evangelisch
freikirchliche
beratungsstelle

Schritte wagen. Weite finden. Aufleben.

Nr. 39 | Frühjahr 2017

Infobrief

Thema: Was ist Gestaltorientierte Kunsttherapie?

Pianoforte

Reparaturen
Regulation
Stimmen
unabhängige Kaufberatung

Tel.: (040) 410 86 05

Michael Becker
Klavierbauer

Bestattungshaus
BAUERMANN

Axel Bauermann
Theologe und Diplompsychologe

Haus der Zeit

Bornkampsweg 40 a · 22926 Ahrensburg
Telefon Hamburg (040) 600 97 600
Telefon Ahrensburg (04102) 77 78 11

kontakt@hausderzeit.de · www.hausderzeit.de

Bitte fordern Sie bei uns kostenlos an:
Das »Trauerbuch« – Leitfaden für den Trauerfall
Unser Veranstaltungsprogramm »ZEITREISE«

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

Schritte wagen.
Weite finden.
Aufleben.

Unser Slogan geht gegen den Zeittrend, in dem manche Menschen sich ängstlich abschotten gegen Veränderungen und neue Herausforderungen, oder sie machen andere für ihren Unmut verantwortlich. So kommt jedoch niemand weiter. Demgegenüber haben wir in der Beratungsstelle die Hoffnung und das tiefe Gottvertrauen, dass jeder Mensch ausreichende Ressourcen hat, um sogar mit schwierigen Situationen fertig zu werden. **Psychologische Beratung** ist sicher kein Allheil-Wundpflaster, mit welchem sich Erfolge automatisch einstellen, sondern eher vergleichbar mit Physiotherapie, in der die Klienten sich unter Anleitung zur Heilung hin bewegen. Das erleben wir in der Beratung tagtäglich, dass wir den Ratsuchenden nicht abnehmen können, ihren Weg selbst zu gehen. Aber es muss eben nicht ganz einsam dabei sein. **Gemeinsam** können wir das **Leben in den Blick nehmen,** Schritte wagen, **Verantwortung übernehmen,** neues Verhalten ausprobieren und uns gegenseitig zur Perspektive der Weite ermutigen. Wie das in der **gestaltorientierten Kunsttherapie** konkret wird, hat **Anke Bollmann** in der vergangenen Mitgliederversammlung vorgestellt und schreibt darüber in einem Artikel auf Seite 8.

Weite finden: wir wollen neue Standorte eröffnen. Darüber informieren wir auf Seite 17.

Aufleben: unsere Beratungsräume in der Grindelallee sind **frisch renoviert** worden, schauen Sie selbst einmal rein zum Beispiel bei der nächsten Mitgliederversammlung. Oder besuchen Sie uns auf unserer **neuen Webseite,** die ein neues Gesicht bekommen hat unter **www.efb-hamburg.de.**

Wir freuen uns über ein **neues Vorstandsmitglied und neue Mitarbeiter,** die wir ab Seite 6 vorstellen.

An dieser Stelle ein **herzliches Dankeschön allen unseren Spendern!** Sie haben zu einem ausgeglichenen Haushalt beigetragen. In 2017 erwarten uns neue Herausforderungen. (Dazu informieren wir auf Seite 18). Daher möchten wir Sie bitten, uns mit Ihrer finanziellen Unterstützung treu zu bleiben!

Zusammen mit allen Mitarbeitern der Beratungsstelle grüße ich Sie herzlich und wünsche Ihnen den Segen Gottes auf Ihren Wegen im Jahr 2017.

Dr. Tilman Schreiber

(Dr. Tilman Schreiber, Geschäftsführer der EFB)

Renovierung der Beratungsräume Grindelallee 95

Zusätzliche Schalldämmung an den Decken

Vom 3. bis zum 10. August 2016 war die Beratungsstelle für Sanierungs- und Renovierungsarbeiten geschlossen. In dieser Zeit wurde das Gäste-WC modernisiert, alle Räumlichkeiten und Türen gestrichen, Gardinen und Teppichboden professionell gereinigt sowie zusätzliche Schallschutzmaßnahmen durchgeführt. Nach 10 Jahren erstrahlen die Räumlichkeiten nun in neuem Glanz, so dass Menschen sich auch äußerlich willkommen geheißen fühlen.

Diese Renovierungsarbeiten haben 7.000,- € gekostet und sind weit unter den großzügig im Haushalt veranschlagten 15.000,- geblieben, weil Fa. Reyher uns günstige Konditionen gemacht und Ehrenamtliche ihre Professionalität eingebracht haben. Wir danken Fa. Reyher, Karsten Seils, Felix Becker, Horst Krämer, Herrn Lipski, Kim Lea Schreiber, Noah Nasr und Paul für ihren Einsatz!!!

Modernisiertes Gäste-WC

Gestrichene Wände und Türen

Umräumaktion

Teppichreinigung

Wechsel in der Mitarbeiterschaft Psychologische Beratung

Karin Aust, Honorarmitarbeiterin von 2012 bis 2016, musste ihre Arbeit aus gesundheitlichen Gründen aufgeben. Das finden wir sehr schade und wünschen Karin Aust Genesung und Gottes Segen für die Zukunft.
Neu dazugekommen sind:
Agnes Hofmann, als Honorarmitarbeiterin seit Juni 2016,
Susan Jose, als Beraterin in Ausbildung seit Juli 2016.
Wir freuen uns über die neuen Mitarbeiterinnen und wünschen ein gutes Hineinwachsen mit ermutigenden Erfahrungen bei der Beratungsarbeit.

Vorstellung Agnes Hofmann
Ich heiße Agnes Hofmann und arbeite seit Juni 2016 als systemische Familientherapeutin im Team der Beratungsstelle als Honorarkraft mit.
Mein Mann und ich sind letztes Jahr nach Hamburg gezogen und damit zurück in die Stadt, die uns schon beim Start unseres beruflichen Werdegangs vor 30 Jahren fasziniert hat. Ich habe damals am Amalie-Sieveking-Krankenhaus als Krankenschwester gearbeitet und mein Mann am Theologischen Seminar in Horn studiert. Dem folgte eine abwechslungsreiche Zeit in verschiedenen baptistischen Gemeinden, in der ich angestellt als Gemeindediakonin, als Mutter von drei Kindern und ehrenamtlich als Pfarrfrau gearbeitet habe. Dabei hat mich die Dynamik von Paaren und Familien mit all ihren Herausforderungen, Krisen und Chancen immer schon beschäftigt. Mehr und mehr wuchs in mir die Überzeugung, dass gute Beratung im christlichen Kontext ein unverzichtbares und vielfältig gebrauchtes Angebot ist. Deshalb habe ich die Ausbildung zur Ehe- und Familientherapeutin gemacht, „Starke Eltern-Starke Kinder"–Kurse gehalten und bin Partnerschultrainerin geworden. Inzwischen bewege ich mich über ein Jahrzehnt mit wachsender Begeisterung als Selbstständige in diesem Bereich und freue mich sehr, jetzt bei der Beratungsstelle anzudocken.

Vorstand

In der Mitgliederversammlung am 22. März 2016 wurde **Lea Herbert** in den Vorstand für 2 Jahre nachgewählt, nachdem Manfred Löhner aus gesundheitlichen Gründen ausgeschieden war. Dagmara Milbach wurde als 1. Vorsitzende bestätigt.

Vorstellung von Lea Herbert

- Lea Herbert (33 Jahre), verheiratet mit Christian Herbert
- Pastorin der Evangelisch-Freikirchlichen Gemeinde in Großhansdorf
- Fortbildung in Seelsorge und Beratung (2 Jahre) beim Institut für Psychologie und Seelsorge Elstal
- seit 2012 in Weiterbildung der Transaktionsanalyse im Anwendungsfeld Beratung bei Günter Hallstein
- mehrjährige Mitarbeit im Fachkreis "Sichere Gemeinde – Kinder- und Jugendschutzkampagne des Gemeindejungendwerkes des BEFG"
- mehrfach in leitender Position im Bereich der Seelsorge und Beratung bei großen Events für Teens/Jugendliche und junge Erwachsene
- 5-jährige Ausbildung zur Erzieherin und Sozialassistentin, samt religionspädagogischer Zusatzqualifikation

Mein Herz schlägt dafür, dass Menschen im geschützten Raum der Beratung Annahme, Begleitung und persönliches Wachstum erfahren. Mich für die Beratungsstelle zu engagieren, damit sie diesem Dienst am Menschen nachgehen kann, ist mir ein starkes Anliegen.

Agnes Hofmann

Susan Jose

Lea Herbert

„Hilfe, ich kann doch gar nicht malen!“ – Gestaltorientierte Kunsttherapie in der Beratungsstelle

Fachartikel

In der Beratungsstelle arbeiten Berater und Beraterinnen mit unterschiedlichen therapeutischen und beraterischen Schwerpunkten. Ich bin Anke Bollmann und seit 1.1.2016 in der Beratungsstelle als gestaltorientierte Kunsttherapeutin tätig. Ich begleite und berate Frauen mit unterschiedlichen Themen: innere Anspannung, Erschöpfung, Angst, depressive Verstimmungen, Schlafprobleme, Schuldgefühle, Selbstwertprobleme. Ein Schwerpunkt meiner Arbeit ist die Begleitung von Krisen durch schwere Verluste, z.B. der Tod einer nahestehenden Person, die Trennung vom Partner. Manchmal betrauern Menschen auch nicht gelebte Lebensstadien mit all den verpassten Chancen und Möglichkeiten.

Was ist Gestaltorientierte Kunsttherapie?

Jeder Mensch bringt seine inneren Bilder mit, die ihm helfen, sich selbst zu organisieren, aufzubauen und zu rekonstruieren. Sich auszudrücken befriedigt nicht nur den ästhetischen Sinn. „Wir müssen uns ein Bild machen, um im Bilde zu sein“ (Egger, 2003, S.6). Seit frühesten Anfängen des Lebens gehören Kreativität und Kunst in verschiedensten Ausprägungen zum Leben der Menschen. Schon immer haben Menschen Bilder gemalt. Bilder sind Träger ihrer Kultur, ihrer Ängste, Wünsche und inneren Prozesse. Das Bedürfnis sich die Welt bildhaft anzueignen und zu vergegenwärtigen, Erkenntnisse weiterzugeben, Erfahrungen und Wünsche abzubilden, Gefahren und Ängste in Bilder zu bannen, scheint zeitlos. Wir sprechen und denken in Bildern und Bilder sprechen zu uns.

In der gestaltorientierten Kunsttherapie kommt zu der Beziehung Patient – Therapeut ein Drittes hinzu, das künstlerische Medium. Daraus ergibt sich zwischen den Beziehungspunkten Klient – Therapeut – Medium (Werk) ein Beziehungsdreieck, das in der kunsttherapeutischen Literatur als kunsttherapeutische Triade bezeichnet wird. Es braucht das therapeutische Gegenüber zum gemeinsamen Nachdenken über das bildnerisch Ausgedrückte.
Mit Hilfe von kreativen Methoden und Materialien sollen in der gestaltorientierten Kunsttherapie Stärken und Ressourcen aktiviert und weiterentwickelt werden. Gedanken, Gefühle, Fragen, Wünsche und Träume, Erfahrungen und Erlebnisse können nach außen gebracht, bewusst und erfahrbar gemacht werden und so zur Klärung und Lösung von Lebensaufgaben nutzbar gemacht werden.
Der Gestaltungsprozess an sich hat bereits eine heilsame Wirkung. Trüg und Kersten (2002) betonen, dass der Mensch in ganzheitlicher Weise angesprochen werden soll. In allen künstlerischen Medien steckt ein Potenzial, das einerseits therapeutisch, andererseits persönlichkeitsfördernd ist.

„Die Kunsttherapie möchte Klienten helfen, über den bildhaft-künstlerischen Ausdruck eigene unbewusste Seeleninhalte ins Bewusstsein zu bringen, um sie damit fühlbar und wandelbar zu machen. Seelische Prozesse und Phantasien drücken sich im Bild oft umfassender und leichter aus als durch das Wort. In seinen Bildern drückt der Malende unwillkürlich und unbewusst seine Fragen, Konflikte, Probleme, aber auch sein Potenzial und seine Lösungsmöglichkeiten aus“ (Rickert, 2009). Der Umgang mit dem Gestaltungsmaterial dient dabei zugleich als "Probe-handlung", in der neue Verhaltensweisen

ausprobiert werden, das Risiko der Veränderung eingegangen wird, unerledigte Handlungen abgeschlossen werden können, ohne dass dies für den Malenden bedrohliche Konsequenzen hätte. Im Gegenteil, die neuen Erfahrungen erweitern den Horizont und Handlungsraum, erlauben Flexibilität und Konzentration. Unaussprechliches, Tabuisiertes schafft sich über Kreativität Ausdruck.

„Da kunsttherapeutische Angebote der sanften Medizin zugeordnet werden können, kommen sie vorwiegend überall dort zum Einsatz, wo es ausdrücklich um das Seelische, den Empfindungsraum der Patientin und deren Entfaltung geht. Der Mensch wird ganzheitlich angesprochen. Die Anwendungsfelder künstlerischer Therapien sind z.B. innerhalb der Psychosomatik, Psychiatrie, der Kinderheilkunde, der Heilpädagogik, der Onkologie und im gesamten Spektrum rehabilitativer Leistungen anzutreffen. Darüber hinaus werden kunsttherapeutische Methoden aber auch im außerklinischen Bereich angewendet, so z.B. in pädagogischen Einrichtungen, Beratungsstellen, Malschulen und therapeutischen Praxen“ (Trüg und Kersten, 2002, S.4). Oft ist sie ein Teil eines ganzen Behandlungsprogramms und wird kombiniert mit anderen therapeutischen Verfahren.

Kunsttherapie in der Beratungsstelle

Jede Klientin, die zu mir in die Beratungsstelle kommt, bringt ihre inneren Bilder mit. Bilder aus denen sie lebt, die sie quälen oder denen sie vergeblich nachjagt. Sie bringt Erinnerungsbilder, Vorstellungsbilder und Bilder des Verlustes mit, die ihr bewusst sind oder nicht. Immer wieder erlebe ich in meiner Beratung, wie es auch Gertraud Schottenloher sagt: „wenn Worte fehlen, sprechen Bilder“ (Schottenloher 1994). Manchmal kann man in einem Bild mehr ausdrücken als mit Worten. Das Bild, was drinnen ist, ist draußen. Daran kann ich als Therapeutin anknüpfen.
Die gestaltorientierte Kunsttherapie in der Beratungsstelle soll dazu anregen und ermutigen, zu Farbe und Pinsel zu greifen. Jede Klientin findet ihre eigene Bildersprache, auch wenn sie häufig als erstes spontan mit „Ich kann doch gar nicht malen!“ reagiert. Die Klientin malt ein Bild, gestaltet aus Ton oder Papier das Unaussprechliche, das sie mitbringt. Das Bild steht für eine gestaltete Mitteilung aus der Innenwelt der Klientin an die Außenwelt, das heißt in der gestaltorientierten, kunsttherapeutischen Situation: an sie selbst und an die Therapeutin. Die Kunsttherapie bringt den Menschen in Beziehung zu sich selbst und anderen. Das Bild ist

die typische Antwort eines bestimmten Menschen auf seine Situation. Mit dem Bild wird ein Rahmen und Möglichkeit gegeben sich zu entlasten. Bilder bieten Struktur, Halt und Sicherheit. Die Klientin gibt der Angst, der Trauer, der Antriebslosigkeit Raum und dabei drückt das Bild aus, was sie noch nicht begreifen kann. Dabei sind Bilder strukturierend, autonomiebildend, identitätsfördernd. Abwehrstrukturen werden durch den direkten Zugang zum Bild unterlaufen. Die Intervention kann den Bild-Raum erweitern oder aber verdichten, die Klientin kann einen Ausschnitt suchen, einen Rahmen verändern oder erst setzen. Das was im Sprachgebrauch bereits enthalten ist (Reframing) kann somit in direkter Handlung erfolgen. Indem Bildteile ergänzt, vergrößert, verkleinert, fokussiert, eingebunden, verschoben werden, werden die entsprechenden psychischen Anteile integriert und gewichtet. Eine andere Darstellungsart, bildnerische Quereinstiege und ungewohntes Material erzeugen ebenso neue Aspekte, wie der Wechsel in eine neue bildnerische Ebene.

Ich als Therapeutin bin Zeugin der ausgedrückten Realität und Gefühle. Menschen sind soziale Wesen und wir brauchen ein Gegenüber. In der therapeutischen Beziehung der Beratungsstunde findet die Klientin Anteilnahme und Anregung. Schmerzhafte Bilder können weggepackt, hilfreiche Symbole hinzugefügt werden, Halt gebende Gegenbilder gemalt werden. Die Klientin lernt ihre Bedürfnisse wahrzunehmen, zur Ruhe zu kommen und innere Kräfte zu stärken (Wellendorf 2007, S. 304).

Aus dem „Probehandeln“ kann es über das Gespräch mit der Therapeutin zu neuem Handeln kommen, neue Fähigkeiten können entdeckt werden. Das gemalte, bewegte, geträumte, geformte und auch gesprochene Bild fördert die Wahrnehmung, den Ausdruck und die Konzentration. Der Ausdruck im Bild wirkt zurück, weckt Assoziationen und inspiriert zu neuem Schaffen.

Über Bilder kann speziell in der Trauerarbeit zum Ausdruck kommen, was sonst unsagbar und unansehbar ist. So ist es z.B. in der ersten Zeit für Trauernde manchmal schwierig Worte zu finden. Die Schmerzen, aber auch Wut und Angst, sind zunächst unfassbar, brechen u. U. auch später immer wieder auf und machen so deutlich, dass es notwendig ist, sich mit dem unbegreiflichen Verlust auseinanderzusetzen. Es geht darum, Trauernden zu helfen, den Verlust zu verarbeiten, und auch um Abschied von einer Vorstellung über sich und sein Leben zu nehmen. Es geht darum, loszulassen und sich an eine neue Realität anzupassen.

Gestalten mit Farbe, Papier und Ton als Ausdruck der aufkommenden Gefühle ist eine große Hilfe und Entlastung. Über die Bilder gelingt es, Worte zu finden, sowie Strukturierung und Distanzierung. Akzeptanz und Neuanfang sind möglich. Veränderungen werden in den Bildern sichtbar. In der gestaltorientierten kunsttherapeutischen Trauerbegleitung erlebe ich immer wieder, dass die Klientin Ressourcen für sich wieder entdeckt und für sich nutzen kann. Die gestaltorientierte Kunsttherapeutische Beratung bietet Chancen, sich dem Leben wieder zuzuwenden. Sie wirkt als ein Samen, durch den Erkenntnis, Mut und Hoffnung wachsen können.

Insgesamt erfahre ich die gestaltorientierte Kunsttherapie als einen heilsamen und stärkenden Weg für Menschen, die in ihrem Leben Konflikte, Krisen und Belastungen menschlicher Entwicklung und menschlichem Zusammenlebens erleben. Mit ihrer Unterstützung können im Gespräch über das Gestaltete Ressourcen aktiviert, Perspektiven und Neuorientierung gefunden werden.

Anke Bollmann

Literaturliste:

Egger B (2003). Ereignis Kunsttherapie. 1. Auflage. Bern: Zytglogge; 6.

Kast V (2015).Trauern. Phasen und Chancen des psychischen Prozesses. 3. Auflage. Freiburg: Kreuzverlag.

Lewis C S (2014). Über die Trauer. 6. Auflage. Frankfurt am Main und Leipzig: Insel Verlag; 9,13,41.

Rickert R (2009). Lehrbuch der Kunsttherapie. Ahlerstedt: Param-Verlag; 9.

Schottenloher G (1994). Wenn Worte fehlen sprechen Bilder, Bildnerisches Gestalten und Therapie Band 1, Schottenloher G (Hrsg.) München: Kösel; 33,34.

Trüg E, Kersten M (2002). Praxis der Kunsttherapie. Arbeitsmaterialien und Techniken. Stuttgart, New York: Schattauer; 4,5.

Wellendorf E (2007). Psychoanalytische Kunsttherapie. In: Die Neuen Kreativitäts-Therapien. Handbuch der Kunsttherapie. Band 1. 4. Auflage Petzold H, Orth (Hrsg). Bielefeld, Locarno: Edition Sirius; 304.

Impressum

Herausgeber: Evangelisch-Freikirchliche Beratungsstelle Hamburg e.V. (EFB)
Grindelallee 95, 20146 Hamburg
Suttnerstraße 18, 22765 Hamburg

Telefon: Anmeldung zur Beratung: (040) 41 75 04
Fachliche Leitung: (040) 41 44 98 19
Verwaltung: (040) 55 77 55 90
Geschäftsführung: (040) 414 666 25
Internet: beratung@efb-hamburg.de
www.efb-hamburg.de

V.i.S.d.P.: Dr. Tilman Schreiber (Geschäftsführer)
Bankverb.: Ev.-Freik. Beratungsstelle Hamburg e.V.
Spar- und Kreditbank Bad Homburg
BIC GENODE51BH2
IBAN DE84 5009 2100 0000 9260 00
Druck: flyeralarm, Auflage: 1000 Stück
Layout: Miriam Krause (www.miriamkrause.de)
Bildnachweis: Cover: fotolia.de, alle anderen: privat
Verfasser der nichtsignierten Texte: Dr. Tilman Schreiber

Der Infobrief erscheint 1-2mal jährlich

Neues Beratungsangebot – Kurzberatung!

Die Fachliche Leitung, Anja Eifert, bietet ab sofort jeden Mittwoch von 15-18 Uhr Kurzberatungen in der Grindelallee 95 an. In dieser Zeit kann eine einmalige Beratung von ca. 45 Minuten in Anspruch genommen werden. Der Kostenbeitrag beträgt pauschal 20 €.
Das Angebot ist gedacht

- als lösungsorientierte Beratung zur Suche nach Lösungen bei kleineren persönlichen Konflikten und Unsicherheiten angesichts herausfordernder Lebenssituationen.
- als Denkanstoß: Wie kann etwas weitergehen, was ist der nächste Schritt?
- als Ersteinschätzung, ob eine weitere Beratung in der Beratungsstelle oder eine Therapie eine gute Entscheidung sein könnte.

Dieses Angebot kann nicht leisten: Rechtsberatung, Schuldnerberatung, eine sozialpsychiatrische Beratung über den Erhalt einzelner Hilfeleistungen und Hilfe in akuten suizidalen Krisen.

Termine werden kurzfristig vergeben!
Bitte melden Sie sich zu den Telefonsprechzeiten (Montag von 10-12 Uhr, Mittwoch von 18-20 Uhr; Tel. 040- 41 75 04) oder per Mail (beratung@efb-hamburg.de) für den nächsten möglichen Termin an. Sie können auch eine Nachricht mit dem Hinweis "Kurzberatung" auf den Anrufbeantworter sprechen, wir rufen zurück.

Seminarangebote

TRENNUNGSKINDERGRUPPE – GRUPPE „MANN-SEIN“ – EPL-KOMMUNIKATIONSSEMINAR!

Es sind noch Plätze frei!
Anmeldungen und weitere Infos unter:
Tel: 040 – 41 75 04, Mo: 10-12 Uhr, Mi: 18-20 Uhr oder
per E-Mail: beratung@efb-hamburg.de

Trennungskindergruppe: „Ich bin nicht allein!“

Wenn Sie sich als Eltern getrennt haben oder geschieden worden sind, hat sich sicher für Ihr Kind einiges verändert. Vielleicht spüren Sie auch, dass sich Ihr Kind verändert hat. Vielleicht ist es trauriger als vorher und zieht sich zurück, vielleicht verlangt es gerade sehr viel Aufmerksamkeit. Der Trennungskinderkurs soll Ihrem Kind oder Ihren Kindern Raum geben, seine Gefühle und Gedanken angesichts all der Veränderungen in seinem Leben Raum zu geben. Es kann an 8 Nachmittagen in einer kleinen Gruppe von 4-6 Kindern im Alter von ca. 8-11 Jahren spielerisch die Erfahrung machen: Ich bin ich, und das ist gut so. Und ich bin nicht allein mit meinen Sorgen und Ängsten.
Wir sammeln ab sofort Anmeldungen. Bei ausreichender Beteiligung von mindestens 5 Kindern beginnt der Kurs mit einem Elternabend am Montag, dem 25.04.2017 um 19.00 Uhr.
Die Kinder treffen sich dann fortlaufend acht Dienstage, 02.05. / 09.05. / 16.05. / 30.05. / 06.06. / 13.06. / 20.06. / 27.06., um 15.30-17.00 Uhr. Ort: Grindelallee 95. Im Anschluss können Abschlussgespräche mit den jeweiligen Familien vereinbart werden.
Die Leitung des Kurses hat Anja Eifert, Fachliche Leitung der EFB. Die Kosten betragen pro Kind für den gesamten Kurs: 60 €.

„Ich bin nicht allein!“.

Gruppenangebot für Trennungskinder

- Für Kinder im Alter von ca. 8-11 Jahren von Eltern, die sich getrennt haben oder geschieden worden sind.
- Spielerisch die Erfahrung machen: Ich bin ich, und das ist gut so. Und ich bin nicht allein mit meinen Sorgen und Ängsten.
- Die Gruppe von 4-6 Kindern gibt den Kindern Raum für ihre Gefühle und Gedanken zu all den Veränderungen in ihrem Leben.
- Die acht Nachmittage werden mit einem Elternabend vorbereitet.

Seminar Trennungskinder

Mann-sein

Männer auf der Suche nach Männlichkeit

- Diese Gruppe ist der Ort, Männlichkeit zu spüren und zu leben.
- Die Solidarität der Männer in einem guten, geschützten Raum jenseits von Rivalität hilft beim Finden und Stärken der eigenen männlichen Identität.
- Mann-sein kann schön sein und will mitunter auch gelernt sein.
- Die Gruppe von fünf bis sieben Männern gibt Rückhalt - auch in Verletztheit -, sensibilisiert für Gefühle und stärkt jeden in seiner Männlichkeit.
- Die monatlichen Treffen sind verbindlich für mindestens fünf Termine, danach ist jederzeit eine Kündigung beim persönlich vorletzten Mal möglich.

Seminar "Mann-Sein"

Mann-Sein

Diese Gruppe ist der Ort, „Männlichkeit“ zu spüren und zu leben. Die Solidarität der Männer in einem guten, geschützten Raum jenseits von Rivalität hilft beim Finden und Stärken der eigenen männlichen Identität. Mann-sein kann schön sein und will mitunter auch gelernt sein. Die Gruppe von fünf bis sieben Männern gibt Rückhalt - auch in Verletztheit -, sensibilisiert für Gefühle

und stärkt jeden in seiner Männlichkeit. Die monatlichen Treffen sind verbindlich für mindestens fünf Termine, danach ist jederzeit eine Kündigung beim persönlich vorletzten Mal möglich.

Die Gruppe Mann-Sein trifft sich monatlich Fr 19.30 Uhr bis 22.00 Uhr in den Räumen der Beratungsstelle, Grindelallee 95, 20146 Hamburg. Die Termine in 2017 sind 13.1. / 10.2. / 17.3. / 7.4. / 12.5. / 9.6. / 7.7. / 15.9. / 13.10. / 10.11. / 8.12.

Die Gruppe wird geleitet von Matthias Eßwein, Berater in der EFB. Die Kosten betragen pro Abend 18,00 €, Ermäßigungen sind nach Absprache. Es ist jederzeit möglich einzusteigen für mindestens 5 Abende.

Das EPL-Kommunikationsseminar für Paare

besteht aus 6 Trainingseinheiten, in denen die Kommunikation der Partner miteinander gecoacht wird. Persönliche Themen besprechen die Paare räumlich getrennt von den anderen Paaren. Ein Kurs besteht aus 4-5 Paaren mit den Kursleitern Petra Reinecke und Dr. Tilman Schreiber.

Das Seminar findet an zwei Samstagen, am 6. und 20. Mai 2017 von 10-17.00 Uhr in der Grindelallee 95 statt. Die Kosten betragen pro Paar 350,- €.

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.

EPL-Kommunikationsseminar

Neue Standorte

Schon im Jahr 2008 hat den Vorstand der Beratungsstelle die Frage beschäftigt, ob und wie sich die Arbeit der EFB mit neuen Beratungsstandorten erweitern lässt. Damals wurden Konzeptionen für den Stadtteil Hamm und Fuhlsbüttel entworfen, die sich jedoch nicht verwirklichen ließen. Nun unternehmen wir in 2017 einen neuen Anlauf für zwei neue Standorte in den Evangelisch-Freikirchlichen Gemeinden Billstedt und Fuhlsbüttel. Der Plan ist, jeweils einen Raum in diesen beiden Gemeinden anzumieten, und unter der Woche an 1-2 Tagen dort Beratung anzubieten.

Das ist dabei unser Ziel:

- Wir wollen näher bei den Menschen im Osten und Nordosten sein und ihnen unser Beratungsangebot leichter zugänglich machen.
- Wir wollen uns mit den Gemeinden und ihrer Arbeit sowie weiteren Kooperationspartnern wie beispielsweise der Arche in Billstedt stärker vernetzen
- Wir wollen Erziehungsberatung auch für die Bezirke Nord und Mitte anbieten können.
- Wir wollen eine zusätzliche Teilzeitstelle für eine/n Berater/in schaffen, die Erziehungsberatung durchführt.
- Wir wollen am 1. April/Mai starten.

Als Investitionskosten für diese beiden neuen Standorte veranschlagen wir ca. 10.000,- €, für die wir auf Unterstützung durch Spenden hoffen.

Mit dem Beginn des Jahres 2017 werden die konkreten Schritte zur Umsetzung in Angriff genommen. Die neuen Beratungsräume müssen renoviert, möbliert und gestaltet werden. Nach einer Besichtigung durch die Behörde für Arbeit, Soziales, Familien und Integration können die neuen Standorte an den Start gehen.

SAVE THE DATE

Herzliche Einladung zur Jahresmitgliederversammlung am 14. März um 19.00 Uhr im Cafe Quo Vadis, Grindelallee 95

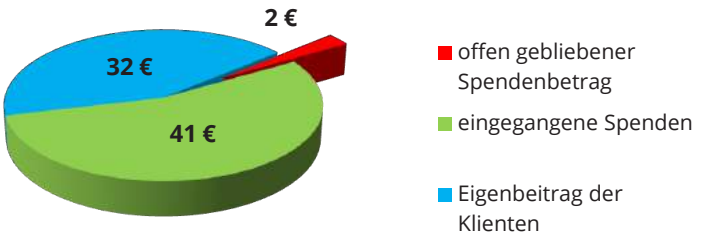
- Besichtigung der renovierten Beratungsstelle
- Bericht zu den neuen Standorten
- Jahresabschluss 2016
- Satzungsangelegenheiten

Finanzen der EFB

Nach den verlustreichen Defizitjahren 2012 bis 2014 hat sich die Haushaltslage der EFB nach dem positiv abgeschlossenen Jahr 2015 weiter stabilisiert. Dazu trägt zum einen die erfolgte Reduzierung des Personalschlüssels bei mit 2 Festanstellungen (1,1 Vollkräfte) und 3 Minijobs bei. Zum anderen können in der Erziehungsberatung Einnahmesteigerungen verzeichnet werden.

dings die Kürzung des Zuschusses des Hamburger Verbandes der Ev.-Freik. Gemeinden um 3000,- € nicht aufgefangen werden. Diese Kürzung wird voraussichtlich auch künftig beibehalten. Zusammen mit dem Wegfall von Sondereinnahmeeffekten entsteht in 2017 eine Einnahmelücke von ca. 12.000 €, die zusätzlich eingeworben werden müssen, damit alle Zuschüsse

Kostenübernahme Beratungsstunde



Die Gesamtsumme an Spenden ist im Jahr 2016 gegenüber den Vorjahren zurückgegangen. Glücklicherweise sind durch die Advents- und Weihnachtsspenden über 95 % der benötigten 43 € Spendengelder pro Beratungsstunde eingegangen. Dadurch konnte allerzu Beratungsstunden erbracht werden können.

Bitte unterstützen Sie uns finanziell, dass wir unseren Beratungsauftrag erfüllen und die innovativen neuen Standorte eröffnen können!

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

evangelisch freikirchliche beratungsstelle
Schritte wagen. Weite finden. Aufleben.

(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.

.....

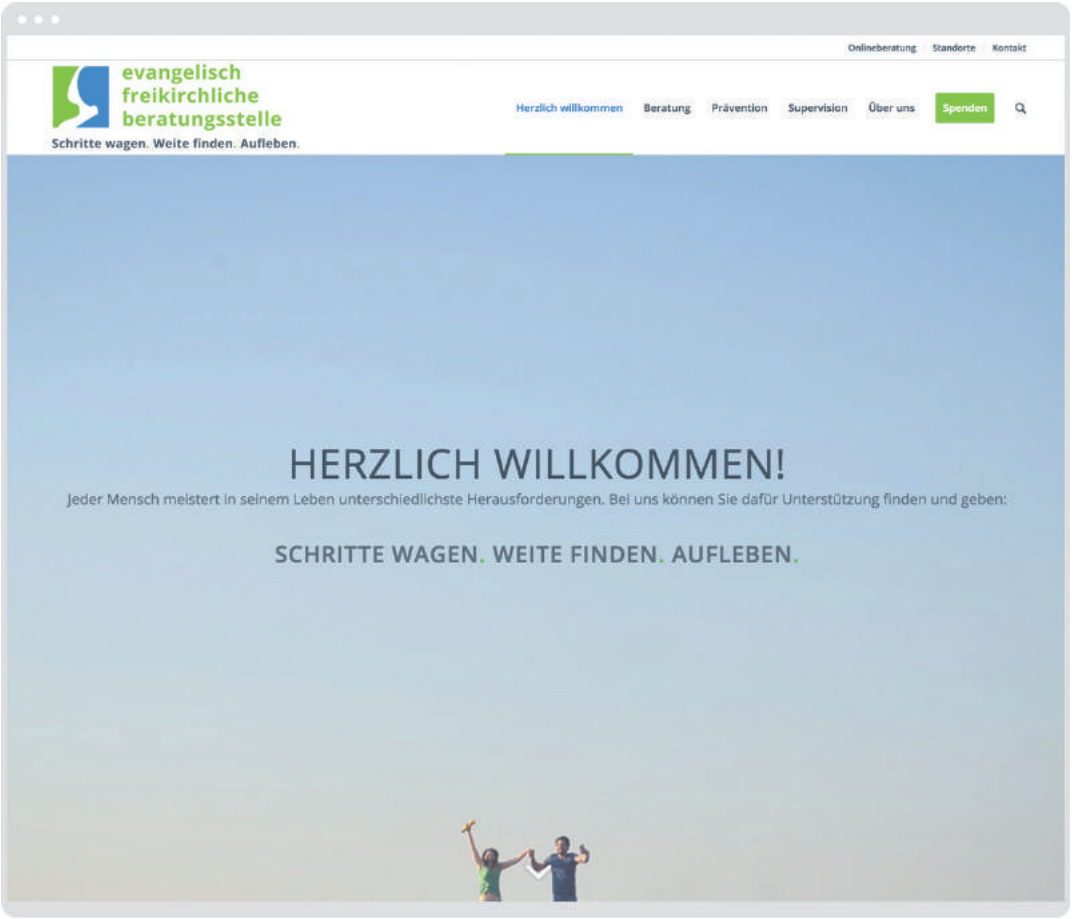
Kreditinstitut | IBAN | BIC

.....

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.

DIALOGPOST
Ein Service der Deutschen Post



Unsere neue Webseite ist fertig!

Besuchen Sie uns unter

www.efb-hamburg.de