| **NR. 30** | **FRÜHJAHR 2011** | www.efb-hamburg.de |

INFOBRIEF

Evangelisch-Freikirchliche **Beratungsstelle** Hamburg

| **AUS DEM INHALT** | Editorial **S.2** | Aus der Beratungsarbeit **S.3** | Die Haushaltslage der EFB **S.4** | | Personalwechsel im Sekretariat der Beratungsstelle **S.4** | Vorstandswahlen **S.5** | | Besonderes Angebot **S.8** | **Fachartikel:** Resilienz – oder die Kraft, die man „Lebensmut“ nennt **S.9** | Seminarangebote und Workshops **S.12** |

Liebe Infobrief-Leser,

liebe Freunde
und Mitglieder der Beratungsstelle,

*nach einem intensiven und bewegten Jahr 2010 konnte die EFB mit einem sehr erfreulichen Jahresabschluss in das neue Jahr 2011 starten: einem **ausgeglichenen Haushalt**. Die sich zunächst noch im vierten Quartal andeutende Deckungslücke konnte durch zusätzliche Spenden und flankiert von einer vorsichtigen Ausgabenpolitik geschlossen werden. Allen Spendern und Förderern möchte ich an dieser Stelle ganz herzlich danken, dass Sie unseren Hilferuf gehört haben. Bitte halten Sie uns auch in diesem Jahr die Treue!*

Erleichterung und Dankbarkeit geben Auftrieb für die zukünftigen Aufgaben. Dazu gehören die Personalwechsel im Sekretariat und im Vorstand der EFB, die Weiterentwicklung der Beratungsarbeit, der Kooperation mit dem Zentrum für psychische Gesundheit, der Präventionsangebote und Supervision, sowie das stete Ziel eines soliden Haushalts. Die EFB kann diesen Aufgaben mit gestärkter „Widerstandskraft“ begegnen.

*Die **Widerstandskraft** eines Menschen ist das Thema des Fachartikels **Resilienz** von Mitarbeiterin Claudia Guhl. Anhand dieses Fachbegriffes geht sie der Frage nach, welche Bedingungen den Lebensmut stärken und bereits im Kindesalter gefördert werden können.*

Diesen Mut, eben Widerstandskraft, braucht jeder Mensch, braucht unsere Gesellschaft, brauchen die Ratsuchenden, brauchen wir alle. Daher möchte ich mit dem Wunsch schließen:
Möge Ihre Widerstandskraft gestärkt und aufgerichtet werden durch die Kraft Gottes, die sich nach christlichem Zeugnis und auch beraterischer Erfahrung gerade im schwachen, ohnmächtigen Menschen als mächtig erweisen will.

Mit herzlichem Gruß

Dr. Tilman Schreiber

Aus der Beratungsarbeit

Aufgrund von Erkrankungen begann das Jahr 2011 mit einem Engpass in der sonst so zügigen Vermittlung der Klienten. Für einzelne Klienten kam es zu längeren Wartezeiten. Im letzten Jahr erreichten wir trotz Weggang von zwei Kollegen ungefähr die gleiche Klientenanzahl. Wir sind gespannt auf die Entwicklungen in diesem Jahr. Insbesondere der Paarbereich ruft aufgrund der vielen Anfragen nach einer Erweiterung.

■ Im Februar hat uns **Elisabeth Moll** verlassen, welche bei uns als Praktikantin ihre Praktikumsstunden für die Ausbildung zur Gestalttherapeutin abgeleistet hat. Sie hat unser Team über die Zeit sehr bereichert, besonders durch den Einblick in die Theatertherapie.

■ Dann gibt es zwei neue Gesichter: **Rebecca Bretschneider** wurde schon im letzten Infobrief als neue Praktikantin erwähnt, soll in diesem Infobrief noch mal mit Foto vorgestellt werden und im März hat **Axel Lorenz** begonnen, der im Rahmen seines Studiums eine längere Zeit als Praktikant bei uns mitarbeiten wird.

■ Ende Oktober 2010 war Frau Dr. Heike Ewers in der EFG-Ahrensburg und hat Mitarbeiter der Kinderkirche zum Thema ***Umgang mit sexuellem Missbrauch*** geschult. Das Thema findet Fortsetzung im April in der EFG-Lübeck. Wir freuen uns über diesen Weg, die Gemeindearbeit unterstützen zu können.

■ Am ersten Novemberwochenende 2010 war das **Beraterteam auf dem Tannenhof** in Mölln. Unsere Fachlichkeit wurde durch Vorträge von Detlev Schneider: *Einführung in die Paarsynthese* und Elisabeth Moll: *Einführung in die Theatertherapie* gefördert. Wir sind bereichert von der Gemeinschaft wieder zurückgekommen.

■ Im November 2010 fand das **C-STAB-Treffen** (Seelsorger, Therapeuten, Ärzte, Berater) statt, Frau Dr. Heike Ewers referierte zum Thema *Selbstannahme: liebe deinen Nächsten, wie dich selbst*. Von den Mitarbeitern der Beratungsstelle und des ZPGs wurden Workshops angeboten. Das Treffen unterschiedlicher Personen aus dem Bereich von Seelsorge und Therapie ist immer wieder eine Bereicherung.

Rebecca Bretschneider

■ Im Juni 2011 findet das deutschlandweite **Treffen der Arbeitsgemeinschaft der EFG Beratungsstellen** (AgefB) statt. Diesmal richten wir als Beratungsstelle Hamburg das Treffen aus. Im Konferenzhaus am Schüberg werden wir zum Thema *Vergebung* tagen.

✎ Dr. Heike Ewers

Axel Lorenz

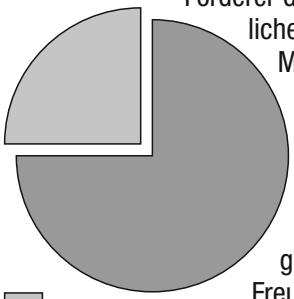
Die Haushaltslage der EFB

Sie erinnern sich vielleicht: zu Jahresbeginn 2010 und im Herbst-Infobrief 2010 warb die EFB um zusätzliche Spenden, um ein drohendes Haushaltsdefizit von 41.000 € decken zu können. Dieses Ziel haben die Mitglieder und Förderer der EFB mit ihren zusätzlichen Spenden erreicht. Der Mitgliederversammlung konnte am 11. April **ein ausgeglichener Haushalt** mit einem Überschuss von 236,99 € vorgestellt werden. Mit großer Erleichterung und Freude ist dieses Ergebnis aufgenommen worden. **Allen Spendern gilt unsere Dankbarkeit für diesen Ausdruck tiefer Verbundenheit.**

Für das Haushaltsjahr 2011 stellt sich natürlich die Frage, ob die EFB erneut mit einem hohen Spendenaufkommen rechnen kann. Bei einer niedrig veranschlagten Prognose würde erneut eine Unterdeckung im Haushaltsplan vorgesehen werden müssen. Der Vorstand und die Mitgliederversammlung der EFB hat sich jedoch dazu entschlossen, mit einem ausgeglichenen Haushaltsplan in das Jahr 2011 zu starten. Das bedeutet, dass die EFB diesmal darauf verzichtet, mit einem Defizit zu Spenden zu motivieren. Das könnte den Eindruck erwecken, als seien nun Spenden nicht mehr so notwendig. Dabei ist das Gegenteil der Fall, da sich der Haushaltplan am Spendenaufkommen von 2010 orientiert. **Die EFB appelliert daher an alle Förderer, ihr auch in 2011 die Treue zu halten** und sie in vergleichbarer Höhe im Jahr 2011 zu unterstützen. Denn die Lücke zwischen dem Klientenbeitrag und den tatsächlich entstehenden Kosten bleibt als Herausforderung für den Spenderkreis der EFB bestehen. Die EFB will sich bewusst diakonisch verstehen: Beratung soll möglich sein für jeden, unabhängig von seiner Finanzkraft. Die Null unter dem noch in der Zukunft liegenden Bilanzstrich des Jahres 2011 wird daher nicht nur den Vorstand und die Mitgliederversammlung erfreuen, sondern allen Menschen weiterhelfen, die in der EFB Rat suchen.

✎ Dr. Tilman Schreiber

Beitragsverteilung



25%: Kostenbeitrag der Klienten

75%: Beitrag, der eingeworben oder erwirtschaftet werden muss

Personalwechsel im Sekretariat der Beratungsstelle

Nach fünfeinhalb Jahren beendet **Helga Goldschmidt** zur Jahresmitte ihre Arbeit im Sekretariat der Beratungsstelle, um in den vorgezogenen Ruhestand zu gehen. Als erste Sekretärin der EFB hat sie die Verwaltung und Büroführung

entscheidend geprägt und im Hintergrund einen reibungslosen Ablauf gewährleistet. Nun will sie die Führung des Sekretariates in andere Hände legen. Eine Nachfolgerin wird derzeit gesucht. Wir wünschen Helga Goldschmidt für den neuen Lebensabschnitt von Herzen den Segen Gottes und sagen: Danke, für die engagierte Arbeit und den persönlichen Einsatz in den vergangenen Jahren!

✎ Dr. Tilman Schreiber

Nachwahl zum Vorstand und Wahl der 1. Vorsitzenden

Nachdem **Hans-Jürgen Schrumpf** im Jahr 2010 vom Vorsitz im Vorstand der EFB aus gesundheitlichen Gründen zurückgetreten war, begann die Suche nach einem neuen Vorstandsmitglied und einem neuen Vorsitzenden.

In der Mitgliederversammlung am 11. April 2011 wurde Pastorin **Anja Neu-Illg** in den Vorstand für 3 Jahre nachgewählt und willkommen geheißen.

Anja Neu-Illg stellt sich hier kurz vor:

Ich bin 35 Jahre alt, verheiratet mit Dr. Thomas Illg, seit 5 Jahren Pastorin der EFG Hamburg-Eimsbüttel und seit 6 Jahren Wahlhamburgerin. Ursprünglich komme ich aus dem schönen Mecklenburg. Die Gemeinde Eimsbüttel liegt direkt zwischen den beiden Standorten der Beratungsstelle. Ich schätze die Arbeit der Beratungsstelle sehr und empfehle sie gerne weiter. Mich interessiert der Zusammenhang zwischen Seelsorge und Beratung und zwischen Bildung und Beratung.

Ich bin gespannt auf die kommenden Entwicklungen und freue mich auf die Zusammenarbeit im Vorstand.

Herzliche Grüße,
Ihre Anja Neu-Illg

Helga Goldschmidt

Anja Neu-Illg

Als 1. Vorsitzende wurde **Helga Cassens** (EFG-Fuhlsbüttel) durch die Mitgliederversammlung bestätigt.

Helga Cassens ist Gründungsmitglied der Beratungsstelle und seit 5 Jahren im Vorstand der EFB engagiert.

Helga Cassens

Wir wünschen beiden für die Vorstandsarbeit die nötige Energie, Weitblick und auch Spaß!

✎ Dr. Tilman Schreiber

»Atempause« im Heidenhof Soltau

Im vergangenen Jahr 2010 hat die Beratungsstelle insgesamt neun Urlaubswochen für Alleinerziehende organisiert. Finanziert von der Albertinenstiftung konnten insgesamt 64 alleinerziehende Mütter mit ihren insgesamt 102 Kindern auf dem Heidenhof Soltau der Szlovak-Stiftung eine Woche kostenfrei Urlaub genießen. Auch nach dem plötzlichen Tod der Stifterin, Renate Szlovak, im Dezember 2010 soll ihr Stiftungswerk fortbestehen. Für bedürftige, urlaubsreife Mütter und Kinder ist das eine gute Nachricht. Denn die begeisterten Berichte aus den Urlaubswochen sprechen eine deutliche Sprache: *Entspannt und zeitlos gestalteten wir unsere Tage, weg von all den Zwängen. Welch Balsam für die Kinder, die kleinen Herzen schlugen ganz doll bei dem Angebot an Spielgeräten, den herrlichen Räumlichkeiten und dem Gedanken an den kleinen Bootsanleger, der versteckt zwischen den Rhododendren am Ufer des Sees zu entdecken war.*

Heidenhof Soltau

Spaß auf dem Trambolin

Und damit nicht genug: Der Ausflug zum Heidepark, Badespaß im Freizeitbad, die Besichtigung des Spielzeug-Museums und des Spielparadieses brachten uns einander noch näher. (Aus einem Bericht von Müttern, die mit Renate Machein, EFG-Stelle, eine Urlaubswoche in 2010 verlebt haben)

Für das Jahr 2011 sind wieder sieben Urlaubswochen geplant, vornehmlich während der Hamburger Schulferien. Alleinerziehende Mütter, die seit Jahren keinen Urlaub mehr machen konnten, dürfen sich im Sekretariat der Beratungsstelle für eine kostenfreie Urlaubswoche anmelden. Dieses Angebot darf gerne weitergesagt werden!

Ein herzliches Dankeschön sei an dieser Stelle den Reisebegleiterinnen gesagt, die mit ihrem persönlichen Engagement dem diakonischen Anliegen und damit der Liebe Jesu Christi ein Gesicht geben. Als Begleiterinnen fungieren in 2011 wieder Gisela Sembritzki (EFG-Grindelallee), Helga Cassens (EFG-Fuhlsbüttel), Rebecca Bretschneider (EFG-Fuhlsbüttel), Berit Hilken und Sylvia Ebert (EFG-Schenefeld) sowie – zum ersten Mal dabei – Christine Krebs (EFG-Billstedt/Billekids e.V.).

Supervision in der Beratungsstelle

Seit einigen Jahren bietet die Beratungsstelle für Unternehmen, Gemeinden und Einzelpersonen Supervision, Coaching, Mediation und Organisationsberatung an.

Ein Team von fünf Supervisoren und Supervisorinnen leistet diese – vor allem in der Arbeitswelt notwendige – Arbeit auf einem hohen Qualitätsniveau.

Neu im Team ist seit 2010 **Pastorin Petra Reinecke** (EFG-Wedel), die im November 2010 ihre mehrjährige Supervisionsausbildung abgeschlossen hat.

Petra Reinecke

Herzlichen Glückwunsch und willkommen im Supervisorenteam der EFB!

Die **Anzeigen** in diesem INFOBRIEF sind von Firmen geschaltet, die unsere Arbeit finanziell unterstützen

ANZEIGE

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«

besonderes Angebot

DER BERATUNGSSTELLE:

Eine Auszeit für PastorInnen und kirchliche MitarbeiterInnen

… sich Gutes tun!
… sich in orientierenden Gesprächen entlasten!
… für drei Tage ganz ungestört sein!

WO: In einer großzügigen **Ferienwohnung** in unmittelbarer Elbnähe in **Hamburg-Blankenese**. Die Geschäfte sind in 10 Min. zu Fuß zu erreichen

Die **Ankunftszeit** ist zwischen 9:00 Uhr und 13:00 Uhr.
Das **erste Gespräch** findet um 16:00 Uhr statt.
Ein **zweites und drittes** an den folgenden Tagen um 10:00 Uhr

BEGLEITUNG durch Regina Michaelis-Braun, Hamburg

Zur Person
Regina Michaelis-Braun, Jahrgang 1947, verheiratet, zwei Töchter.
Ausbildung in Logotherapie und Existenzanalyse (V. Frankl, A. Längle)
Staatliche Zulassung zur heilpraktischen Psychotherapie (HPG)
Europäisches Zertifikat für Psychotherapie (ECP)
Weiterbildungen in Trauma-Therapie.
Seit 1995 Honorarkraft in der Ev.-Freik. Beratungsstelle Hamburg
für Ehe-, Partnerschafts-, Familien-, Erziehungs- und Lebensfragen

KOSTEN für **drei Gespräche** à 50 Minuten 120,00 €,
zwei Übernachtungen incl. Handtücher, Bettwäsche und Endreinigung 70,00 €.

ANMELDUNG über das Sekretariat der Evangelisch-Freikirchlichen Beratungsstelle Telefon (0 40) 55 77 55 90

Es wird empfohlen, den Laptop und das Mobiltelefon für diese Zeit zu Hause zu lassen.

Resilienz- oder die Kraft , die man „Lebensmut“ nennt

Nach einer Untersuchung in den USA ist unter Eltern die Ansicht weit verbreitet, es sei heutzutage viel schwieriger, Kinder zu „guten Menschen“ zu erziehen, als noch vor 20 Jahren. Zwei von drei der Befragten haben das Gefühl, ihre Sache schlechter zu machen, drei Viertel geben an, gewisse Dinge anders zu machen, sie seien aber unsicher, ob das, was sie tun, letztendlich sinnvoll sei. Wie können wir nun mit dieser Unsicherheit umgehen und die Herausforderungen im Leben gut bewältigen? Wie können wir unsere Kinder stark machen? Was hilft uns Menschen, uns trotz widriger Umstände positiv zu entwickeln? Dies sind die zentralen Fragen in der Resilienzforschung.

Was bedeutet „Resilienz“? - Der Begriff **„Resilienz“** (lat. resilire = zurückspringen) stammt ursprünglich aus der Biologie und bedeutet dort Spannkraft, Elastizität (z.B. Hautelastizität) und Beweglichkeit.

In der pädagogischen Literatur definieren BROOKS und GOLDSTEIN Resilienzfähigkeit als „die Kraft, die man Lebensmut nennt“. Resilienz umfasse „die Fähigkeit eines Kindes, mit Druck und Belastungen fertig zu werden, die täglichen Herausforderungen zu bewältigen, sich angesichts von Enttäuschungen oder unerfreulichen und traumatischen Erfahrungen rasch wieder zu fangen, klare und realistische Zielvorstellungen zu entwickeln, Probleme zu lösen, gut mit den Mitmenschen zurechtzukommen, sich selbst und anderen mit Respekt zu begegnen.“

In der Psychologie wird Resilienz als das „Immunsystem der Seele“ verstanden. Resilienz lässt sich auch mit „psychischer Widerstandskraft gegenüber biologischen, psychologischen und psychosozialen Entwicklungsrisiken“ übersetzen.

Widerstandskraft gewinnen

Das Gegenstück zur Resilienz ist Vulnerabilität. Vulnerabilität bedeutet in diesem Zusammenhang, dass jemand leicht durch äußere Einflüsse seelisch zu verletzen ist. Vulnerable Personen neigen besonders stark dazu, psychische Erkrankungen zu entwickeln.

Die **Resilienzforschung** geht von der Grundannahme aus, dass jeder Mensch über Selbstheilungskräfte verfügt bzw. über gesunde Anteile in Form von Ressourcen und Stärken, die es ihm ermöglichen, die eigenen Probleme Schritt für Schritt zu lösen.

Untersucht werden die Fragen: **Was hält oder was macht Men-**

schen stark? Warum gehen einige Menschen auch unter extrem lang anhaltenden Stressbedingungen nicht in die Knie? Wie ist es möglich, dass Kindern trotz **„Risikofaktoren“** eine positive und gesunde Entwicklung gelingt? Was schützt Menschen davor, Belastungen im Leben positiv zu bewältigen. (**„Schutzfaktoren“**).

Risikofaktoren und Schutzfaktoren:

Unter **„Risikofaktoren“** werden Merkmale zusammengefasst, die die gesunde Entwicklung eines Kindes gefährden können. Genannt werden u.a.:

▶ Sog. *primäre Risikofaktoren:* biologische und (neuro-) psychologische Faktoren wie z.B. Geburtskomplikationen, chronische Erkrankungen, geringe Intelligenz, hohe Ablenkbarkeit oder Behinderung des Kindes.

▶ Sog. *sekundäre Risikofaktoren:* z.B. unsichere Bindung, geringe Fähigkeit zur Selbstregulation von Anspannung und Entspannung.

▶ *psychosoziale Risiken:* Familiensituation und Lebensumfeld, z.B. alleinerziehende Elternteile, chronische Armut, geringes Bildungsniveau der Eltern, chronische familiäre Disharmonie, Alkohol- und andere Drogenabhängigkeit der Eltern, psychische Erkrankung eines oder beider Elternteile.

▶ *traumatische Erlebnisse:* Erlebnisse, bei denen Menschen direkt mit der Bedingtheit und Endlichkeit ihres Lebens konfrontiert sind (Kriege, Unfälle, Gewalt, Verbrechen, Tod eines nahen Menschen).

Nicht jeder Risikofaktor ist allein schon eine Entwicklungsgefährdung. Schwierig ist die Häufung und die Dauer der Belastungen, denen Kinder ausgesetzt sind.

Demgegenüber werden unter **„Schutzfaktoren“** die Merkmale zusammengefasst, die das Auftreten einer psychischen Störung verhindern oder abmildern und die positive Entwicklung eines Kindes unterstützen.

Schutzfaktoren sind z. B.: eine **sichere Bindung** zu mindestens einer Betreuungsperson, soziale Unterstützung innerhalb und außerhalb der Familie, **positive Rollenmodelle**: wie erleben unsere Kinder uns in Bezug auf Schwierigkeiten, ein **positives Selbstbild** bzw. eine positive Selbsteinschätzung, ein emotional **warmes, empathisches Erziehungsverhalten** der Betreuungspersonen, **kognitive und soziale Kompetenzen**, **Problemlösefähigkeit**: statt „ich kann das nicht…“ sagen wir: „mal sehen, wie wir das hinkriegen…“, **Interesse**, **Motivation und Erfolg in der Schule, Interessen und Hobbys**: Freizeitbeschäftigungen bedeuten eine Abwechslung oder gar eine Gegenwelt zum belastenden Alltag,

Grundhaltung von Optimismus und Hoffnung und die Beziehung zur Natur (z. B. Pflege eines Haustiers).

Menschen entwickeln sich trotz Risiken positiv, wenn mehrere der oben genannten Punkte auf sie zutreffen. Man erwirbt sie am leichtesten in den ersten zehn Lebensjahren. Sie geben uns Menschen das Gefühl, selbstwirksam zu sein, d.h. die eigene Situation verändern zu können und handlungsfähig zu bleiben.

Was bedeutet dies nun „praktisch“?

Das Wichtigste: Resilienz ist förder - bar!!

Um Resilienzfähigkeit zu erlangen, können wir Kindern im Erziehungsalltag, aber auch in Kursen und Beratungssituationen bestimmte Lebenskompetenzen vermitteln, die ihnen helfen, den „Lebensmut“ nicht zu verlieren. Dazu gehören: Selbstwahrnehmung, Empathie, kreatives und kritisches Denken, die Fähigkeit Entscheidungen zu treffen und Probleme zu lösen, gut zu kommunizieren, mit Gefühlen umgehen zu lernen und Stresssituationen zu bewältigen.

Unsere Haltung als Eltern oder pädagogische und psychologische Fachkräfte ist immer ressourcenorientiert. Was sind **die Stärken des Kindes und wie können diese gestärkt werden?** Die Frage dabei lautet: Was kann dieses Kind? Worin ist er/sie gut? Worauf greift es in schwierigen Situationen zurück? Was sind gute Bewältigungsstrategien?

Zum Schluss ein Beispiel aus der Praxis:

Auch das auffälligste Verhalten verbirgt bzw. zeigt eine Stärke! Zum Beispiel hörte ich von einer Mutter, deren 4 ½ jährige Tochter sich im Kindergarten nicht an Gruppenspielen beteiligen mochte. Sie sitze lieber am Rand, erzählte die Mutter. Viele Versuche der Erzieherinnen, sie zu motivieren und zu beteiligen, lehnte sie ab. Die Bezugspersonen wussten nicht mehr weiter. Die Frage, die sich stellte war: Worin liegt hier nun die Stärke des Mädchens? Nach einer Weile stellte sich heraus, dass ihre Stärke in ihrer sehr genauen Beobachtungsgabe lag. Sie hatte den Spielverlauf und das Verhalten der anderen Kinder genau verfolgt und wurde schließlich als „Schiedsrichterin“ in das Gruppengeschehen einbezogen…

Kinder stärken heißt auch, Erfolge der Kinder stärker zu beachten als Misserfolge. Kinder stärken wir, indem auch ihre Vorlieben, Spaß und Lust in ihre zu bewältigenden Aufgaben einbezogen werden. Eltern und Erziehungspersonen können positive Gefühle, Bilder und Erinnerungen wachrufen, die dem Kind die eigenen Stärken bewusst

machen. Daraus resultieren für sie ein positives Selbstbild und ein gutes Grundgefühl – und die Fähigkeit zu Resilienz!

✎ Claudia Guhl

SEMINARANGEBOTE und WORKSHOPS 2011

Gruppenangebot für Trennungskinder und Trennungseltern

ORT UND ZEIT
Kita am Albertinen-Krankenhaus,
Hogenfelder Str. 28, 22457 Hamburg

Kurs C
ELTERN: Mo. 31.10., 14.11., Di. 06.12.
16.30 – 18.30 Uhr
KINDER: Di. 01.11., 08.11., 15.11., 22.11., 29.11., Mo. 05.12.
16:00 – 17:30 Uhr

LEITUNG
Inga Schade (Mitarbeiterin der EFB Hamburg),
Dipl.-Pädagogin, Systemische Familientherapeutin,
Mediatorin und Supervisorin

KOSTEN
Ab 55,00 € pro Kind (durch die finanzielle Unterstützung der Albertinen-Stiftung können die regulären Kosten von 180,00 € einkommensabhängig gesenkt werden)

KEK-Kurse / Paartraining für Eltern

ORT UND ZEIT
Ev.-Freik. Beratungsstelle Hamburg, Grindelallee 95

Kurs B
Fr. 02.09., 19:00 – 22:00 Uhr
Sa. 03.09., 10:00 – 18:00 Uhr

Fr. 16.09., 19:00 – 22:00 Uhr
Sa. 17.09., 10:00 – 18:00 Uhr

LEITUNG
Margrit Schneider, Ehe-, Familien und Lebensberaterin

Dietmar Ullrich (Mitarbeiter der EFB Hamburg),
Theologe, Gestalttherapeut, Paarberater

KOSTEN
Für Eltern ab 180,00 € pro Paar
(durch die finanzielle Unterstützung der Albertinen-Stiftung sind einkommensorientierte Ermäßigungen möglich)
Regulär 560,00 € pro Paar

Jahresgruppe für von Depression betroffene Paare

„Miteinander (wieder) lebendig werden“

ORT UND ZEIT
Ev.-Freik. Beratungsstelle Hamburg, Grindelallee 95

Der nächste Kurs beginnt mit dem Einführungsabend:
Di. 16.08.2011 von 19:00 – 20:00 Uhr
(Der Einführungsabend ist kostenfrei. Eine Anmeldung ist erforderlich)

10 Abende von 19:00 – 21:30 Uhr

Di. 30.08., 27.09., 25.10., 29.11., 20.12.2011,
Di. 24.01., 21.02., 27.03., 17.04., 08.05.2012

LEITUNG
Dr. Heike Ewers, (Fachliche Leitung der EFB Hamburg), Psychologin und Verhaltenstherapeutin

Detlev Schneider, (Mitarbeiter der EFB Hamburg),
Familien- und Paartherapeut

KOSTEN
90,00 € pro Abend
insgesamt 900,00 € pro Paar für das ganze Jahr
(Ermäßigung ist möglich)

Die Teilnehmerzahl ist auf 5 Paare beschränkt.

Stressbewältigungsseminar für Menschen mit pädagogischen Berufen

ORT UND ZEIT
„Tannenhof“ in Mölln, Görlitzer Ring 7, 23879 Mölln

Fr. 18.11.– So. 20.11.

KOSTEN
80,00 € Seminargebühr + Kosten für Übernachtung und Vollpension (EZ ab 83,30 €)

LEITUNG
Irmgard Lenk (Mitarbeiterin der EFB Hamburg), Gestalttherapeutin, Meditationslehrerin, Supervisorin

Gruppensupervision für Pastoren/innen

ORT UND ZEIT
Ev.-Freik. Christuskirche, Suttnerstraße 18, 22765 Hamburg

Vier- bis sechswöchig Donnerstags 10:30 – 12:30 Uhr

4 – 7 Teilnehmer

LEITUNG
Hedwig Bumiller-Fechner, Supervisorin,
Fortbildung in System- und Organisationsaufstellungen

KOSTEN
38,00 € pro Sitzung

Supervision – Coaching – Mediation – Gemeindeberatung

Das Supervisorenteam der Beratungsstelle bietet Einzel- und Teamsupervision, Coaching, Mediation und Gemeindeberatung an.

KONTAKT UND INFORMATION
Dr. Tilman Schreiber

FON: (0 40) 414 666 25
E-Mail: schreiber@efb-hamburg.de

Anmeldungen über das EFB-Sekretariat: (0 40) 55 77 55 90 oder sekretariat@efb-hamburg.de

Bestellen Sie die Bücher aus der Beratungsstelle

unter Tel. (0 40) 55 77 55 90 oder sekretariat@efb-hamburg.de

Gerhard Neumann (Hg.)
Auf dem Weg *Sechs Predigten*
Berlin 2008

Heike Ewers / Gerhard Neumann (Hg.)
Christlicher Glaube und psychologische Beratung
Hamburg 2010

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

Meine Beratungsstelle! Dafür hab' ich was übrig!

Ich möchte

○ **den Infobrief erhalten**

○ **Mitglied werden**

zum Jahresbeitrag von 80,00€ (40,00 € ermäßigt)

○ per Überweisung

○ per Einzugsermächtigung (siehe unten)

○ **die Beratungsstelle finanziell fördern**

○ einmalig ○ monatlich ○ vierteljährlich ○ halbjährlich ○ jährlich

mit einem Betrag von ..... €

Die Zahlung soll erfolgen

○ per Überweisung

○ per Einzugsermächtigung (siehe unten)

.....

| Vorname | Nachname | | Gemeindemitglied in |

.....

| PLZ | Ort | Straße | Telefon | E-Mail |

.....

| Ort | Datum | Unterschrift |

EINZUGSERMÄCHTIGUNG (bitte ggf. ausfüllen, wenn Sie Mitglied oder Förderer sind)

Ich bin damit einverstanden, dass mein Mitgliedsbeitrag / Förderbeitrag von meinem Konto abgebucht wird

und zwar erstmalig zum ..... und zwar einmalig zum .....

| Kreditinstitut | | Bankleitzahl | | Kontonummer |

| Ort | | Datum | | Unterschrift |

Spendenkonto:

Evangelisch-Freikirchliche Beratungsstelle Hamburg e.V.

Spar und Kreditbank Bad Homburg · BLZ 500 921 00 · Konto-Nr. 926 000

W I C H T I G : Bitte geben Sie bei Überweisungen Ihre Adresse an, damit wir Ihnen eine Spendenbescheinigung zukommen lassen können. Alle Spenden kommen unmittelbar der Beratungsarbeit zugute. Spendenbescheinigungen gehen Ihnen automatisch Anfang des Jahres zu.

Wenn Sie dieses Formular ausgefüllt haben, stecken Sie es einfach in einen Briefumschlag.
Unsere Anschrift: Evangelisch-Freikirchliche Beratungsstelle Hamburg e.V. · Suttnerstraße 18 · 22765 Hamburg

Impressum

Herausgeber: Evangelisch-Freikirchliche Beratungsstelle Hamburg e.V. (EFB)
Grindelallee 95, 20146 Hamburg
Suttnerstraße 18, 22765 Hamburg
Anmeldung zur Beratung: (040) 41 75 04
Verwaltung: (0 40) 55 77 55 90
Geschäftsführung: (0 40) 414 666 25
beratung@efb-hamburg.de
www.efb-hamburg.de

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

Layout und Satz: Kurt Hille

Bankverbindung: Ev.-Freik. Beratungsstelle Hamburg e.V.
Spar und Kreditbank Bad Homburg
BLZ 500 921 00 · Konto-Nr. 926 000

Der Infobrief erscheint 2 mal jährlich