

Inhalt

- **Im Gespräch mit Barbara Falcke und Annette Mollath über die Lebensberatung WegeFinden**
- **Aktuelles: Spendenverleihung von InfraServ**

Hilfe in Lebenskrisen

In der Beratungsstelle *WegeFinden* bekommen Hilfesuchende nicht nur einen neuen Blick auf ihre Probleme, sondern auch auf mögliche Lösungswege.

Egal ob Krise in der Ehe, Trauerbewältigung oder Mobbing am Arbeitsplatz: Seit über fünf Jahren unterstützt die psychosoziale Lebensberatung *WegeFinden* Menschen in Krisen- und Konfliktsituationen. Barbara Falcke und Annette Mollath sind seit Anfang Teil des Beraterteams. Die beiden Diplom-Sozialpädagoginnen geben im Interview einen Einblick in ihre Arbeit.

Mit welchen Themen werden Sie in Ihren Beratungen häufig konfrontiert?

Frau Falcke: Von Erziehungsschwierigkeiten, Selbstwertproblematiken bis hin zu Überforderung haben wir es eigentlich immer mit der ganzen Bandbreite an menschlichen Problematiken zu tun. Auffällig ist, dass sich immer mehr Paare für Paarberatungen anmelden.

Frau Mollath: Ich berate momentan viele, die sich in ihrer Lebensmitte befinden und ihre Kindheit aufarbeiten möchten.

Wie funktioniert eine Lebensberatung?

Frau Falcke: Wir arbeiten nach dem Prinzip der Hilfe zur Selbsthilfe. Das heißt, die Beratung soll sich nur auf eine Phase des Lebens beschränken und keine dauerhafte Lebensbegleitung sein. Wer sich per Telefon oder Mail bei uns anmeldet, wird zu einem Erstgespräch eingeladen.

Frau Mollath: Nach dem Erstgespräch werden erstmal fünf Termine vereinbart. Danach ist die Beratung aber nicht zwingend beendet, denn die Länge ist immer abhängig von der jeweiligen Problematik. Wir haben zum Glück keinen Zeitdruck und können uns für jeden Klienten so viel Zeit nehmen, wie wir brauchen. Das entspannt den ganzen Prozess natürlich sehr.

Frau Falcke: Das Ziel unserer kostenlosen Beratung gibt der Klient selbst vor. Unsere Aufgabe ist es, ihn dorthin zu begleiten. Oft ist das erste Ziel, etwas einen Namen zu geben. Woher kommt das Problem überhaupt? Was für Sehnsüchte oder Erfahrungen liegen vielleicht dahinter? Manchmal weiß man ja gar nicht, was zur Krise geführt hat.

» *Ich weine nur hier, woanders traue ich mich das nicht"*

Wie genau helfen sie dem Ratsuchenden sein Ziel zu erreichen?

Frau Mollath: Oft sind die Leute satt vom vielen Reden. Deshalb ist es wichtig, sich dem Problem auch ohne Worte zu nähern. Wir machen auch schon mal kleine Rollenspiele oder nutzen Bausteine. Dadurch bekommt man nicht nur einen neuen Blick auf das Problem, sondern auch auf einen möglichen Lösungsweg.

Frau Falcke: Der erste Schritt ist jedoch immer das Zuhören, denn nur dadurch entsteht Vertrauen.



Annette Mollath und Barbara Falcke im Interview für den EIN.BLICK

Die Fähigkeit zuzuhören ist in unserer Schnelllebigkeit verkümmert, vieles verläuft zwischen Tür und Angel. Deshalb ist es so wichtig, dass wir einen Ort anbieten, an dem die Person einfach sein kann und unsortiert reden darf. Eine Klientin gab mir mal die folgende Rückmeldung: „Ich weine nur hier, woanders traue ich mich das nicht.“ Es ist uns wichtig, dass Tränen einfach laufen dürfen – ohne Angst vor Bewertung.

Wie gehen Sie mit Stillstand oder Rückschlägen im Beratungsprozess um?

Frau Falcke: Kein Mensch gleicht dem anderen und kein Problem dem anderen. Das ist oft herausfordernd. Mir hilft es im Gespräch mit meinen Kollegen zu bleiben, denn manchmal entdecken die einen Konflikt, für den ich blind war.

Frau Mollath: Ich bin Christin und das bedeutet für mich, dass ich über Probleme bete. Ich bin mir außerdem bewusst, dass Jesus den Prozess in der Hand hat. Das beruhigt mich und gibt mir die notwendige Gelassenheit.

Welche Rolle spielt der christliche Glaube innerhalb Ihrer Beratungen?

Frau Falcke: Wir sind eine christliche Beratungsstelle, aber die Beratung ist offen für jeden Menschen, egal

aus welchem religiösen Hintergrund er kommt. Viele unserer Klienten sind jedoch Christen und wünschen sich eine Beratung in Lebensfragen, in der sie die Möglichkeit haben, ihren christlichen Glauben mit einbringen zu können. Wenn die Klienten es wünschen, beten wir auch mit ihnen.

Welche Beratung ist Ihnen besonders in Erinnerung geblieben?

Frau Mollath: Eine Frau erzählte mir mal, dass sie sich vor der Beratung wie ein Pinguin in der Sahara gefühlt hat. Durch den Beratungsprozess habe sie endlich die Antarktis entdeckt, also einen Lebensraum, der zu ihr passt. Das finde ich sehr ermutigend. Aber eigentlich ist es jedes Mal ein besonderer Moment, wenn der Ratsuchende erkennt, was sich bereits alles schon verändert hat.

Frau Falcke: Ich denke an eine Klientin, die mich mal fragte, ob ich wisse, wie sie heute in die Beratung gekommen sei. Ich vermutete die Straßenbahn, aber sie erzählte mir strahlend, dass sie Auto gefahren sei, obwohl sie sich das lange nicht mehr zugetraut hatte. Es war sehr



Das aktuelle Beraterteam von WegeFinden: Annette Mollath, Dorothee Cheneaux-Repond, Barbara Falcke (v.l.n.r)

besonders für mich, eine so starke sichtbare Veränderung mitzubekommen, da wir immer wieder an dem Thema wachsendes Selbstvertrauen gearbeitet hatten.

Was wünschen Sie sich für die Zukunft der Lebensberatung WegeFinden?

Frau Mollath: Wir träumen von größeren Räumlichkeiten, um noch mehr Möglichkeiten für Beratungen zu haben.

Frau Falcke: Außerdem freuen wir uns über eine Erweiterung des Teams und des Bekanntheitsgrades.

Ich persönlich wünsche mir, dass sich jeder Einzelne in der Beratung gesehen fühlt und spürt, dass jemand für ihn da war.

Weiter Informationen zur Lebensberatung *WegeFinden* gibt es unter www.stiftung-christenhelfen.de/lebensberatung.

So können Sie helfen

Die Arbeit der Stiftung CHRISTEN HELFEN finanziert sich zu einem großen Teil über Spenden. Mit Ihrer Zuwendung helfen Sie Menschen in Notsituationen und Lebenskrisen. Für ein längerfristiges, nachhaltiges Engagement in unserer Stiftungsarbeit steht Ihnen der Vorstand für ein persönliches Gespräch gerne zur Verfügung.

Bankverbindungen:
Raiffeisenbank Oberursel eG
IBAN DE77 5006 1741 0000 0425 52
BIC GENODE51OBU

Evangelische Bank eG
IBAN DE08 5206 0410 0004 1209 06
BIC GENODEF1EK1

Die Stiftung CHRISTEN HELFEN ist vom Finanzamt Frankfurt/Main III als gemeinnützige Stiftung anerkannt, die ausschließlich und unmittelbar mildtätigen Zwecken dient. Spenden und Zuwendungen sind nach § 10b Einkommenssteuergesetz steuerlich absetzbar.



Aktuelles: Spendenverleihung von InfraServ

Die Stiftung CHRISTEN HELFEN freut sich über eine Spende von InfraServ für einen PC, der für die Verwaltungsarbeit in *DiakoNied* benötigt wird.

Gefällt Ihnen unser EIN.BLICK?

Möchten Sie mehr zu bestimmten Themen erfahren oder vermissen Sie etwas? Unsere Redaktion freut sich über Ihre Rückmeldungen und Anregungen: office@stiftung-christenhelfen.de.

Fördern. Helfen.
Segen stiften.

Die 5 Arbeitsbereiche der
Stiftung CHRISTEN HELFEN:

www.stiftung-christenhelfen.de



Schuldnerberatung



Psychosoziale
Lebensberatung



Behördenlotsen
für den Frankfurter Westen



Diakoniezentrum mit Second-
hand-Laden u. Begegnungscafé



Programm für Menschen
mit seelischen Verletzungen

Impressum

Herausgeber und verantwortlich für den Inhalt: Stiftung CHRISTEN HELFEN
Nieder Kirchweg 7, 65934 Frankfurt am Main
Tel. (069) 3801 3990 • Fax (069) 3801 4717
E-Mail: office@stiftung-christenhelfen.de
www.stiftung-christenhelfen.de
Vorstand: Dr. Günther Falcke (Vors.),
Stephanie Kiefer, Barbara Weigt
Zuständige Aufsichtsbehörde: Regierungspräsidium
Darmstadt, 64278 Darmstadt
Registernummer: Az II 21.1-25d 04/11-(12)-590
Gestaltung: Isabelle Brasche, macbelle.de
Redaktion: Annabel Breitkreuz