Vadis“ der Oncken Gemeinde zum Thema „Die spirituelle Dimension in der Beratung – spirituelle Ressourcen entdecken“. Als Referent führte Prof. Dr. Michael Utsch, Berlin, durch den Tag.



Der Unterschied von Beratung und Seelsorge

In einem ersten Schritt ging es um die Unterscheidung von Beratung und Seelsorge. Auch wenn Seelsorge und christliche Beratung Überschneidungen und Ähnlichkeiten aufweisen können, gibt es doch signifikante Unterschiede. Während es in der Seelsorge um das Erleben von Fürsorge und Mitmenschlichkeit vor Gott geht, hat die Beratung die therapeutische Heilung und Hilfe zur Selbsthilfe zum Ziel. Während die Seelsorge sich von einem göttlichen Auftrag getragen weiß, ist in der Beratung der Klient der Auftraggeber. In der Seelsorge gehören Gebet, Segnung, Beichte und Zuspruch der Vergebung zum Instrumentarium, während in der Beratung professionelle, psychologische Methoden und Werkzeuge zum Einsatz kommen, wie z.B. Aufstellungen, Stuhlarbeit, Arbeit mit Seilen u.a.. Die Seelsorge kann eine dauerhafte, ggf. sogar lebenslange Begleitung sein, während die Beratung auf einen zeitlichen Abschnitt begrenzt bleibt. Und nicht zuletzt ist die Beratung im Gegensatz zur Seelsorge nicht kostenfrei.

Spiritualität in der Beratung

Doch auch geistliche, religiöse, spirituelle Themen können in der Beratung Raum finden und zu einer Ressource der Hilfe und Heilung werden. Mit seelsorgerlichem Einsatz von Gebet und Segnung sind die Berater/innen zwar sehr zurückhaltend, um die Selbstbestimmung der Klienten zu achten und die professionelle Distanz zu wahren. Aber Themen des Glaubens können offen in Beratungsgesprächen besprochen werden: was trägt mich, was gibt mir Mut. Und auch Gebet und Segnung finden – wenn auch eher selten – Raum, sei es in einem Gebet des Klienten, sei es in einem abschließenden Gebet oder einer Segnung des Beraters.

Lebenshinderliche Glaubensüberzeugungen

Religionssensible oder spirituell sensible Beratung beinhaltet zusätzlich die Fähigkeit, die Belastung durch lebenshinderliche Glaubensüberzeugungen zu erkennen und ansprechen zu können. Bei strafenden oder ängstigenden Gottesbildern müssen dann entlastende Ressourcen gefunden werden, die eine Abgrenzung von einem einengenden, lebensverneinenden Glauben ermöglichen.

Außerdem darf Spiritualität nicht instrumentalisiert werden, um mithilfe spiritueller Techniken das eigene Leben zu optimieren. Dies würde einem Missbrauch von Religiosität Vorschub leisten.

Austausch und Kompetenz im Team und Vorstand

Der kollegiale Austausch lässt die hohe Kompetenz im Team der Berater/innen und Vorstand im Umgang mit existenziellen Fragen und Situationen im Beratungsgespräch sichtbar werden. Wer bin ich, wozu lebe ich, was mache ich mit Schuld, und wohin führt mein Weg? Für die Auseinandersetzung mit diesen Fragen sind unsere Berater/innen eine kompetente Anlaufstelle, bei der fachliches Können, Berufserfahrung und die ausgeprägte Lebenserfahrung als Christen zu eigenen Entwicklungen anregen und verhelfen können.

Im letzten Schritt stellte Prof. Dr. Michael Utsch die spirituelle Anamnese anhand des „Halbstrukturierten klinischen Interviews – SPIR“ vor, das von „SpiritualCare“ für den klinischen Kontext entwickelt wurde (<https://spiritualcare.de/media/SPIR10.pdf>). „In wen oder was setzen Sie Ihre Hoffnung? Woraus schöpfen Sie Kraft? Welche Glaubensüberzeugungen sind für Sie wichtig?“ sind

einige Fragen dieser Anamnese.

In kleinen Zweier-/Dreier-Gesprächsgruppen haben wir unsere eigene spirituelle Anamnese gegenseitig vorgestellt und die enthaltenen geistlichen/spirituellen Ressourcen entdeckt und bewusst gemacht. Insgesamt hat dieser Workshop uns ermutigt, unsere Kompetenz in „religions- und glaubenssensibler Beratung“ sowohl in der Selbstdarstellung der Beratungsstelle als auch in unseren Beratungen verstärkt zu nutzen als Ressource für Entwicklungen und Hilfestellungen im Leben.



Hochstrittige Eltern in Trennung beraten

Von einem Fortbildungstag in einem Hamburger Modellprojekt

TEXT Tilman Schreiber

Im Rahmen eines gerichtlichen Modellprojektes der Sozialbehörde konnten Karin Königer-Werner, Claudia Guhl als Erziehungsberaterinnen und ich als Leitung an einem Fortbildungstag im Oberlandesgericht teilnehmen. Das Modellprojekt zielt darauf, dass hochstrittige Eltern in Trennung mit einem anhängigen familiengerichtlichen Verfahren in einem Beratungsprozess kindgerechte Lösungen finden. Auf alles, was für die betroffenen Kinder wichtig und förderlich ist, sollen sich die Eltern in dem vom Gericht angeordneten Beratungsprozess gemeinsam einigen. Als Gäste konnten wir den damit verbundenen Beratungsansatz des renommierten Schweizer Systemtherapeuten, Daniel Pfister-Wiederkehr, kennenlernen, der eigens zur Einfüh-





rung und Schulung angereist war.

Wir lernten, dass 5% der von Trennung betroffenen Kinder in einem hochstrittigen Familiensystem aufwachsen und dadurch in ihrer Entwicklung gefährdet sind. Hochstrittigkeit ist dadurch gekennzeichnet, dass Eltern sich auf ihrer Paarebene verstricken und die Bedürfnisse der Kinder nicht im Blick haben noch sich davon für ihr Verhalten leiten lassen. Die Belange der Kinder werden als Streitthemen auf der Paarebene missbraucht, dem Partner womöglich die Fähigkeit zur Elternschaft abgesprochen. Der Beratungsansatz von Pfister-Wiederkehr orientiert sich daher radikal am Wohl des Kindes und fordert von den Eltern

die sofortige Einstellung des Streites und stattdessen die Arbeit daran, das Beste für das Kind zu tun.

Was angesichts der Erfahrungen mit hochstrittigen Eltern zunächst wie eine unerreichbare, idealistische Wunschvorstellung aussieht, bekommt durch die Methodik einer direkten Beratungsstruktur eine durchaus realistische Chance – dass hochstrittige Eltern eine Veränderungs- und Lösungsbereitschaft entwickeln.

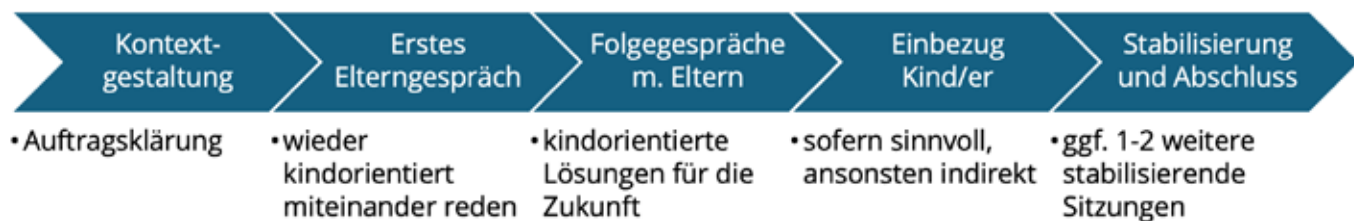
Die Beratungsstruktur sieht bei 8-10 Sitzungen innerhalb eines Jahres 5 Phasen vor:

Die Beratenden haben in dieser Beratungsstruktur die Aufgabe, die Eltern darin zu

unterstützen, wieder ihre Elternrollen wahrzunehmen. Ihre Interventionen orientieren sich am Kind und seinen Bedürfnissen. Sie unterbinden in den Sitzungen den Streit. Sie bearbeiten nicht die Probleme der Eltern, sondern fordern konsequent deren Arbeit an Lösungen für das Kind ein und unterstützen sie dabei.

Dieser stringente Beratungsansatz hat uns als Beratende für unsere Arbeit mit hochstrittigen Eltern in der Erziehungsberatung inspiriert und gestärkt. Wir können mit noch größerer Klarheit den Blick der Eltern auf die Kinder einfordern, fördern und damit ihre Lösungskompetenzen stärken.

Detailliert hat Daniel Pfister-Wiederkehr diesen Ansatz in seinem Buch „Hochstrittige Eltern, praxisbewährte Lösungsansätze radikal kindorientiert“ beschrieben, welches aus der EFB-Bibliothek entliehen werden kann.



Körpergebet

Durchgeführt auf einer Studientagung für Pastoren/innen von Franziska Suhail

- Bewegungen machen, so wie man es selbst kann.
- wenn eigene Bewegungen stimmiger erscheinen, dann diese „verwenden“.
- auf den eigenen Atem besinnen

Gott, Schöpfer allen Lebens Schöpfer des Himmels und der Erde mein Schöpfer	Verbeugen Hände auf dem Herzraum
Du hast mich gewollt, richtest mich auf, verleihst mir Würde und Ansehen.	Aufrichten Aufrecht stehen
Vor dir stehe ich mit allem, was ich bin und mitbringe	Arme hängen seitlich am Körper Hände nach vorn öffnen.
Ich lasse mich los, in deine Arme. Vor Dir muss ich nichts leisten. Ich lasse los was mich bindet,	Arme auf Schulterhöhe, Hände hängen
und strecke mich aus nach Dir.	Arme nach oben öffnen Hände nach oben öffnen
Auf dich hin, bin ich geschaffen.	Arme über Kopf zusammen Hände zusammenführen.
Sei mit mir: in meinem Wahrnehmen und Denken und lass mich aufmerksam sein.	Hände langsam nach unten führen kurzer Halt vor Stirn

Sei mit mir: in meinem Hören, Schweigen und Reden und lass mich sorgfältig sein.	Kurzer Halt vor Mund
Sei mit mir: in meinem Herz, und lass mich berührbar sein.	Kurzer Halt vor Herzraum
Fülle mich aus und lass mich lebendig sein, kraftvoll und zärtlich	Hände formen Schale vor der Körpermitte
in meinen Begegnungen. Lass mich offen und achtsam sein. Gegenüber mir, meinen Mitmenschen, der ganzen Schöpfung	Arme öffnen sich nach vorn.
Amen	(Hände vor der Brust aufs Herz legen)

Das Gebärdengebet kann in mehrmaligem Zyklus hintereinander ausgeführt werden.



Franziska Suhail
ist Theologin und Pastorin der
Evangelisch-Freikirchlichen
Gemeinde Schleswig

DAS 30. JUBILÄUM KOMMT IN 2025

2025 wird die Beratungsstelle 30 Jahre alt. Deshalb wollen wir am Mittwoch, dem 18. Juni 2025, das 30-jährige Jubiläum am Spätnachmittag um 18 Uhr feiern. Ein bunter Sommerabend wird Gelegenheit zur Begegnung, fröhlicher Erinnerung und zum Blick in die Zukunft geben. Dazu gehen wir an den Gründungsort, die Onckengemeinde, Grindelallee 101, 20146 Hamburg.

SAVE THE DATE

Einladungen zum Jubiläum werden rechtzeitig verschickt. Bitte den Termin 18.06. vormerken!



PETRA REINECKE als JUBILÄUMS-BOTSCHAFTERIN

Im 30. Jubiläumsjahr der Beratungsstelle möchten wir die Verbindungen der Beratungsstelle zu



unserem Trägerkreis und den freikirchlichen Gemeinden Hamburgs und Norddeutschlands stärken, erneuern und intensivieren. Mit diesem Ziel fungiert Petra Reinecke ab dem 01.

Januar 2025 als „Jubiläums-Botschafterin“ der EFB. Sie steht im Jubiläumsjahr den Gemeinden als Referentin, Predigerin, Supervisorin oder Beraterin zur Verfügung. Besonders mit Vorträgen und Predigten möchte sie die Gemeinden unterstützen und dabei die Arbeit der Beratungsstelle vorstellen und sichtbar werden lassen.

Gerne können Gemeinden Petra Reinecke „buchen“.

Hier eine kleine Themenauswahl:

- Gewaltfreie Kommunikation
- Der kleine Ärger und die große Wut
- Wohin mit meiner Trauer?
- Wer bin ich eigentlich? – Biografiearbeit
- Kommunikation und Gesprächsführung für Ehrenamtliche
- Vergebung
- Der Dienst des Pastors/der Pastorin im Wandel der Zeit

Anfragen zu Vortrags- und Workshopthemen und zur Terminierung können direkt an Petra Reinecke gestellt werden:

reinecke@efb-hamburg.de

ANGEBOT VON SUPERVISION, COACHING, ORGANISATIONSBERATUNG

Die Supervisoren der EFB, Tilman Schreiber, Karin Köninger-Werner, Petra Reinecke und Ullrich Ostermann bieten Einzel- und Teamsupervision, Coaching, Organisations- und Gemeindeberatung an. Berufliche oder gemeindliche Entwicklungen und Veränderungen können mithilfe eines passenden Beratungs-Designs gefördert werden.

Es besteht auch eine Supervisionsgruppe für Pastoren/innen und kirchliche Mitarbeiter/innen, zu der noch Teilnehmer/innen hinzukommen können.

Supervisionsgruppe

für Pastor*innen
Diakon*innen
Gemeindereferent*innen

- den eigenen Dienst reflektieren
- Konflikte bearbeiten
- Motivation stärken
- Handlungsspielräume erweitern
- Kommunikationsfähigkeiten verbessern
- mit 5-8 TN voneinander lernen

WO?

Beratungsstelle
Grindelallee 95, II.OG
20146 Hamburg

WANN?

6-8 mal pro Jahr,
Donnerstag 9.30-12.00,
Terminierung erfolgt
mit dem Supervisor

KOSTEN

50 € zzgl. Ust. pro
Sitzung, Mindest-
Teilnahme für ein Jahr

ANMELDUNG

Tel. (040) 41 75 04
Mail: [beratung@
efb-hamburg.de](mailto:beratung@efb-hamburg.de)
www.efb-hamburg.de

SUPERVISOR

Ullrich Ostermann

KSA-Kursleiter, Berater und Supervisor (DGfP), Pastor i.R.





Mitarbeiterberatung. BEM.
Training. Supervision. Coaching.
Organisationsberatung.



DER EFB-MITARBEITERSERVICE
Ihr Partner im
Gesundheitsmanagement und in
der Personalentwicklung
im Großraum Hamburg

MITARBEITERBE- RATUNG UND BETRIEBLICHES EINGLIEDERUNGS- MANAGEMENT

Seit April 2024 ist die Beratungsstelle Kooperationspartner für Immanuel Dialog, ein Service im Rahmen der Beratung + Leben gGmbH, welche zur Immanuel Albertinen Diakonie gehört. Als Kooperationspartner führt die Beratungsstelle einzelnes Fallmanagement der betrieblichen Eingliederung (BEM) für den Standort Hamburg durch. Auch bei Mitarbeiterberatung (MAB/EAP), welche die Beratungsstelle bereits für einige Unternehmen durchführt, soll die Kooperation mit Immanuel Dialog weiter ausgebaut werden.

Weitere Informationen bei Tilman Schreiber:
Telefon: 040 / 41 46 66 25 oder
E-Mail: schreiber@efb-hamburg.de

KOMMUNIKATIONSTRAININGS FÜR PAARE / EPL-KURS

Das EPL-Training ist für Paare am Anfang ihrer Beziehung gedacht. Der Kurs wird präsentisch in der Grindelallee 95 an zwei Samstagen durchgeführt. Der nächste Termin steht noch nicht fest, bitte erfragen.



EPL-Kurs



Kommunikationstraining für Paare

- Kommunikation erlernen, die den Beziehungsalltag bereichert und den Partner im Blick behält.
- Es werden grundlegende Gesprächs- und Problemlösefertigkeiten referiert und eingeübt.
- Das EPL-Training (Ein Partnerschaftliches Lernprogramm) umfasst 6 Themeneinheiten **an 2 Samstagen**.
- Der Kurs besteht aus 4-5 Paaren.
- Persönliche Themen besprechen die Paare mit dem eigenen Partner und werden dabei von den speziell ausgebildeten Kursleitern begleitet.

INFOS UND ANMELDUNG

WO?

In den Räumen der
Beratungsstelle
Grindelallee 95, II.OG
20146 Hamburg

WANN?

An zwei Samstagen
1. Samstag: 10-17 Uhr
2. Samstag: 10-16 Uhr

KOSTEN

360 € pro Paar

ANMELDUNG / INFO

Tel. (040) 41 75 04
Mail: [beratung@
efb-hamburg.de](mailto:beratung@efb-hamburg.de)
www.efb-hamburg.de

LEITUNG

Petra Reinecke

EPL-Trainerin, Pastorin, Supervisorin (EASC) und
Transaktionsanalytikerin (CTA-C, EATA/DGTA)

Dr. Tilman Schreiber

EPL-Trainer, Pastor, Geschäftsführer der EFB, MBA
und Transaktionsanalytiker (CTA-O, EATA/DGTA)

VERANSTALTER

Evangelisch-Freikirchliche Beratungsstelle Hamburg e.V. (EFB)
Grindelallee 95, 20146 Hamburg · | Suttnerstr. 18, 22765 Hamburg
Marianne-Timm-Weg 1-2, 22117 HH | Rübenkamp 310, 22337 HH
Geschäftsführung und Leitung: Dr. Tilman Schreiber

KOMKOM – Kommunikationskompetenz

Das digitale KOMKOM-Training richtet sich an Paare in langjähriger Beziehung und/oder mit ernsthaften Schwierigkeiten in ihrer Partnerschaft. Voraussetzung: Beiden Partnern liegt an der Beziehung; das Paar befindet sich nicht im Trennungsprozess. Kein Partner hat eine Außenbeziehung. Kein Partner hat eine akute Sucht- oder eine akute psychische Erkrankung.



KOMKOM



KommunikationsKompetenz

Training für Paare in mehr-jähriger Beziehung in 8 Einheiten

- Fehler und Möglichkeiten im Paargespräch
- Unangenehme Gefühle äußern
- Probleme lösen
- Angenehme Gefühle äußern
- Notfallstrategien
- Gemeinsame Gesprächskultur
- Veränderungen in der Partnerschaft
- Stärken in der Beziehung

INFOS UND ANMELDUNG:

KOMKOM ist ein strukturiertes Programm für Paare, denen es oft schwerfällt, ein gutes Gespräch zu führen. In kurzer Zeit können Paare lernen, Probleme fair zu lösen und wohlwollend und versöhnlich miteinander umzugehen.

WO?

Online per MS-Teams

KOSTEN

720 € pro Paar

WANN?

Termine werden
gemeinsam
vereinbart

ANMELDUNG / INFO

Tel. (040) 41 75 04
Mail: beratung@efb-hamburg.de
www.efb-hamburg.de

LEITUNG

Petra Reinecke

KOMKOM-Trainerin, Pastorin, Supervisorin (EASC) und Transaktionsanalytikerin (CTA-C, EATA/DGTA)

Dr. Tilman Schreiber

KOMKOM-Trainer, Pastor, MBA, Supervisor und Transaktionsanalytiker (CTA-O, EATA/DGTA)

VERANSTALTER

Evangelisch-Freikirchliche Beratungsstelle Hamburg e.V. (EFB)
Grindelallee 95, 20146 Hamburg · Suttnerstr. 18, 22765 Hamburg
Marianne-Timm-Weg 1-2, 22117 HH · Rübenkamp 310, 22337 HH
Geschäftsführung und Leitung: Dr. Tilman Schreiber

101-KURS

Einführung in die Transaktionsanalyse


Eine zweitägige Weiterbildung für die professionelle oder ehrenamtliche Arbeit. Der international entwickelte Kurs ist zertifiziert und Voraussetzung der Ausbildung in Transaktionsanalyse.



101-EINFÜHRUNGSKURS



IN DIE TRANSAKTIONSANALYSE

 Dieser Kurs führt in die grundlegenden Modelle und Methoden der Transaktionsanalyse ein, mit denen Sie verstehen können

- wie unsere Persönlichkeit strukturiert ist
- wie Kommunikation funktioniert und verbessert werden kann
- wie Konflikte entstehen und Ausstiege gelingen
- wie unser Lebensentwurf aus der Kindheit unser Handeln beeinflusst

Der Kurs richtet sich an Personen, die mit anderen Menschen professionell oder ehrenamtlich zusammenarbeiten.

Die Themen werden in Vorträgen vorgestellt und in Einzel- und Gruppenarbeit angewendet und vertieft.

Der Kurs ist ein standardisierter und international anerkannter Einführungskurs in die Transaktionsanalyse, welcher mit einem Zertifikat abgeschlossen werden kann.

INFOS UND ANMELDUNG:

WO?

Grindelallee 95
20146 Hamburg

WANN?

17.+18. Februar 2025
jeweils 9-17 Uhr

KOSTEN

275 €

ANMELDUNG / INFO

Tel. (040) 414 666 25
Mail: schreiber@efb-hamburg.de
www.efb-hamburg.de

LEITUNG

Petra Reinecke

Pastorin, Supervisorin (EASC) und Transaktionsanalytikerin im Anwendungsfeld Beratung (EATA/DGTA)

Dr. Tilman Schreiber

Pastor, Geschäftsführer der EFB, MBA, Supervisor und Transaktionsanalytiker im Anwendungsfeld Organisation (EATA/DGTA)

VERANSTALTER

Evangelisch-Freikirchliche Beratungsstelle Hamburg e.V. (EFB)
Grindelallee 95, 20146 Hamburg | Suttnerstr. 18, 22765 Hamburg
Marianne-Timm-Weg 1-2, 22117 HH | Rübenkamp 310, 22337 HH
Geschäftsführung und Leitung: Dr. Tilman Schreiber

STARKE ELTERN – STARKE KINDER® IM ONLINE-FORMAT

Der von Karin Köninger-Werner und Claudia Guhl geleitete Kurs hat **insgesamt 9 Einheiten, davon zwei Präsenztermine**. Interessenten können sich bereits auf die Warteliste setzen lassen, der Teilnehmerbeitrag beträgt 20 € pro Teilnehmer.



Schritte wagen. Weite finden. Aufleben.

Starke Eltern - Starke Kinder®

Dieser Elternkurs des Deutschen Kinderschutzbundes



- stärkt Ihr Selbstvertrauen als Eltern
- erleichtert das Gespräch in Ihrer Familie
- unterstützt und ermutigt Sie beim Austausch mit anderen Eltern
- hilft Ihnen zu einer Familie,
 - in der alle gerne leben
 - in der fair gestritten werden kann
 - in der Grenzen respektiert werden und man sich gegenseitig achtet
 - in der Gewalt keinen Platz hat.
- In 9 Kurseinheiten erhalten Sie Informationen, probieren in Übungen Neues aus und sprechen mit anderen Eltern über Ihre Erfahrungen.

Gemeinsamen suchen wir Antworten auf Fragen, die sich fast alle Eltern stellen:

- Was ist wichtig in der Erziehung?
- Was brauchen Kinder?
- Wie kann ich sinnvoll Grenzen setzen?
- Wie kann ich Verabredungen mit meinem Kind treffen, die dann auch eingehalten werden?
- Wie drücke ich meine Gefühle aus?
- Wie bleibe ich auch in Stresssituationen möglichst ruhig?

INFOS UND ANMELDUNG:

WO UND WANN?

Erfragen Sie die nächste Durchführung unter
040 – 41 75 04

KOSTENBEITRAG

20 € pro TN

ANMELDUNG

Tel. (040) 41 75 04

E-Mail: beratung@efb-hamburg.de

Internet: www.efb-hamburg.de

LEITUNG

Karin Köninger-Werner

Diplompädagogin, Systemische Beraterin

Claudia Guhl

Diplompädagogin, Gestalttherapeutin

VERANSTALTER

Evangelisch-Freikirchliche Beratungsstelle Hamburg e.V. (EFB)
Grindelallee 95, 20146 Hamburg · Suttnerstr. 18, 22765 Hamburg
Marianne-Timm-Weg 1-2, 22117 HH · Rübenkamp 310, 22337 HH
Geschäftsführung und Leitung: Dr. Tilman Schreiber
www.efb-hamburg.de

Aus dem Team der Beratungsstelle

In diesem Jahr haben vier Berater/innen ihre Arbeit in der Beratungsstelle begonnen:



Lasse Golz

zum 1. Januar 2024,
Ausbildung zum Gestalttherapeuten.



Nica Geese

Ausbildung zur Systemischen Beraterin,
zum 1. April 2024

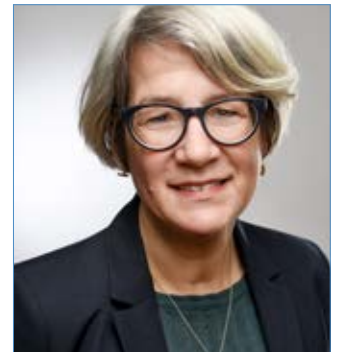
Katharina
Dobberphul

Ausbildung zur Systemischen Therapeutin,
zum 1. April 2024



Doris
Lescher

zum 01. Oktober 2024,
neue Paarberaterin.
Sie arbeitet als Kinderschutzkoordinatorin im
Bezirksamt Wandsbek
und wird unser Team als systemische Familien-
therapeutin in der Paarberatung verstärken.



Verabschiedet
haben wir

Agnes
Hofmann

siehe Seite 10.

AUS DEM VORSTAND DER BERATUNGSSTELLE

In der Mitgliederversammlung am 16. April 2024 wurde Lea Herbert als Vorsitzende des Trägervereins der Beratungsstelle mit großer Dankbarkeit für ihre ehrenamtliche Arbeit verabschiedet. Sie hinterlässt eine große Lücke, die sich nicht unmittelbar hat schließen lassen. Bastian Erdmann hat zunächst vorübergehend ihre Aufgabe in seiner Funktion als stellvertretender Vorsitzender übernommen. Der Vorstand sucht derzeit eine Frau, welche im Vorstand ehrenamtlich mitarbeiten würde.

Die derzeitigen Vorstandsmitglieder sind:



Bastian Erdmann
Stellv. Vorsitzender
(EFG Fuhlsbüttel)



Rona Süllau
Schriftführerin



Olaf Jahn
Schatzmeister
(EFG Bad Oldesloe)



Manfred Kasemann
Beisitzer
(EFG Eimsbüttel)



Dr. Tilman Schreiber
qua Amt als Geschäftsführer
(EFG Fuhlsbüttel)

Impressum

Herausgeber: Evangelisch-Freikirchliche Beratungsstelle Hamburg e.V. (EFB)
Grindelallee 95, 20146 Hamburg
Suttnerstr. 18, 22765 Hamburg
Marianne-Timm-Weg 1-2, 22117 Hamburg
Rübenkamp 310, 22337 Hamburg

Anmeldung zur Beratung: 040 / 41 75 04

Leitung / Geschäftsführung:

040 / 414 666 25

E-Mail: beratung@efb-hamburg.de

Internet: www.efb-hamburg.de

V.i.S.d.P.: Dr. Tilman Schreiber
(Geschäftsführer)

Spendenkonto: Ev.-Freik. Beratungsstelle
Hamburg

IBAN DE84 5009 2100 0000 926 00

BIC BENOEDE51BH2, Freikirchenbank

Druck: Wir machen Druck, Auflage: 2000
Stück

Layout: www.miriamkrause.de

Bildnachweise:

Karolin Matthies-Schütz

Fotos von den einzelnen Personen oder
der Beratungsstelle
unsplash.com, S. 17: freepik.com, S. 26:
[AdobeStock](https://adobe.com)

Verfasser nichtsignierter Texte:

Tilman Schreiber

Der Infobrief erscheint in loser Folge.

WIR SUCHEN FÖRDERER



Unserer Arbeit der psychologischen **Lebensberatung ist nur möglich, wenn Förderer die Ratsuchenden finanziell unterstützen.** Mit ihrem am Einkommen orientierten Eigenbeitrag können die Kosten häufig nicht gedeckt werden. Pro Beratungsstunde werden daher im Schnitt 40-50 Euro an Sponsorengeld benötigt.

Außerdem suchen wir Sponsoren für den Kurs **Starke Eltern - Starke Kinder®** im Online-Format, damit die Eltern nur einen kleinen Teilnehmerbeitrag leisten müssen.

Helfen Sie mit Ihrer Spende, dass Menschen

„Schritte wagen. Weite finden. Aufleben.“ können. Es sind Einzelbeträge oder ein monatlicher Dauerauftrag willkommen. Eine Geburtstagsfeier oder ein Jubiläum können Anlass sein, statt Geschenken, Spenden zu sammeln, für Menschen, die Beratung benötigen.

Gerne versorgen wir Sie dazu mit Info-Flyern, sprechen Sie Dr. Tilman Schreiber direkt an (040-414 666 25; schreiber@efb-hamburg.de).

Unsere IBAN bei der Freikirchenbank lautet:
DE84 5009 2100 0000 926 00

Werden Sie ein MITGLIED oder FÖRDERER bei der Ev.-Freikirchlichen Beratungsstelle Hamburg e.V.



(bitte ankreuzen, ausfüllen und schicken an: *Ev.-Freik. Beratungsstelle, Suttnerstr. 18, 22765 Hamburg*)

Ich möchte

den Infobrief erhalten

Mitglied werden

zum Jahresbeitrag von 80,00 €

per Überweisung / Dauerauftrag per SEPA-Lastschriftmandat (bitte unten ausfüllen)

die Beratungsstelle finanziell fördern

Einmalig monatlich vierteljährlich halbjährlich jährlich mit _____ **Euro.**

Die Zahlung soll erfolgen

per Überweisung / Dauerauftrag per SEPA-Lastschriftmandat (bitte unten ausfüllen)

.....
Vorname | Nachname |

Gemeindemitglied in

.....
Straße u. Hausnummer | PLZ | Ort

.....
Telefon | E-Mail

.....
Datum | Unterschrift

SEPA-Lastschriftmandat

Gläubiger ID: DE84ZZZ00000483845

Mandatsreferenz: wird später mitgeteilt

.....
Vorname | Nachname |

.....
Straße u. Hausnummer | PLZ | Ort

.....
Telefon | E-Mail

Ich ermächtige die Ev.-Freik. Beratungsstelle Hamburg e.V. Zahlungen von meinem Konto mittels Lastschrift einzuziehen und zwar: Einmalig halbjährlich jährlich _____ **Euro.**

Zugleich weise ich mein Kreditinstitut an, die von der EFB auf mein Konto gezogenen Lastschriften einzulösen. Ich kann innerhalb von 8 Wochen, beginnend mit dem Belastungsdatum, die Erstattung des belasteten Betrages verlangen. Es gelten dabei die mit meinem Kreditinstitut vereinbarten Bedingungen.

.....
Kreditinstitut | IBAN | BIC

.....
Ort | Datum | Unterschrift

Spendenkonto:

Ev.-Freik. Beratungsstelle Hamburg e.V.

SKB Bad Homburg, **IBAN:** DE84 5009 2100 0000 9260 00 **BIC:** GENODE51BH2

Wichtig: Bitte geben Sie bei Überweisungen Ihre Adresse an, damit wir Ihnen eine

Spendenbescheinigung ausstellen können, die wir Ihnen Anfang des Jahres automatisch zustellen.

Jubiläum 30 Jahre EFB

**18. Juni – 18 Uhr
Oncken Gemeinde**

*Save
the
Date*

