

KOSTENLOSE HILFE

Auf Trittsteinen schrittweise den Weg zurück ins Leben finden

Trauer, Trennung, Ängste – in der Pandemie sind die Sorgen komplexer geworden. Fast 900 Menschen kamen zur Ehe-, Familien- und Lebensberatung (EFL). Leiterin Dr. Ute Kieslich blickt zurück.

von **Silvia Seimetz** Recklinghausen/Datteln. / 08.08.2021 / Lesedauer: 5 Minuten
Facebook MailWhatsapp



Dr. Ute Kieslich, Leiterin der Ehe-, Familien und Lebensberatung in Recklinghausen und Datteln/Ostvest, berichtet, wie Corona die Arbeit ihres Teams verändert, für viele Klienten aber auch durchaus bereichert hat. © Jörg Gutzeit

Die EFL blickt auf das erste Corona-Jahr zurück. Wie hat sich die Pandemie auf die Arbeit Ihrer Beratungsstelle ausgewirkt?

Um erreichbar zu sein, haben wir direkt zu Beginn der Pandemie auf telefonische Beratung umgeschaltet. Schnell wurde uns ein Videotool zur Verfügung gestellt. Jetzt haben wir sogar die Möglichkeit, Videoberatung mit getrennten Eltern zu machen, die nicht an einem Ort leben. Ich denke, das unterscheidet uns von anderen Beratungsstellen, die zum Teil ganz geschlossen hatten. Nur in Einzelfällen haben wir unter strengen Hygieneauflagen Gespräche in der Beratungsstelle geführt, etwa für

Menschen mit einer Hör- oder Sprechbehinderung und hochstrittige Paare. Nach und nach öffnen wir nun für andere Personen.

Bleiben die Beratungen per Telefon oder Video auch nach der Pandemie?

Gewiss, es hat sich gezeigt, dass diese Form vielen Klienten, vor allem den berufstätigen, sehr entgegen kam. Eine alleinerziehende Mutter hat mir gesagt, dass sie es zeitlich mit der Betreuung der Kinder überhaupt nicht geschafft hätte, zu Gesprächen in die Beratungsstelle zu kommen und unsere Hilfe in Anspruch zu nehmen.

Bleibt bei den Gesprächen auf der Distanz nicht vieles auf der Strecke?

Bei der Paarberatung arbeiten wir mit erlebnisaktivierenden Methoden, in dem die Teilnehmer zum Beispiel im Raum ihre Positionen wechseln und die Perspektive ihres Partners oder anderer Familienmitglieder einnehmen. Das ist am Telefon nicht möglich, und das vermisse ich sehr. Andererseits bekommen wir jetzt auch andere Einblicke. Wenn etwa Kinder sich im Hintergrund melden und wir beobachten, wie die Eltern reagieren, ist das sehr aufschlussreich für uns. Ich denke, dass es künftig häufiger ein Wechselmodell aus Gesprächen hier bei uns und per Telefon, Chat oder Video geben wird.

Kommen wir zu den Sorgen Ihrer Klienten. Im Jahresbericht zitieren Sie ein Gedicht von Mascha Kaleko: „Vor meinem Tod ist mir nicht bang. Nur vor dem Tod derer, die mir nahe sind“, heißt es darin. Hatten Sie durch Corona mehr trauernde Klienten?

Im Ostvest hat sich das noch mehr abgebildet, da wir die direkte Überleitung von der Trauerbegleitung im Kolumbarium zur Beratungsstelle in Datteln hatten. Aber auch in Recklinghausen war das ein Thema. Es kamen Trauernde, aber auch Menschen, deren Angehörige in Pflegeheimen oder im Krankenhaus waren und die sie nicht besuchen durften. Sie kamen gar nicht damit zurecht, dass sie ihre Eltern oder andere Angehörige nicht sehen konnten. Mit Menschen, die auf die Intensivstation verlegt wurden, war gar kein Kontakt möglich, auch kein telefonischer. Das war ein deutliches Thema – aber auch die Angst davor, was passieren könnte.

Die Einsamkeit ist das Schlimmste

Wie finden Betroffene, deren Angehörigen einsam an Covid-19 gestorben sind, einen Weg aus der Trauer?

Eine Kollegin aus der Trauerbegleitung hat dafür ein schönes Bild gefunden: Trittsteine erarbeiten. Es geht nicht darum, gleich den ganzen Weg, sondern Schritt für Schritt zu gehen, um sicheren Boden zu finden. Was auch immer so ein Trittstein sein kann: ein Gespräch mit Angehörigen, ein Abschiedsritual entwickeln, durch unsere Beratung einen Ort zu haben, in der Trauer stattfinden kann... Es fielen ja auch die großen Beisetzungen mit durchaus heilsamen Ritualen wie dem Beerdigungskaffee weg, bei denen die Gäste ihr Mitgefühl ausdrücken. Dieses Einsame, das ist das Schlimme.

Die Situation auf den Intensivstationen und in Altenheimen hat das Personal an seine Grenzen gebracht. War das ebenfalls Thema?

Ratsuchende aus dem Pflegebereich berichteten darüber, wie schwer es war, diese ständige Überlastung zu bewältigen, weil das Personal in diesem Bereich knapp ist. Aber auch die Erfahrung, das einsame Sterben der Patienten zu erleben, mit den Angehörigen nur am Telefon sprechen zu können, war schwer. Dennoch haben die Betroffenen alle Kräfte zusammengenommen und gesagt: Wenn eine Kollegin, ein Kollege ausfällt, arbeiten wir noch mehr.

Einsamkeit und Depressionen waren schon früher die meistgenannten Gründe der Ratsuchenden. Ist durch Corona die Isolation noch größer geworden?

Ja, zum Beispiel bei Trennungen. Betroffene konnten keine neuen Kontakte knüpfen, Gruppen wie Sportangebote haben ausgesetzt. Wer da keine anderen Angehörigen hatte, fiel in ein Nichts. Und dann war die Wohnungssuche noch erschwert. Durch Corona ist es zwar nicht vermehrt zu Trennungen gekommen, aber es gab häufiger Streit. Versöhnung ist anstrengend, aber möglich

Können die seelischen Verletzungen, die sich streitende Paare zufügen, wieder heilen?

In der Beratung bieten wir Paaren Methoden an, mit denen sie feststellen können: Was ist mit uns passiert? Wie sind wir in den Teufelskreis gekommen? Was sind unsere wunden Punkte? Über kleine Rituale in der Beratung ist es möglich, eine Versöhnung in Gang zu bringen. Das bedeutet, dass ich als Partner bereit bin, einen eigenen Anteil an dem zu übernehmen, was geschehen ist, mich andererseits zu bedanken für das Gute, das ich von meinem Partner bekomme.

Sie begleiten auf Vermittlung des Jugendamtes hochstrittige Paare. Hat Corona diese Konflikte verschärft?

Es ist vorgekommen, dass Corona als Vorwand genutzt wurde, um den Kontakt des anderen Elternteils mit den Kindern zu unterbinden. Das ist vor allem aus Sicht der Kinder bedrohlich.

Blick in die Zukunft: Können wir uns darauf vorbereiten, einen erneuten Lockdown zu überstehen, falls die vierte Welle es erfordert?

Was wir in der Reflexion der vergangenen Zeit sehen, ist, dass die Menschen sich besonnen haben auf andere Werte. Da höre ich von vielen Menschen – auch jüngeren – dass es schön war, nicht ständig unterwegs zu sein, mehr Ruhe und Zeit für die Familie zu haben, sich in der Natur zu bewegen. Viele können jetzt besser Kontakte im kleinen Kreis pflegen. Wir haben gelernt, digitale Medien privat zu nutzen. Großeltern führen Videotelefonate mit ihren Enkeln. Das ist eine gute Überbrückung. Wir sind erfahrener geworden im Umgang mit solchen Einschränkungen und können sie für eine begrenzte Zeit wieder durchhalten.

Zur Person: Dr. Ute Kieslich ist Dipl Psychologin, Psychologische Psychotherapeutin und Leiterin der Ehe-, Familien- und Lebensberatung in Recklinghausen und im Ostvest. Seit 30 Jahren ist sie bei der EFL als Beraterin für das Bistum Münster tätig.

Sie ist 62 Jahre alt, verheiratet, Mutter von zwei Kinder und vierfache Großmutter.

Info:

- Die Ehe-, Familien- und Lebensberatung ist ein kostenloses Angebot des Bistums Münster. Menschen gleich welcher Religionszugehörigkeit, Nationalität oder sexuellen Orientierung können sich mit ihren unterschiedlichen Problemen und Sorgen an sie wenden. Die Beratung unterliegt den aktuellen datenschutzrechtlichen Bestimmungen.
- Die Beratungsstellen in Recklinghausen (Kemnastraße 7, Tel. 02361/59929) und Datteln/Ostvest (Hachhausener Straße 67, Tel. 02363/3875400) bilden ein Team und kooperieren eng mit den EFL-Stellen in Dorsten-Marl.
- Zahlen aus 2020: Recklinghausen hatte 668 Klienten mit 2121 Beratungskontakten. 434 Kinder waren von familiären Konflikten betroffen. Ostvest: 208 Klienten, 498 Beratungskontakte, 156 Kinder.
www.ehefamilieleben.de