



**EHE
FAMILIE
LEBEN**

MENSCHEN
BERATEN

Jahresbericht 2021



Titelthema

Familien im Coronastress

Aus der Diözesanstelle

**Das Lotsenportal - Ein Online-
Portal für ratsuchende Paare**

Öffentlichkeitsarbeit

**Das sechste Gebot – sind katho-
lische Paare treuer als andere?**

IMPRESSUM

Redaktion

Bettina Zenner
Diözesanbeauftragte Ehe-, Familien- und Lebensberatung
Leitung Diözesanstelle Ehe Familie Leben

Bildnachweis

Cover/Rückseite: Baschi Bender – Diözesanstelle
Cover Bild Pfeil: Tai 111 – fotolia
S. 5: KEHN HERMANO – Pexels
S. 17: David Pereiras – fotolia
S. 22: Alex Andrews – Pexels
S. 26: Baschi Bender – Diözesanstelle
S. 27: BBaschi Bender – Diözesanstelle

© Mai 2022

INHALTSVERZEICHNIS

Impressum	2
Editorial	5
Statistische Daten aus 2021	7
Diözesanstelle Ehe Familie Leben	17
Familien im Coronastress	17
Digitale Beratung	22
Das „Lotsenportal“ als bereichsübergreifendes wissenschaftlich begleitetes Präventionsprojekt	22
Die Bewährung des Blended Counseling in der Pandemie	24
Koordination und Vernetzung in diözesanen und bundesweiten Konferenzen und Gremien	25
Öffentlichkeitsarbeit	27
Fortbildungen 2021	28
Adressen	30

EDITORIAL

Wir verändern uns und bewegen uns hin zu einer verbesserten Sichtbarkeit als Ehe-, Familien- und Lebensberatung (EFL) in der Erzdiözese Freiburg. Wir wollen für Ratsuchende, egal ob sie in Tauberbischofsheim, am Bodensee, in Sigmaringen oder Heidelberg nach Rat und Hilfe suchen, ein weitgehend einheitliches Gesicht in der Außenerscheinung haben. Das bedeutet nicht, dass alle örtlichen psychologischen Beratungsstellen für Ehe-, Partnerschafts-, Familien- und Lebensfragen neuerdings ein einheitliches Angebot haben werden und sich nicht mehr unterscheiden. Im Gegenteil. Die Beratungsangebote werden weiterhin auf den Bedarf der ratsuchenden Menschen in ihrer Region abgestimmt sein. Nur so machen sie Sinn. Gleichzeitig braucht es aber im Sinne einer Corporate Identity ein gemeinsames Selbstbild, das alle Beratungsstellen für Ehe-, Partnerschafts-, Familien- und Lebensfragen verbindet. Das fördert nach innen die Identifikation mit allen anderen, die auch im „EFL-Boot“ sitzen. Nach Außen erhöht ein einheitliches Corporate Design den Wiedererkennungswert und vermittelt Ratsuchenden und Kooperationspartner:innen, dass alle Beratungsstellen für Ehe-, Partnerschafts-, Familien- und Lebensfragen in der Erzdiözese Freiburg zusammengehören und die Ehe-, Familien- und Lebensberatung repräsentieren. Ihre Basis sind verbindliche Standards in der Beratung, auf die sich Ratsuchende verlassen können.



Neben der Gestaltung einheitlicher Homepages wird sich auch das Layout der Jahresberichte der 15 Beratungsstellen verändern. Sie werden bereits in 2021, soweit wie möglich, in einem einheitlichen Layout herausgegeben.

*Man entdeckt
keine neuen Erdteile,
ohne den Mut zu haben,
alte Küsten aus den Augen
zu verlieren.*

André Gide





Prototyp der Jahresberichte und der neuen Homepage, hier am Beispiel der Ehe-, Familien- und Lebensberatungsstelle Villingen.

Auch der diözesane Jahresbericht verändert sich, zwar nicht in seinem Layout, aber in seiner inhaltlichen Gestaltung. Was bleibt, sind die Auswertung aller statistischen Daten aus den 15 Beratungsstellen sowie ein fachlicher Beitrag zu einem zentralen Thema, das in 2021 im Mittelpunkt vieler Beratungen stand. Das erspart den örtlichen Beratungsstellen, zu dem ausgewählten Thema jeweils einen eigenen Beitrag zu verfassen.

Wie gewohnt werden die Leser:innen weiter über die Aktivitäten der Diözesanstelle im Bereich digitale Beratung, Fort- und Weiterbildung sowie Öffentlichkeitsarbeit informiert. Was sich ändert im diözesanen Jahresbericht ist der Teil „Aus der Beratungspraxis“. Statt dort wie bisher Berichte aus einzelnen Beratungsstellen zu veröffentlichen, soll jede Ehe-, Familien- und Lebensberatungsstelle den eigenen Jahresbericht in den diözesanen Jahresbericht einbinden. Das dient dem Zweck, dass sich alle Leser:innen einerseits über die lokale Beratungsarbeit vor Ort informieren können. Andererseits erhalten sie gleichzeitig auch einen Einblick in die Arbeit der Diözesanstelle, die mit der fachlichen Qualitätssicherung der Ehe-, Familien- und Lebensberatung in der Erzdiözese Freiburg beauftragt ist.

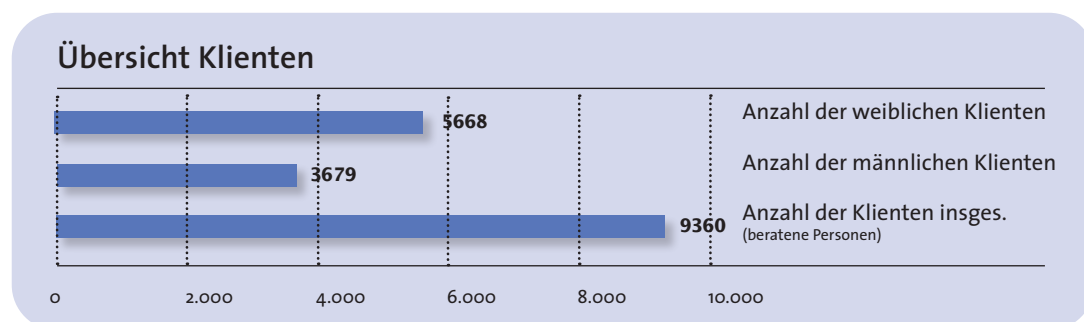
Als Diözesanbeauftragte für die Ehe-, Familien- und Lebensberatung danke ich allen, die die Arbeit der Ehe-, Familien- und Lebensberatung sowohl finanziell als auch konzeptionell unterstützen und sich für die Arbeit der Beratungsstellen vor Ort stark machen. Wir brauchen starke Stimmen vor Ort, die die Arbeit der Ehe-, Partnerschafts-, Familien- und Lebensberatungsstellen als psychologische Fachdienste der Seelsorge verstehen und in den Kirchenentwicklungsprozess 2030 aktiv einbinden.

Ute Bottina-Lamm

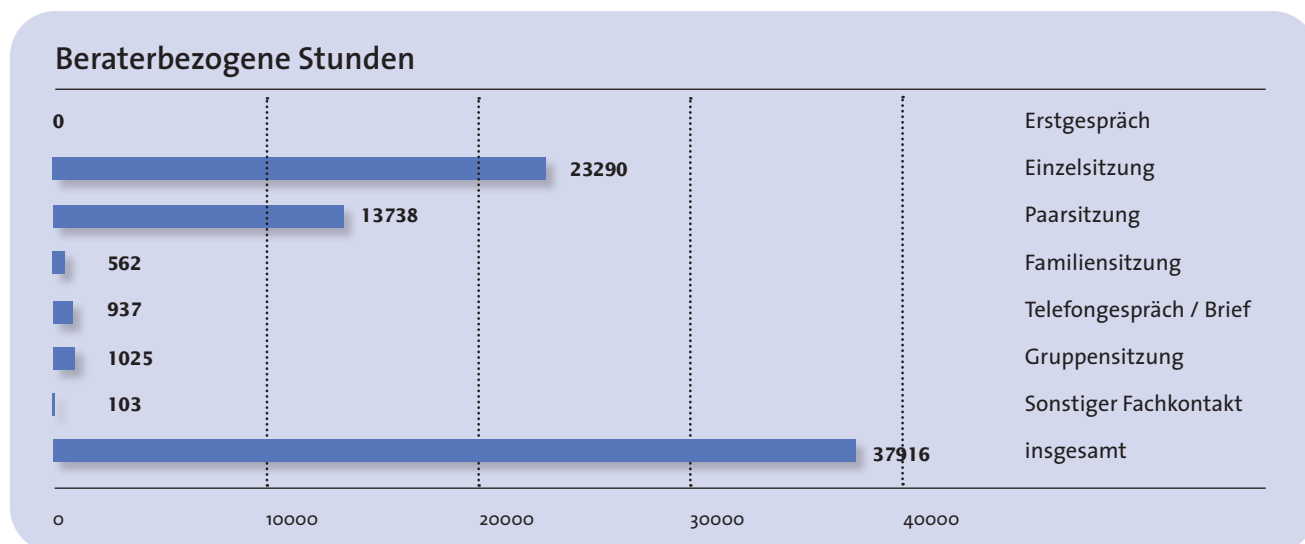
Diözesanbeauftragte für Ehe-, Familien- und Lebensberatung
Leiterin der Diözesanstelle Ehe Familie Leben der Erzdiözese Freiburg

STATISTISCHE DATEN AUS 2021

Die Arbeit in den 15 psychologischen Beratungsstellen für Ehe-, Familien- und Lebensfragen unter Pandemiebedingungen verlangte den Mitarbeitenden in Beratung und Verwaltung ein hohes Maß an Flexibilität ab. Gesprächstermine konnten immer wieder aufgrund von Quarantäne oder manifesten Covid-Infektionen auf beiden Seiten nicht stattfinden. Zusätzlich brauchte es verträgliche und situationsabhängig vertretbare Regelungen für den Umgang mit nicht-geimpften Personen sowohl innerhalb der Belegschaft als auch unter den Ratsuchenden. Die Auswertung der statistischen Zahlen aus allen Ehe-, Familien- und Lebensberatungsstellen in der Erzdiözese Freiburg für das Jahr 2021 erfolgte insbesondere unter der Fragestellung, ob es Veränderungen im Vergleich zum ersten Pandemiejahr und der Vor-Pandemie-Zeit (2018) gab und wie diese sich ggf. in den Zahlen niederschlagen haben.

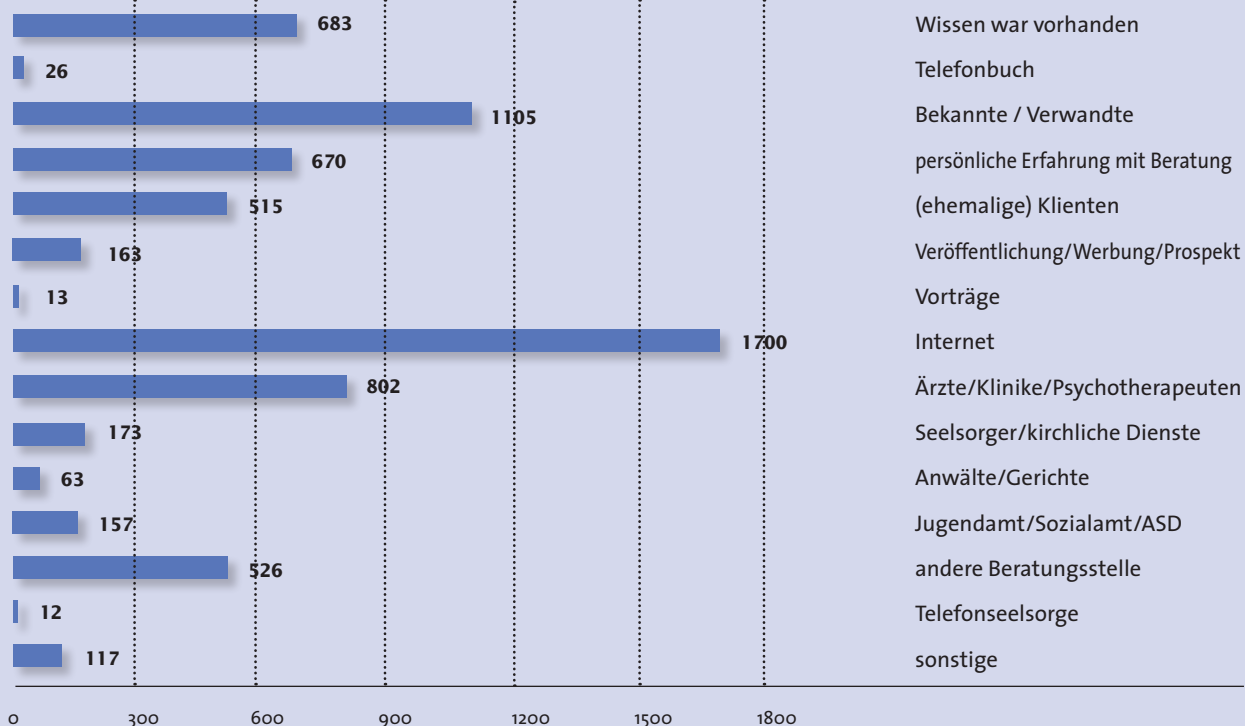


Trotz aller pandemiebedingten Unwägbarkeiten wurden in den Beratungsstellen in nahezu 38.000 Stunden über 9.000 Personen in nahezu 38.000 Stunden beraten.



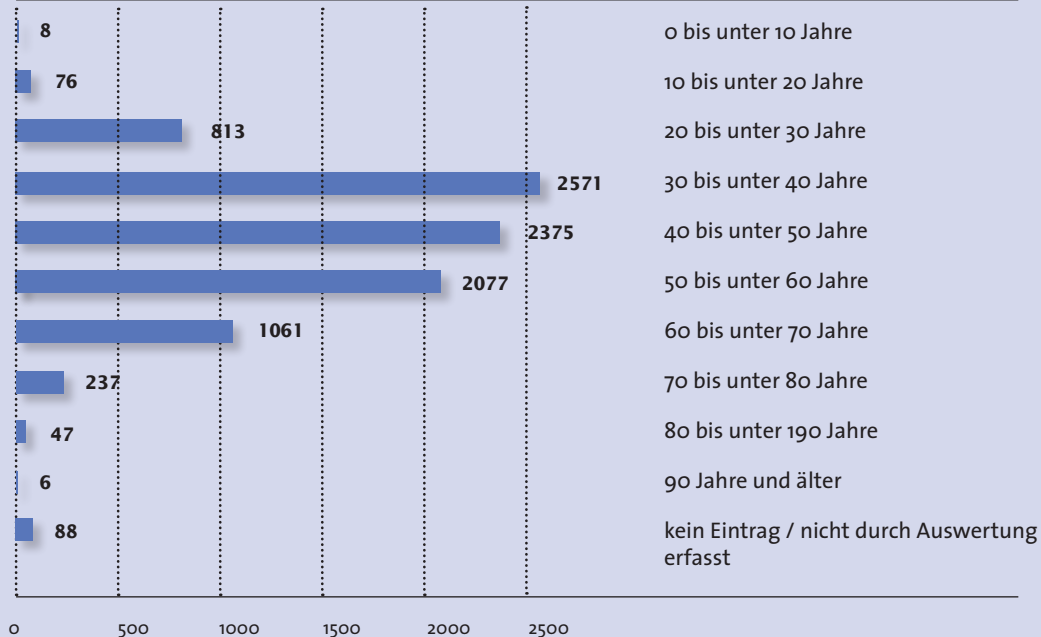
Unter den Bedingungen der Pandemie mit wechselnden Verordnungen der Landesregierung waren alle Beratungsstellen bestrebt, soweit wie möglich für Ratsuchende vor Ort erreichbar zu sein. Parallel zu dem Präsenzangebot kamen neben Telefon- auch Videoberatungen zum Einsatz. Für bestimmte Gruppen wie bspw. ältere oder Menschen, die einer Risikogruppe angehörten, sowie Familien mit kleineren Kindern boten diese digitalen Formate eine praktische Alternative zur Wahrnehmung von Terminen vor Ort.

Hinweis auf die Beratungsstelle durch

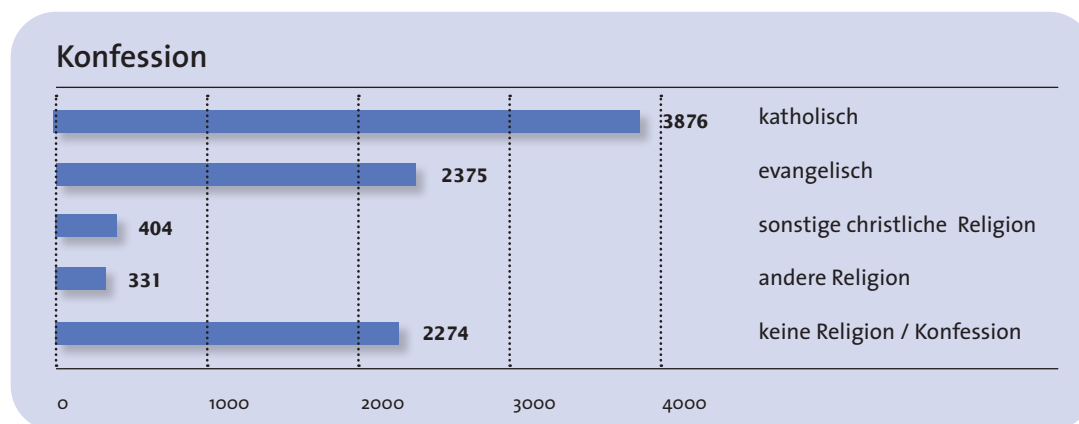


Neben den Empfehlungen durch Bekannte oder Verwandte bleibt das Internet mit Abstand die häufigste Quelle, über die Ratsuchende über das Angebot der Ehe-, Familien- und Lebensberatungsstellen erfahren. Auch wenn angesichts des Anstiegs der psychischen Belastungen in der Pandemie und der begrenzt verfügbaren Versorgungskapazitäten zu erwarten gewesen wäre, dass mehr Menschen von Ärzt:innen, Kliniken oder Psychotherapeut:innen an die Beratungsstellen verwiesen worden sind, wird diese Annahme nicht durch die statistischen Daten belegt.

Altersverteilung linear



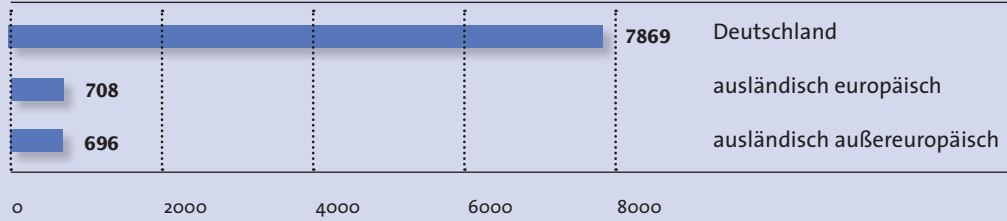
Der Anteil der 60- bis 70jährigen wächst in den vergangenen Jahren kontinuierlich. Ähnlich verhält es sich mit der Altersgruppe der 70- bis 80-jährigen. Während im ersten Jahr der Pandemie in beiden Gruppen ein klarer Anstieg bei der Inanspruchnahme der Beratungsstellen zu beobachten ist, hat dieser Aufwärtstrend in der Gruppe der 70- bis 80-jährigen im zweiten Pandemiejahr deutlich nachgelassen. Hier macht sich womöglich der positive Einfluss der Impfungen sowie die tendenziell weniger gefährliche Omikron-Variante bemerkbar, die Menschen über 70 wieder einen größeren Spielraum in punkto sozialer Kontakte und aushäusiger Aktivitäten ermöglichen. Damit könnte eine Entschärfung von Problemen wie sozialer Isolation oder Vereinsamung verbunden sein, die in 2020 Menschen dieser Altersgruppe noch stärker zugesetzt haben.



Der Anteil an Ratsuchenden katholischer Konfession hat sich zwar nicht einschneidend verringert, was angesichts der Fälle sexualisierter Gewalt in der katholischen Kirche erwartbar gewesen wäre. Trotzdem ist die Zahl der Katholik:innen, die eine Ehe-, Familien- und Lebensberatungsstelle aufsuchen, leicht rückläufig.

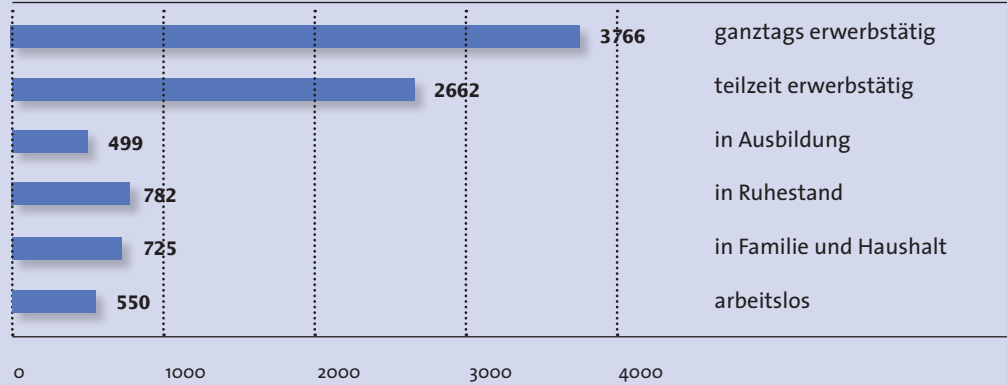
Ein Blick auf die beiden großen christlichen Konfessionen lässt erkennen, dass ihr Anteil unter den Ratsuchenden in den letzten Jahren kontinuierlich zurückgeht. Während 2016 noch drei Viertel der Ratsuchenden katholisch oder evangelisch waren, ist ihr Anteil auf rund zwei Drittel zurückgegangen. Nach Angaben des Sozialwissenschaftlers Carsten Frerk von der Forschungsgruppe Weltanschauungen in Deutschland sinkt der Anteil beider christlicher Kirchen in Deutschland erstmals unter die 50%-Grenze. Dieser Abwärtstrend ist nicht allein das Ergebnis der innerkirchlichen Skandale um die sexualisierte Gewalt und deren schleppende Aufarbeitung in den Kirchen, sondern ein schleichender Erosionsprozess, der sich bereits seit Jahrzehnten vollzieht. Allerdings habe er sich in den letzten sechs Jahren stärker beschleunigt als vermutet. Obwohl im Alltag nicht weiter auffällig, ist diese Veränderung dennoch fundamental für die Gesellschaft. Weitere Informationen finden sich z.B. in einem Beitrag „Christliche Kultur ohne Christen“ von Dr. Thomas Petersen vom Institut für Demoskopie Allensbach, veröffentlicht in der FAZ vom 22.12.2021

Herkunft (Migrationshintergrund)



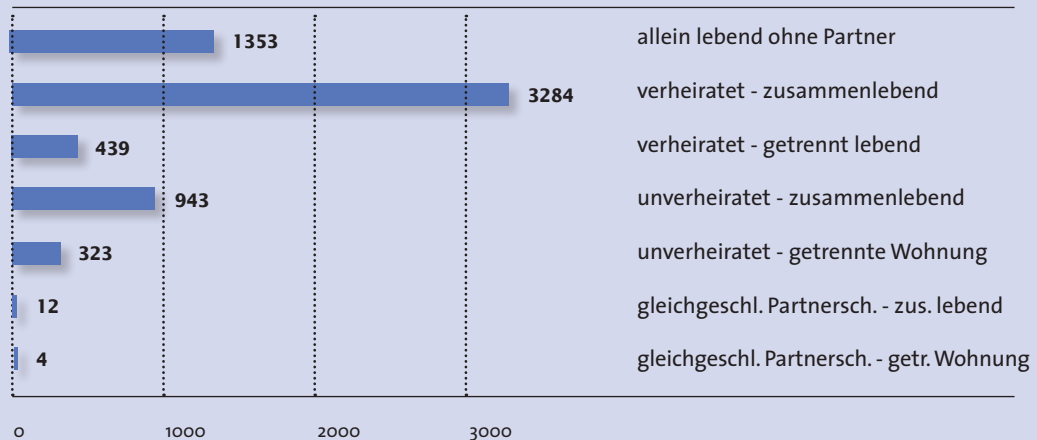
Ein Blick auf die Zahlen zur Herkunft könnte bei den Ratsuchenden aus dem europäischen Ausland einen Einfluss der Corona-Pandemie vermuten lassen. Während bis 2018 ein kontinuierlicher Anstieg auszumachen war, ist ihr Anteil in 2020 leicht gesunken, hat in 2021 aber annähernd wieder das Niveau von 2018 erreicht. Anders verhält es sich bei den Ratsuchenden außereuropäischer Herkunft. Auch in den Pandemie Jahren 2020 und 2021 nimmt ihre Zahl in den EFL-Beratungsstellen wie in den Vorjahren kontinuierlich zu.

Beschäftigungsverhältnis



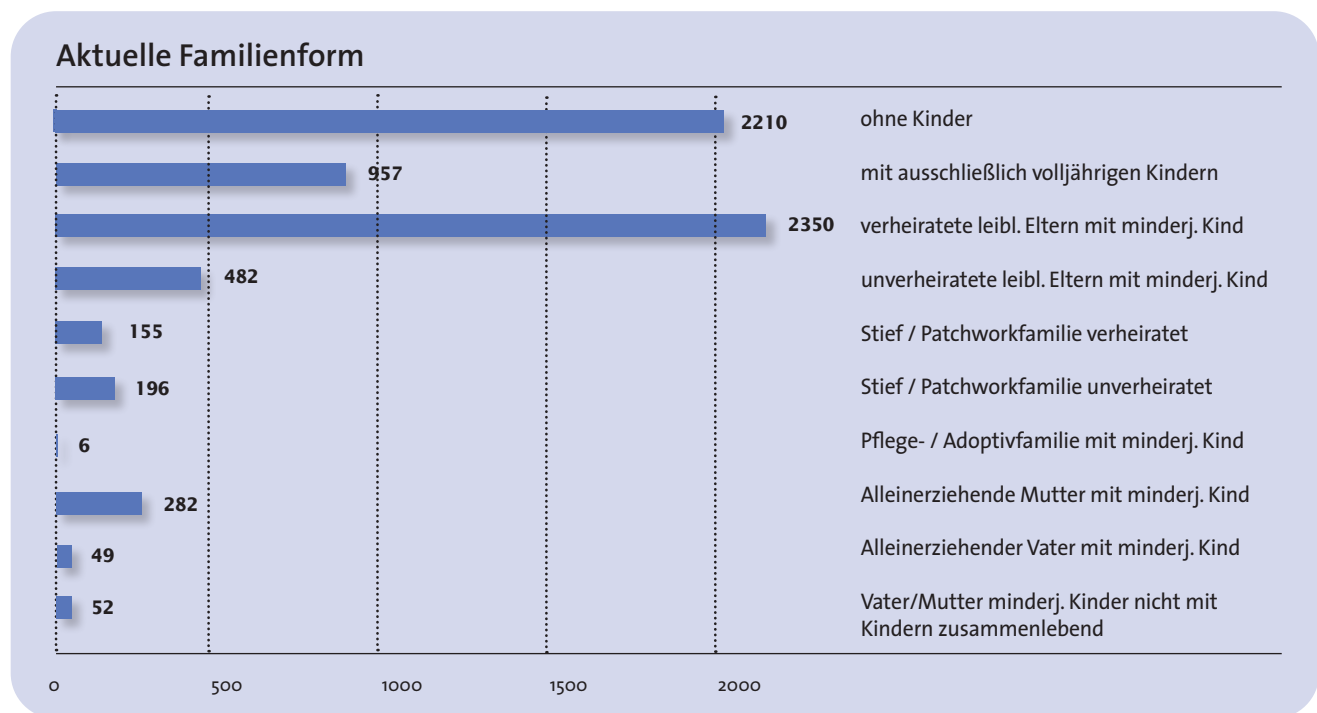
Anders als die Auswirkungen der Corona-Pandemie hätten vermuten lassen, ist die Zahl der Arbeitslosen unter den Ratsuchenden in 2021 im Verhältnis zu den Vorjahren nicht gestiegen.

Partnerschaftsform



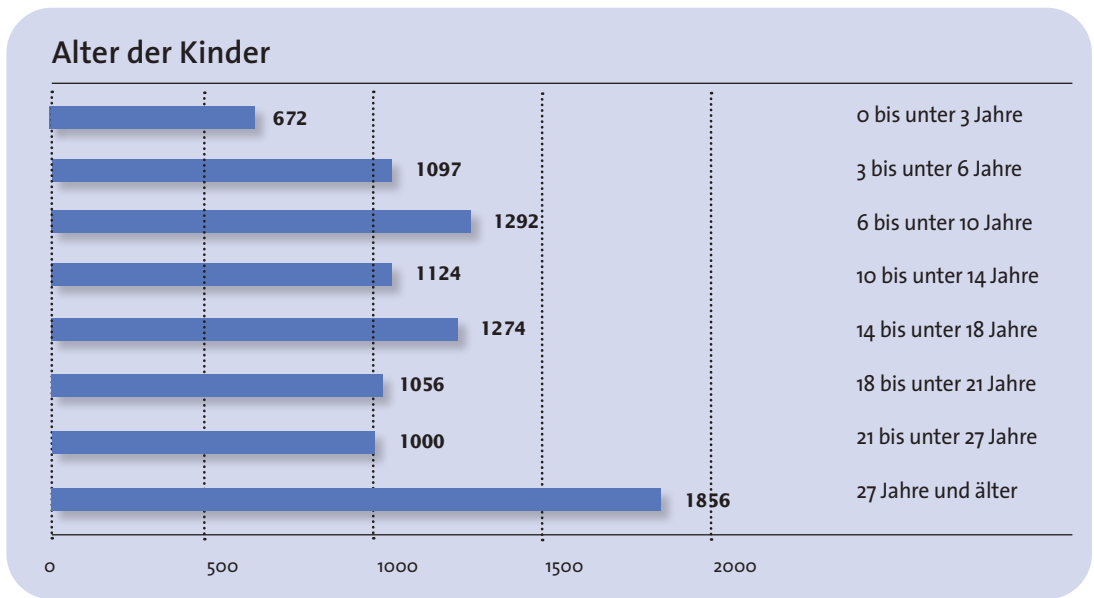
Im Vergleichszeitraum 2018 bis 2021 hat die Zahl der alleinlebenden Menschen, die die Beratungsstellen konsultierten, im ersten Jahr der Pandemie auffallend zugenommen, ist aber in 2021 wieder zurückgegangen, wenn auch nicht auf das Niveau von 2018.

Die Zahl der getrennt lebenden Menschen ist in 2021 im Vergleich zum Vorjahr deutlich zurückgegangen. Das mag ebenfalls als eine Auswirkung der Pandemie gelesen werden, weil Paare in instabil-kritischen Beziehungen durch die Herausforderungen der Pandemie bereits soweit beansprucht waren, dass sie auf die Arbeit an ihrer Beziehung, die mit der Inanspruchnahme einer Beratungsstelle verbunden wäre, aus Ressourcengründen verzichtet haben.



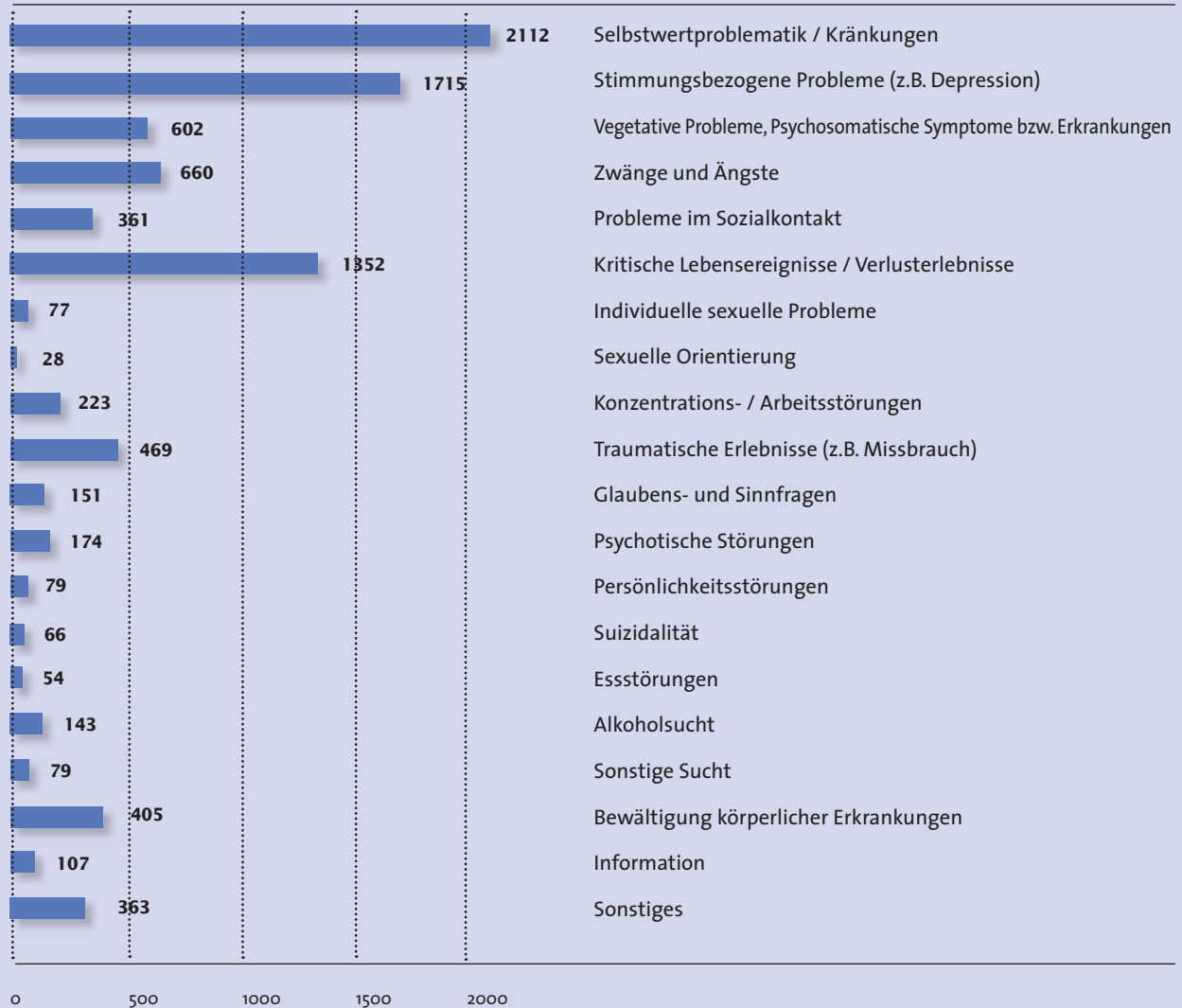
Der Anteil der Paare mit minderjährigen Kindern, die sich an die Beratungsstellen wendeten, ist mit einem leichten Knick in 2020 wieder auf dem Niveau von 2018. Hingegen ist bei den Paaren ohne Kinder eine klare Zunahme gegenüber den Vorjahren festzustellen. Inwieweit dieser Anstieg ein Indikator dafür ist, dass sich die Belastungen der Pandemie in den Paarbeziehungen ohne Kinder bemerkbar machen, bleibt zu beobachten.

Der Anteil der alleinerziehenden Eltern hatte sich in 2020 verglichen mit 2018 marginal verringert, ist aber in 2021 im Vergleich zum ersten Jahr der Pandemie wieder deutlicher angestiegen und liegt über dem Niveau vor der Pandemie. Der Anstieg in 2021 fällt bei den alleinerziehenden Vätern stärker aus als bei den Müttern.



Im Vergleich zu den Vorjahren fanden in 2021 mehr Beratungen statt, in denen Jugendliche zwischen 14 und 18 Jahren betroffen waren. Dieses Ergebnis könnte eine Entwicklung abbilden, wonach besonders Jugendliche durch die Kontaktbeschränkungen in der Pandemie weniger mit Gleichaltrigen in Schule und Freizeit zusammen waren und sich dadurch psychisch stark belastet fühlten. Diese belastende Situation kann auch für Eltern eine besondere Herausforderung dargestellt haben, die zu Schwierigkeiten in Paar- oder / und Familienbeziehungen allgemein geführt haben.

Personenbezogene Themen



Der Anteil an Ratsuchenden, die aufgrund stimmungsbezogener Probleme, z. B. wegen depressiver Symptome, eine Beratungsstelle aufgesucht haben, hat sich in 2021 im Vergleich zum Vorjahr leicht erhöht.

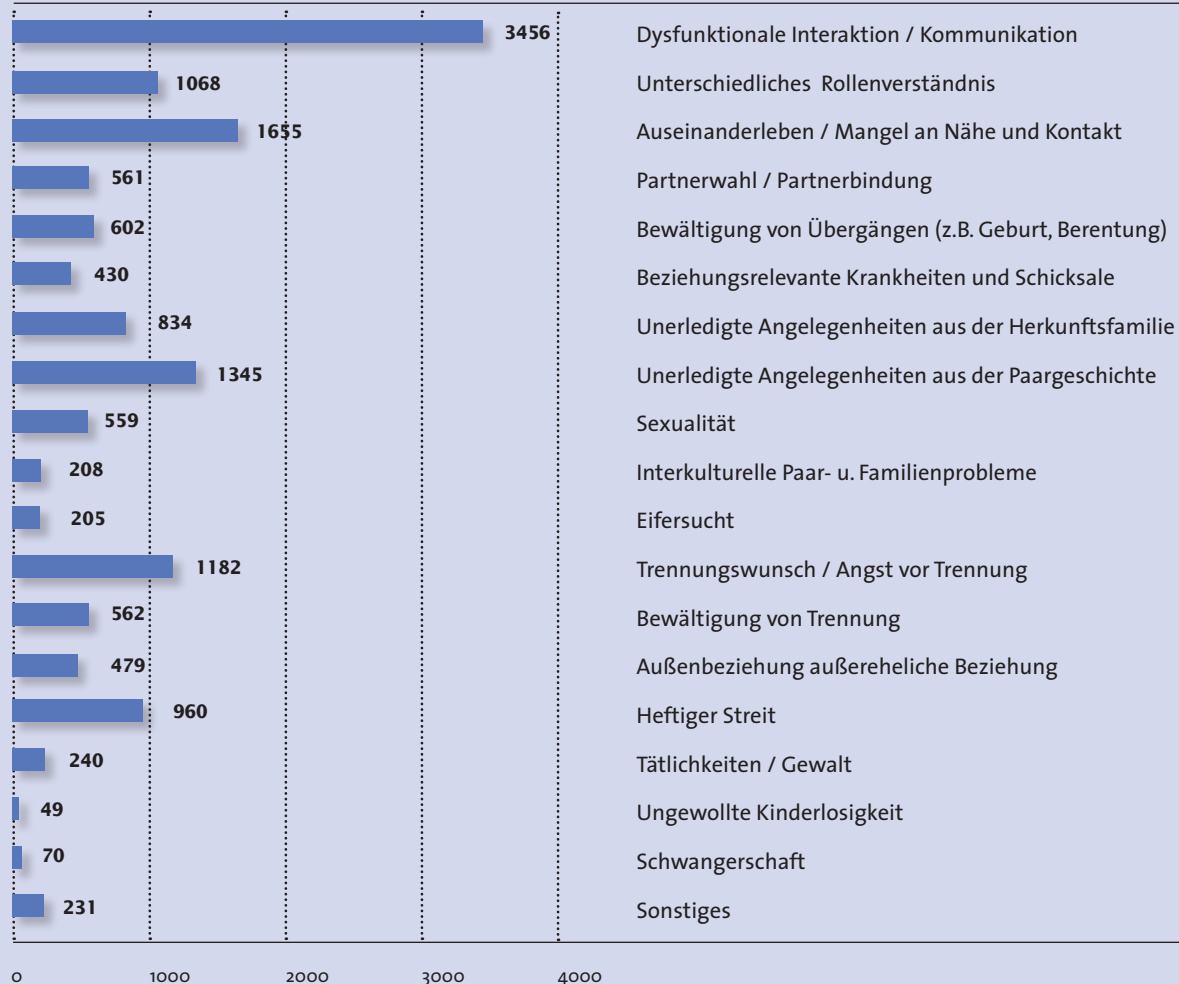
Obwohl in Studien nachgewiesen wurde, dass Menschen auf die Pandemie insbesondere mit Ängsten und Anpassungsstörungen reagierten, spiegelt sich dieser Befund (noch) nicht in den Anlässen wider, derentwegen Menschen sich an unsere Beratungsstellen gewendet haben.

Regelmäßig erscheinen in der Gesamtstatistik aller EFL-Beratungsstellen die kritischen Lebensereignisse und Verlusterlebnisse weit vorne in der Liste aller möglichen Anlässe, weswegen Menschen Rat und Hilfe in unseren Beratungsstellen suchen. Seit 2018 ist in diesem Bereich eine stetige Zunahme zu verzeichnen.

Der Anteil an Glaubens- und Sinnfragen, die für Ratsuchende im ersten Jahr der Pandemie verglichen mit den Vorjahren etwas häufiger Anlass waren, sich an eine Beratungsstelle zu wenden, haben sich in 2021 wieder auf dem Niveau von 2018 eingependelt.

Wenn die körperlichen Erkrankungen in 2020 etwas häufiger eine Rolle gespielt haben, weshalb Menschen Beratung in Anspruch genommen haben, bewegt sich ähnlich wie bei den Glaubens- und Sinnfragen der Anteil wieder auf dem Niveau von 2018.

Partnerbezogene Themen



Während das unterschiedliche Rollenverständnis für Paare im ersten Jahr der Pandemie ein deutlich weniger wichtiger Anlass als in den Vorjahren war, Beratung in Anspruch zu nehmen, hat sich dieses Thema wieder mehr in den Vordergrund geschoben.

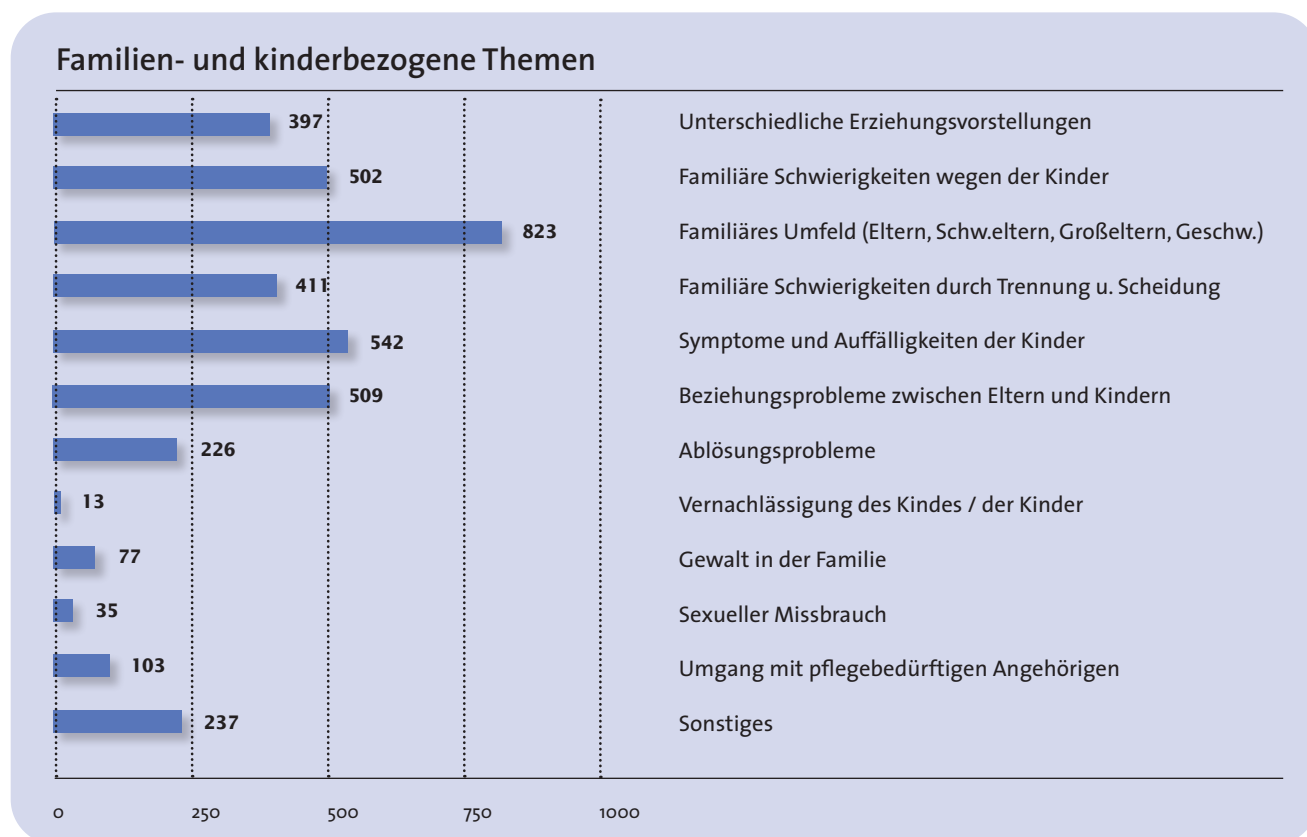
Im Vergleich zu den Vorjahren fällt auf, dass das Thema „Auseinanderleben / Mangel an Nähe und Kontakt“ zwar weiterhin als sehr wichtiger Anlass für das Aufsuchen von Beratung angegeben wird, allerdings mit abnehmender Tendenz. Auffallend weniger häufig wurde dieser Anlass in 2021 genannt verglichen mit dem ersten Jahr der Pandemie.

Während bereits in 2020 ein deutlich Rückgang des Themas „Partnerwahl / Partnerbindung“ zu verzeichnen war, setzt sich dieser Trend in 2021 fort. Offenbar bleibt es auch im zweiten Jahr der Pandemie ein weniger wichtiges Thema, wenn sich Ratsuchende an eine Beratungsstelle wenden.

Auch das Thema Trennungswunsch / Angst vor Trennung erscheint in den beiden Pandemie Jahren im Vergleich zu 2018 deutlich weniger häufig Anlass für das Aufsuchen einer Beratungsstelle zu sein.

Nach der Statistik zum Thema Partnerschaftsgewalt des Bundeskriminalamtes nehmen Bedrohung, Freiheitsberaubung, Körperverletzung oder Vergewaltigung in Partnerschaften weiter zu. Seit 2015 ist ein kontinuierlicher Anstieg zu verzeichnen. In 2020 wurden 4,9% mehr Fälle registriert als in 2019, 80,5% waren Frauen betroffen. Da die BKA-Statistik allerdings nur polizeilich gemeldete Fälle enthält, geht die Behörde „von einem hohen Dunkelfeld aus, da sowohl die psychische Situation als auch individuelle Stressfaktoren in der Pandemie die Anwendung von Gewalt begünstigen und die Fähigkeit, Konflikte und Aggression zu bewältigen, verringern.“ (<https://www.>

bundesregierung.de/breg-de/aktuelles/partnerschaftsgewalt). Es ist davon auszugehen, dass die Bedingungen der Pandemie wie Lockdown und Kontaktbeschränkungen es Betroffenen deutlich erschwerten, gewalttätiges Verhalten anzuzeigen. Wohingegen die Zahlen des bundesweiten Hilfetelefon „Gewalt gegen Frauen“ belegen, dass betroffene Frauen während des Corona-Lockdowns in 2020 deutlich häufiger (15%) als im Vorjahr telefonisch Rat und Hilfe gesucht haben. Vermutlich sind die Ehe-, Familien- und Lebensberatungsstellen nicht die ersten Anlaufstellen bei häuslicher Gewalt, da sie z. B. nicht rund um die Uhr und am Wochenende erreichbar sind.

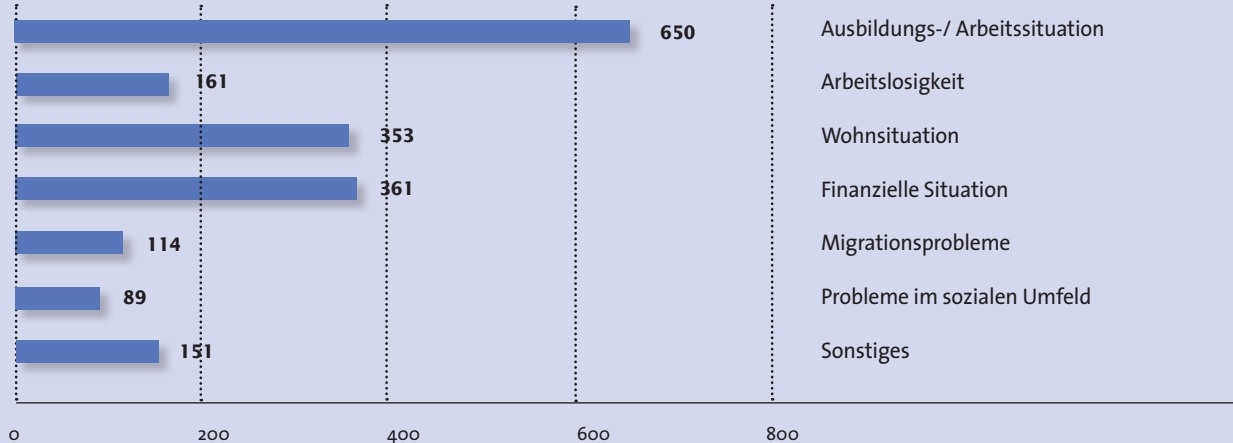


Die Zahl der familiären Schwierigkeiten wegen der Kinder hat sich im Gegensatz zu 2020 wieder auf dem Niveau von 2018 eingependelt. Vermutlich lässt sich dieser Rückgang auf zunehmend mehr Routinen im Alltag und angepasste Bewältigungsstrategien im Umgang mit der Pandemie zurückführen.

Kinder und Jugendliche haben besonders unter der Pandemie gelitten. Das zeigen die Ergebnisse der Copsy-Studie (Corona und Psyche). Mittlerweile liegen die Ergebnisse der dritten Befragungsrunde unter mehr als 1000 Kindern und Jugendlichen sowie mehr als 1500 Eltern vor. Nach den Ergebnissen der letzten Befragung haben sich psychisches Wohlbefinden und Lebensqualität von Kindern und Jugendlichen zwischen 11 und 17 Jahren leicht verbessert. Dennoch ist die psychische Belastung weiterhin hoch. Acht von zehn Kindern und Jugendlichen fühlen sich weiterhin belastet und in ihrer Lebensqualität eingeschränkt. Gereiztheit, Einschlafprobleme und Niedergeschlagenheit treten verglichen mit der Zeit vor der Pandemie weiterhin deutlich häufiger auf. Besonders betroffen sind Kinder und Jugendliche aus armen Familien und Familien mit Migrationsgeschichte. Symptome und Auffälligkeiten der Kinder spielten allerdings nicht wesentlich häufiger als in den Vorjahren eine Rolle bei der Inanspruchnahme von Beratung. Es ist anzunehmen, dass Eltern sich in erster Linie an andere Einrichtungen, wie z. B. Kinderärzte oder Erziehungsberatungsstellen wenden, wenn sie bei ihren Kindern Symptome wie Ängste, depressive Stimmungen oder Rückzug bemerken.

Bei den Beziehungsproblemen zwischen Eltern und Kindern ist lediglich ein minimaler Anstieg zu verzeichnen, der allerdings seit 2018 konstant anhält.

Gesellschaftsbezogene / soziokulturelle Themen



Bei Themen wie Ausbildungs- / Arbeitssituation, Wohn- und finanzielle Situation wäre erwartbar gewesen, wenn diese gesellschaftsbezogenen Themen in den beiden Pandemiejahren als Anlässe ein höheres Gewicht gehabt hätten. Aber die Zahlen spiegeln diese Annahme nicht wider. Während es im ersten Jahr der Pandemie einen leichten Rückgang gab, erreichten die Zahlen in 2021 wieder das Niveau von 2018. Nur das Thema Migration ist als Anlass seit 2018 rückläufig.

Familien im Corona-Stress

Viele Paare, die die 15 psychologischen Beratungsstellen für Ehe-, Partnerschafts-, Familien- und Lebensfragen in der Erzdiözese Freiburg aufsuchen, berichten angesichts der anhaltenden Pandemie, dass sie nicht mehr können und sich erschöpft fühlen. Eine Studie des Allensbacher Instituts für Demoskopie aus dem Frühjahr 2021 im Auftrag des Bundesministeriums für Familien, Senioren, Frauen und Jugend bestätigt diesen Erschöpfungseffekt. Nach einer ersten Befragung in 2020 wurden über 1000 Eltern mit Kindern unter 15 Jahren im gleichen Haushalt zu ihren Erfahrungen mit der Pandemie befragt. Zur Erschöpfung tragen wesentlich die Dauer der Krise bei. Nahezu die Hälfte der Eltern (44%) fühlt sich erschöpft, weil die Pandemie kein Ende nimmt. Noch stärker ausgeprägt ist die Frustration bei Eltern, für die die Umstellung der Kinderbetreuung und die beruflich-finanzielle Situation eher problematisch waren. Gravierende finanzielle Folgen hat die Pandemie insbesondere für Alleinerziehende. Nach Aussage der Studie sind sie überdurchschnittlich häufig auf Unterstützung angewiesen. In 2021 wurden die Eltern wieder befragt und gaben gut 10% weniger häufig an (46% statt 59% in 2020), dass sie im Großen und Ganzen gut durch die Krise gekommen sind.

Im Vergleich zu 2020 empfanden ein Jahr später fast doppelt so viele Eltern (42%) einen größeren Stress, weil sie sich neben Beruf und Haushalt noch um Kinderbetreuung und Schulunterricht kümmern mussten. Der Anteil der Eltern, die sich durch die Kinderbetreuung belastet fühlten, ist in 2021 um 10% gewachsen. Eltern kamen bei der Organisation des Familienalltags in Not, wenn über einen längeren Zeitraum Betreuungsangebote ausfielen, weil Gruppen in Kindertageseinrichtungen aufgrund akuter Krankheitsfälle geschlossen werden mussten oder wenn kurzfristige Schließungen aufgrund positiver Testergebnisse von Kindern und / oder Betreuerinnen erforderlich waren. Das traf insbesondere Eltern, die beide berufstätig waren. Wurden Kinder zuhause betreut, gaben Eltern in Paarbeziehungen zu 45% an, dass dies gut funktioniere. Dagegen waren es bei den Alleinerziehenden nur 34%.

Wenn Betreuungsangebote nicht mehr verlässlich zur Verfügung stehen und die Planbarkeit des Alltags ins Wanken gerät, führt das nicht selten zu Spannungen und Streit unter den Eltern und zu Belastungen in der ganzen Familie. Hinzu kamen Sorgen, ob die Förderung der Kinder in der häuslichen Umgebung ausreichend war, um ausgefallenen Unterricht und Sozialkontakte zu kompensieren.

Als unterstützend erlebten viele Eltern die Kindernotbetreuung, um ihren Alltag in der Pandemie zu bewältigen. Unter den Eltern, die das Angebot in Anspruch nahmen, waren mehr als 80% entweder beide berufstätig oder alleinerziehend.

DIÖZESANSTELLE EHE FAMILIE LEBEN

Familien im Coronastress

Weitere Maßnahmen, die Eltern als entlastend erlebt haben, waren die Einführung des Homeoffice, flexible Arbeitszeiten sowie das Entgegenkommen vieler Arbeitgeber bei der Suche nach individuellen Lösungen bei der Betreuung von Kindern.

Insgesamt zeigt ein Vergleich beider Studien, dass in beiden Befragungsjahren Eltern von der Krise unterschiedlich betroffen waren. Zu den Eltern, die größere Probleme bei der Krisenbewältigung hatten, gehörten:

- Eltern mit einfacher Bildung und kleineren Einkommen,
- Alleinerziehende,
- Eltern in Kleinbetrieben (unter 10 Mitarbeitenden),
- Eltern mit Kindern im Kindergarten- und Grundschulalter,
- Teilweise Eltern, die beide berufstätig sind.

Vgl. Institut für Demoskopie Allensbach: Ein Jahr Corona-Pandemie. Wie geht es Familien in der Krise? Zusammenfassung von Kernergebnissen mit Schaubildern zu einer repräsentativen Elternbefragung im Februar 2021, S. 13.



Bedeutung der Pandemiefolgen für Paare und Familien für die Arbeit der Beratungsstellen

Mit Blick auf den genannten Erschöpfungseffekt in Familien durch die Pandemie sind auch unsere Beratungsstellen für Ehe-, Paar-, Familien- und Lebensfragen gefordert. Hilfreich ist es, um die Wirkung von Stressfaktoren auf Paarbeziehungen zu wissen, wie sie Guy Bodenmann von der Universität Zürich erforscht hat. Er unterscheidet den paarinternen Stress von paarexternem Stress, zu dem die Pandemie einen hohen Anteil beigesteuert hat, z.B. durch finanzielle Einbußen (Wegfall von geringfügigen Beschäftigungen, Minijobs, Aufträgen etc.), beengte Wohnverhältnisse, Einschränkung sozialer Kontakte in Beruf und Freizeit, um nur einige Beispiele zu nennen. Von außen ausgelöster Stress im Alltag führt in Paarbeziehungen zu weniger gemeinsamer Zeit, einer Verschlechterung der Kommunikation, körperlichen und psychischen Problemen oder problematische Persönlichkeitszüge gelangen an die Oberfläche.

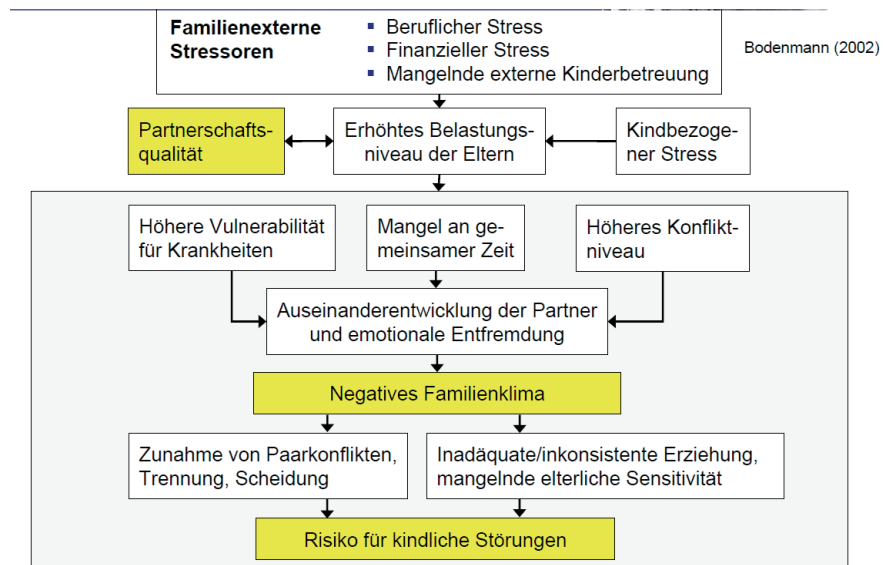
Der durch externe Stressfaktoren ausgelöste Beziehungsstress führt zu Enttäuschung und infolgedessen zu Rückzug oder erhöhter Reizbarkeit. Die Konfliktbereitschaft in der Beziehung steigt. Anhaltende Unzufriedenheit zwischen den Partnern ist die Folge. Nicht selten erscheinen Trennung und Scheidung als Ausweg aus einer anhaltend belasteten Partnerschaft. Bodenmann vergleicht chronischen Alltagsstress mit einem Rostprozess, der die Partnerschaft schleichend unterhöhlt. Wie es soweit kommen kann, wird plausibel, wenn die Wirkung von paarexternem Stress auf wichtige Dimensionen in der Paarbeziehung untersucht wird.

- a. **Gemeinsame Zeit** ist ein wesentliches Elixier, um die Zufriedenheit in der Partnerschaft und damit die Stressresistenz zu erhöhen. In gemeinsam verbrachter Zeit teilen Paare Erlebnisse und Erfahrungen, unterstützen sich gegenseitig, öffnen sich füreinander und stärken ihr Wir-Gefühl. In stressigen Zeiten gibt es kaum oder gar keine Zeit, um gemeinsam mit dem Partner / der Partnerin Interessen nachzugehen oder angenehme Dinge zu tun, die im Alltag keinen Platz finden.
- b. Auch die **Kommunikation**, ein zweiter wesentlicher Pfeiler in zufriedenen Paarbeziehungen, leidet unter dem Einfluss von Stress. Du-Botschaften und verallgemeinernde Kritik (immer, nie, gar nichts etc.), Vorwürfe und Beschuldigungen nehmen zu. Es kommt häufiger zu verächtlichen Äußerungen, die den Partner / die Partnerin abwerten, ihn / sie lächerlich und klein machen. Paare stellen einander unbeantwortbare Fragen oder nutzen gegenseitig Wissen, um es gegen die / den anderen auszuspielen oder es fallen zynische Bemerkungen. Auch eine eher defensive Kommunikation mit Rechtfertigungen, Abwehr von Kritik, der Verteidigung der eigenen Position tragen nicht zu einer gelingenden Kommunikation bei.

Wenn Betreuungsangebote nicht mehr verlässlich zur Verfügung stehen und die Planbarkeit des Alltags ins Wanken gerät, führt das nicht selten zu Spannungen und Streit unter den Eltern und zu Belastungen in der ganzen Familie.

c. **Körperliches und psychisches Wohlbefinden** werden durch externen Stress beeinträchtigt. Durch die Ausschüttung von Stresshormonen befindet sich der Körper in einem Zustand von Dauerspannung, die, wenn sie chronisch wird, das Immunsystem permanent belastet und organische Erkrankungen auslösen kann. Nach einem Faktenblatt der Weltgesundheitsorganisation (WHO)¹ werden psychische Gesundheit und Wohlbefinden nicht nur durch individuelle Merkmale beeinflusst, sondern auch durch die sozialen Umstände, in denen sich Menschen befinden, und die Umgebung, in der sie leben.

Wie schließlich die **kindliche Entwicklung** ungünstig beeinflusst wird, wenn paarexterner zu paarinternem Stress führt, zeigt die folgende Abbildung von Bodenmann (2002)²:



Der Zusammenhang zwischen Stress in der Paarbeziehung und dem Risiko, das damit für die kindliche Entwicklung einhergeht, ist offenkundig. Für Paare in Zeiten der Pandemie, insbesondere wenn sie für die Betreuung von Kindergarten- oder / und Grundschulkindern verantwortlich sind, bedeutet die Pandemie ein zusätzlicher hochgradiger Stressfaktor. Während der Alltag auch unter Nicht-Pandemie-Bedingungen aufgrund der oft erschwerten Vereinbarkeit von Familie und Berufstätigkeit bereits häufig als Balanceakt empfunden wird, der die Ressourcen aller strapaziert, kann die Pandemie das Familienklima zusätzlich belasten.

1 Verfügbar unter: MNH_FactSheet_DE.pdf (who.int), Zugriff am

2 Bodenmann, G., Bradbury, T., & Maderas, S. (2002). Scheidungsursachen und -verlauf aus der Sicht der Geschiedenen.

Neben der bereits erwähnten Notbetreuung, die insbesondere für berufstätige und alleinerziehende Eltern entlastend wirkte, war Entlastung ein wichtiges Thema, wenn Paare zur Beratung kamen. Wenn beide Elternteile im Homeoffice arbeiteten und gleichzeitig Kinder zuhause zu betreuen waren, brauchte es eine gute Planung und Absprache unter den Eltern, wer sich wann um die Betreuung kümmerte und wann sich der eigenen Arbeit widmen konnte. Ebenso wichtig war es, Zeiten für gemeinsames Essen und arbeitsfreie Zeiten einzuplanen, die zusammen als Familie verbracht werden konnten oder in denen Elternteile abwechselnd Zeit für sich nehmen konnten, um sich in der Wohnung zurückzuziehen oder um sich bspw. bei einem Spaziergang wieder zu sammeln und etwas aufzutanken. Die Vorstellung, dass diese Planung notwendig ist, weil im Homeoffice und bei ausfallender Kinderbetreuung ohnehin alle beieinander sind und das Notwendige auf Zuruf organisieren, ist trügerisch. Keine verbindlichen Absprachen zu treffen, kann leicht dazu führen, dass eine / r sich auf die / den anderen verlässt und frustriert ist, wenn die / der andere nicht zur Stelle ist, wenn einer der Eltern gebraucht wird.

Paare können in der Beratung lernen, wie sie für sich als Paar sorgen können, indem es kleine Auszeiten für sie gibt. Sie können abends, wenn die Kinder im Bett sind, die Zeit aktiv für sich nutzen oder zwischendrin mit den Kindern verhandeln, dass es kurze Paar-Auszeiten z.B. für einen gemeinsamen Kaffee / Tee gibt, in denen die Eltern für 15 Minuten nicht gestört werden wollen. Für die Eltern ist es wichtig, miteinander zu vereinbaren, sich diese Zeiten zu nehmen und in diesen begrenzten Freiräumen nicht über die Organisation des Alltags oder problematische Themen zu reden. Hilfreicher ist, sich gegenseitig anzuerkennen, welchen Einsatz der / die andere gerade zeigt, dass er / sie einen guten Job macht und wie wertvoll es ist, sich auf die / den anderen verlassen zu können. Das stärkt Paare, ihre Beziehung und die Resilienz, die ein wichtiger schützender Faktor gegen Stress ist.

Die unabhängig der Pandemie geplante Einführung des Blended Counseling zum 02.01.2020 in allen psychologischen Beratungsstellen für Ehe-, Familien- und Lebensfragen in der Erzdiözese Freiburg hat die Arbeitsfähigkeit der Beratungsstellen grundsätzlich gewährleistet. Gerade junge Familien, die zusätzlich zum Homeoffice eines oder beider Partner:innen die Betreuung von Kindergarten- und / oder Grundschulkindern organisieren mussten, waren dankbar, wenn sie zu Beginn der Pandemie über eine datenschutzkonforme Telefonkonferenz mit ihrer / ihrem Berater:in in Kontakt bleiben und bereits begonnene Beratungsgespräche fortsetzen konnten. Spätestens zu Beginn des zweiten Lockdowns konnten dann auch weitere digitale Tools wie bspw. ein Videochat genutzt werden. Indem Gespräche über gesicherte digitale Beratungskanäle stattfinden konnten, hatten Paare und Familien die Möglichkeit, mit ihren Berater:innen einen laufenden Beratungsprozess aufrechtzuerhalten und mussten nicht warten, bis der aufgrund einer Coronaverordnung wieder zulässige Zugang zu einer Beratungsstelle möglich war.

Im Bewusstsein, dass die Pandemie mit all ihren Begleiterscheinungen für viele Paare und Familien hochgradigen zusätzlichen Stress verursachen würde, ist es allen Beratungsstellen gelungen, erreichbar zu bleiben und auch vor Ort Beratungsangebote solange wie möglich aufrechtzuerhalten. Zusätzlich wurden im ersten Lockdown Hotlines eingerichtet für Menschen, die mit dem Stress überfordert waren, der durch Kontaktbeschränkungen, Schließungen von Betreuungs- und Freizeiteinrichtungen, Unsicherheiten am Arbeitsplatz oder / und finanzielle Einbußen entstand oder die aufgrund von häuslicher Gewalt kurzfristig und niedrigschwellig Rat und Hilfe brauchten.

*Bettina Zenner
Leiterin der Diözesanstelle
Ehe Familie Leben*

Das „Lotsenportal“ als bereichsübergreifendes wissenschaftlich begleitetes Präventionsprojekt

Die Idee für die Entwicklung eines Portals für Paare auf der Suche nach Beratung und Hilfe im Internet basiert auf folgenden Erfahrungen:

- Paare werden auf der Suche nach Unterstützung für ihre Partnerschaft im Internet mit einer unübersichtlichen Fülle von Angeboten konfrontiert, ohne deren Seriosität anhand klarer Kriterien einschätzen zu können.
- Paare mit teilweise hoher Belastung in der Beziehung nehmen an Paar-Kursen im Bereich der Erwachsenenbildung teil, die ihren Erwartungen bzw. ihrem Unterstützungsbedarf nicht gerecht werden.
- Paare müssen früher erreicht werden, bevor sie in eine Phase von beziehungs-schädigendem Dauerstress geraten und zu scheitern drohen.

Mit einem digitalen Lotsenportal sollen verschiedene Ziele verfolgt werden:

- Paare sollen auf der Grundlage eines wissenschaftlichen Fragebogens, der den Belastungsgrad in der Beziehung ermittelt, direkt zu passenden präventiven Angeboten weitergeleitet werden, die sich konzentriert auf einem Portal befinden (Links zu Paarkursen und Kommunikationstrainings, digitale Programme zu verschiedenen Beziehungsthemen oder niedrigschwelliger Zugang zu Beratung (digital oder analog)).
- Paare sollen sich auf der Suche nach Hilfe im Netz besser orientieren können und zu „passgenauen“ Angeboten gelotst werden, die auf den Belastungsgrad abgestimmt sind.
- Paaren sollen im Sinne einer effektiven Prävention leichter erreicht werden.

Der besondere Charme eines Lotsenportals als Präventionsmaßnahme liegt darin, dass Paare über ein niederschwelliges wissenschaftlich fundiertes diagnostisches Verfahren eine Einschätzung erhalten, von welchen spezifischen Angeboten ihre Beziehung profitieren kann:

- a. ob präventive Angebote (universelle bzw. selektive) in ihrer individuellen Situation nützlich sind oder

DIÖZESANSTELLE EHE FAMILIE LEBEN

Digitale Beratung

b. ob aufgrund des Belastungsniveaus eher Paar- bzw. Einzelberatung indiziert ist.

Das Lotsenportal hat den Charakter eines Pilotprojekts, da Paare zum ersten Mal in einem digitalen Format über ein Portal direkten Zugang zu verschiedenen Angeboten erhalten. Gerade die Coronapandemie zeigt, wie wesentlich ein digitaler Zugang zu Beratung und Hilfe ist.

Mit einer Portallösung finden Paare ein zeitgemäßes Format im Internet, das zudem unterschiedliche, qualifizierte Angebote und Hilfen für Paare von kirchlichen Anbietern zusammenführt.

Anvisiert ist, dass die Umsetzung des Lotsenportal Ende Mai 2022 erfolgt ist und das Portal online gehen kann.

Die Projektleitung hat die Diözesanbeauftragte für Ehe-, Familien- und Lebensberatung, Bettina Zenner. Sie wird unterstützt von der Koordinatorin für digitale Beratung in der Ehe-, Familien- und Lebensberatung Frau König



Dansokho. Kooperationspartner ist die Abteilung Erwachsenenseelsorge mit dem Referat Ehe Familie Diversität des Erzbischöflichen Seelsorgeamtes Freiburg. Die wissenschaftliche Begleitung erfolgt durch Prof. Dr. Roessler von der Katholischen Hochschule Freiburg. Die Projektmittel hat die Erzdiözese Freiburg, Hauptabteilung I Pastoral, zur Verfügung gestellt. Die technische Realisierung wird finanziert aus Mitteln des Referats Digitalisierung und Pastoral in der Stabsstelle Kommunikation und Medien.

*Bettina Zenner
Leiterin der Diözesanstelle
Ehe Familie Leben*

Die Bewährung des Blended Counseling in der Pandemie

Die Einführung des Blended Counseling (BC) in allen 15 psychologischen Beratungsstellen für Ehe-, Familien- und Lebensfragen in der Erzdiözese Freiburg zum 01.01.2020 war unabhängig der Pandemie geplant und wurde auch umgesetzt. Der erste Lockdown hat die Sinnhaftigkeit dieser Maßnahme nur weiter hervorgehoben.

Mit der Umsetzung des BC wollen wir einerseits der Lebensrealität von Ratsuchenden Rechnung tragen, die selbstverständlich nach Informationen zu Beratungsangeboten und Hilfen im Internet suchen. Andererseits nutzen sie häufig auch digitale Kommunikationskanäle, um Kontakt aufzunehmen oder / und sie beginnen eine Beratung zunächst in einem Video- oder schriftbasierten Chat und wechseln vielleicht später zu Gesprächen mit ihrer / ihrem Berater:in in eine örtliche Beratungsstelle.

Durch die pandemische Situation der letzten zwei Jahre hat die Digitalisierung in der psychologischen Beratung einen zusätzlichen Entwicklungsschub erfahren. Zunächst fand ein Paradigmenwechsel statt: War mit „Onlineberatung“ seit den 2000er-Jahren vor allem Mail- und Chatberatung gemeint, wurde seit der Pandemie, „Onlineberatung“ als Beratung per Video verstanden. Die Vorzüge der weitgehend anonymen psychologischen Beratung sind einem Format gewichen, das mehr ist als Ersatz der „Beratungsgespräche vor Ort“ in einer Ehe-, Familien- und Lebensberatungsstelle ist.

Spannenderweise hatte sich die Fachwelt schon vor 2020 mit der Frage beschäftigt, ob es nicht sinnvoll wäre, die Videoübertragung als Kanal für die psychologische Beratung hinzuzunehmen. Außerdem hat die Fachwelt

etwa ab 2015 diskutiert, welche Möglichkeiten psychologische Beratung gewinnen würde, wenn zukünftig innerhalb eines Beratungsprozesses mehrere Kommunikationsformate gewählt und angewandt werden könnten. So kann sich ein / eine Klient:in über ein webbasiertes und verschlüsseltes Beratungsprogramm per Mail an eine psychologische Beratungsstelle wenden. Es können einige Mails zwischen Klient:in und Berater:in hin- und hergehen, dann könnte die / der Berater:in die / den Klient:in zu Gesprächen vor Ort in die Beratungsstelle einladen. Oder eine Studentin, die längere Zeit zur Beratung bei einer Beraterin vor Ort war, zieht aufgrund eines Auslandssemesters weg. Die Beraterin könnte ihr anbieten, den Prozess per Videoberatung fortzusetzen. Ein solches „Mischen der Kanäle“ wird im Fachjargon „Blended Counseling“ genannt.

Da für alle psychologischen Beratungsstellen in der Ehe-, Familien- und Lebensberatung der Erzdiözese Freiburg bereits vor der Pandemie das „Blended Counseling“ eingeführt werden sollte, waren sie während der diversen Lockdowns in den zurückliegenden beiden Jahren vorbereitet, als die Notwendigkeit einsetzte, ausschließlich digital zu arbeiten. Das betraf sowohl die technische Ausrüstung als auch das fachliche Verständnis.

Unabhängig von der Pandemie entwickeln wir das Konzept des „Blended Counseling“ weiter, weil wir es für zeitgemäß und zukunftsfähig halten: Es flexibilisiert die Arbeitsprozesse von Berater:innen und ratsuchenden Personen; Es ermöglicht Personengruppen, psychologische Beratung in Anspruch zu nehmen, die möglicherweise aufgrund von mangelnder Kinderbetreuung, ländlichem Lebensraum, Auslandsaufenthalt, körperlicher Immobilität oder aus anderen Gründen keine Vor-Ort-Beratung aufsuchen könnten; Es ermöglicht der ratsuchenden Person, denjenigen Kommunikationskanal auszuwählen, mit dem sie sich am wohlsten fühlt; Es ermöglicht der / dem Berater:in, denjenigen Kommunikationskanal auszuwählen, von dem er / sie aus fachlichen Gründen annimmt, dass er für den Beratungsprozess günstig wäre. Somit können wir noch passgenauere psychologische Beratung anbieten.

Da wir im Frühjahr 2021 auf eine neue, datenschutzkonforme Software umgestellt haben, können wir aktuell noch keine belastbaren Daten vorlegen.

Unser Beratungsangebot finden Sie unter: www.efl-onlineberatung.de

*Annagreta König
Dipl. Psychologin, Koordinatorin für digitale Beratung in
der Diözesanstelle Ehe Familie Leben*

DIÖZESANSTELLE EHE FAMILIE LEBEN

Koordination und Vernetzung in diözesanen und bundesweiten Konferenzen und Gremien

Die Diözesanbeauftragte ist für die regelmäßigen Konferenzen der Leitungen der Ehe-, Familien- und Lebensberatungsstellen verantwortlich. Sie finden regulär vier Mal jährlich in Präsenz statt. Durch den Wechsel in ein digitales Konferenzformat konnte auch im zweiten Pandemiejahr die Taktzahl erhöht werden, sodass z.B. die Umsetzung notwendiger Maßnahmen in den Beratungsstellen abhängig von der Entwicklung der Pandemie kurzfristig abgestimmt werden konnte. Das digitale Format hat sich bewährt und soll die Konferenzen in Präsenz künftig ergänzen.

Die Diözesanbeauftragte vertritt die Ehe-, Familien- und Lebensberatung bistumsintern in verschiedenen Gremien und Konferenzen. Sie ist als Leiterin des Referats Beratungsdienste der Hauptabteilung I Pastoral Mitglied der Abteilungskonferenzen und leitet im Wechsel mit dem Leiter der Abteilung Kind – Jugend – Familie des Diözesancaritasverbandes die zweimal jährlich stattfindenden Konferenz der Diözesanarbeitsgemeinschaft katholischer Beratungsdienste in der Erzdiözese Freiburg. Jenseits der Bistumsgrenzen nimmt sie zweimal pro Jahr an den Tagungen der Bundeskonferenz für Ehe-, Familien- und Lebensberatung teil und engagiert sich in zeitlich begrenzten Facharbeitsgruppen.

Im Synodalen Weg ist die Diözesanbeauftragte als Beraterin des Synodalforums IV – „Leben in gelingenden Beziehungen. Liebe leben in Sexualität und Partnerschaft“ in den Synodalversammlungen vertreten. In 2021 fand die zweite Versammlung vom 30.09. bis 02.10. in der Messe in Frankfurt statt. In beratender Funktion nimmt sie ebenfalls an den Sitzungen des Synodalforums IV teil, in 2021 an acht größtenteils digitalen Treffen.



DIÖZESANSTELLE EHE FAMILIE LEBEN Öffentlichkeitsarbeit



Im Rahmen der Reflexionen zu den Zehn Geboten durch Papst Franziskus hat die Diözesanbeauftragte der Journalistin Gudrun Sailer von Vatican News ein Interview zum Sechsten Gebot gegeben unter der Überschrift: „Sind katholische Paare treuer als andere?“. Die Kurzfassung des Interviews wurde in der Zeitschrift „Gemeinsam Glauben“, Ausgabe April 2021, abgedruckt.

In 2021 entstand auch der Artikel „Ehe, Partnerschaft und Familien“ als Beitrag zum „Ökumenisches Kompendium Caritas und Diakonie“, das sich mit Erscheinungsformen und Herausforderungen von Diakonie und Caritas befasst und im Vandenhoeck & Ruprecht Verlag erschienen ist.

DIÖZESANSTELLE EHE FAMILIE LEBEN
Fort- und Weiterbildung



Fortbildungsprogramm 2021

„Werkstatt“ zum Zielvereinbarungsgespräch

mit Ulrich Schabel

11. März 2021 digital4 TN

Liebe, wie sie dir gefällt ...

mit Prof. Dr. Agostino Mazziotta

17. bis 18. März 2021, digital.....15 TN

Die Kraft der Präsenz – Stress- und Emotionsregulation in kritischen Situationen

mit Dr. Sandra Michels

16. bis 18. Juni 2021, digital.....20 TN

„MEA-Klopft Techniken für Berater und Beraterinnen

mit Kerstin Horngacher

24. bis 26. Juni 2021, Freiburg.8 TN
(coronabedingt verschoben vom Januar auf Juni, deshalb einige Abmeldungen)

Das Dritte im Bunde“ -

Paardynamik und Suchtmittelkonsum

mit Jeanette Piram

28. bis 29. Juni 2021, digital.....20 TN

Wenn Liebe und Leid sich berühren

mit Tom Pinkall

11. bis 13. Oktober 2021, Münstertal.18 TN

Das Schwere leichter machen

mit Ellen Spangenberg

18. bis 20. Oktober 2021, Feldberg-Falkau20 TN

Das aktuelle Fortbildungsprogramm finden Sie auf unserer Website www.ehe-familie-lebensberatung.de

ADRESSEN

Besuchen sie unsere Website www.ehe-familie-lebensberatung.de
Dort finden Sie auch alle Ehe-, Familien- und Lebensberatungsstellen in der
Erzdiözese Freiburg.
Klicken Sie die gewünschte Beratungsstelle in Ihrer Nähe an, dann öffnet
sich deren Homepage mit allen notwendige Informationen.



The screenshot shows the homepage of 'EHE FAMILIE LEBEN'. The header features a logo with a colorful circle and the text 'EHE FAMILIE LEBEN' and 'MENSCHEN BERATEN'. Below the header is a navigation bar with links: 'Ehe-, Familien- und Lebensberatung', 'Diözesanstelle', 'Fortbildungen', 'Masterstudiengang', and 'Aus der Beratungspraxis'. A search bar is also present. The main content area includes a breadcrumb trail: 'Sie befinden sich hier: >> [Startseite](#) > Ehe-, Familien- und Lebensberatung > Beratungsstellen für Ehe-, Familien- und Lebensfragen'. On the left, there is a sidebar menu with options: 'Das Beratungsangebot', 'Beratungsstellen für Ehe-, Familien- und Lebensfragen', 'Onlineberatung', 'Weitere Kontakte', and 'Häufig gestellte Fragen (FAQ)'. The main heading is 'Beratungsstellen für Ehe-, Familien- und Lebensfragen'. Below this, there is a paragraph: 'Alle Ehe-, Familien und Lebensberatungsstellen haben eigene Homepages mit allen wichtigen Informationen, die Sie zur Kontaktaufnahme brauchen. Im Internet können Sie sich über einen gesicherten Zugang und auf Wunsch auch anonym zu Lebens- und Beziehungsthemen beraten lassen. Wir bieten E-Mail- und Chatberatung an: **Online-Beratung**'. To the right, there is a logo for 'KBKEFL immer gut beraten' and a note: 'Wir sind Mitglied der kath. Bundeskonferenz für Ehe-, Familien- und Lebensberatung'. At the bottom, there is a list of locations: [Baden-Baden](#), [Bodensee](#), [Bruchsal](#), [Freiburg](#), [Heidelberg](#), [Karlsruhe](#), [Lörrach](#), [Mannheim](#), [Mosbach](#), [Ortenau](#), [Pforzheim](#), [Sigmaringen](#), [Tauberbischofsheim](#), [Villingen](#), and [Waldshut](#).

Das Fortbildungsprogramm finden Sie auf unserer Website
www.ehe-familie-lebensberatung.de



**EHE
FAMILIE
LEBEN**

MENSCHEN
BERATEN

Diözesanstelle

Karlsruher Straße 3
79108 Freiburg
T 0761/70 38 80 80
Mail info@ebfr-efl.de
www.ebfr-efl.de



Erzdiözese
Freiburg