

Das Angebot der Evangelischen Ehe-, Lebens- und Krisenberatung in Braunschweig und Salzgitter



„Festgefahren“ – im Sand kann man ja noch buddeln, *„um den Karren wieder aus dem Dreck zu ziehen“* und dabei hilft eine praktische Schaufel ungemein.

Wie aber buddelt man beim Zerfall der Familie, bei Spannungen, Überforderungen, Lieblosigkeiten? Wo ist dann die hilfreiche Schaufel? Und bei Ängsten, Depressionen, schweren Erkrankungen oder der großen Hoffnungslosigkeit, bei der scheinbar nur noch die Selbsttötung Linderung zu versprechen scheint?

„Ich brauche niemanden, der mir sagt, was ich tun soll“ !?

„Ich brauche niemanden, der mir sagt, was ich tun soll“ – so lautet bisweilen ein Einwand gegenüber Hilfsangeboten bei Ehe- oder anderen Lebenskrisen. Und manchmal erscheint es wie eine Kränkung, sich einzugestehen, dass man nicht mehr weiter weiß und das Bibelwort *„Nehmet einander an, wie Christus euch angenommen hat“* so schwer zu leben ist. Denn manchmal haben wir zu einseitige Erfahrungen gemacht, um mit außergewöhnlichen Anforderungen fertig zu werden.

Menschen lernen schon in ihrer Kindheit sich so zu verhalten, dass sie die Zuwendung ihrer Eltern nicht gefährden. Depressive Eltern reagieren vielleicht gereizt auf Unmutsäußerungen ihrer Kinder, weil sie sich schnell überfordert fühlen. Stolze Eltern erwarten Erfolge ihrer Kinder, bis hin zur Wahl eines tollen Partners, und sie ziehen sich bei Nichterfüllung ihrer hohen Erwartungen gekränkt zurück: Kinder machen bestimmte Erfahrungen und entwickeln besonders in den ersten fünf Lebensjahren bestimmte Ansichten über sich, die anderen Menschen und die Welt überhaupt. Daraus leiten sie mit kindlichem Verstand ihre persönlichen Überlebensstrategien ab und gestalten ihr weiteres Leben.

Dabei geht es nicht um „gut“ oder „schlecht“, denn Eltern geben das, was ihnen möglich ist, so dass jeder Mensch von seiner persönlichen Kindheit geprägt ist. Und das wirkt sich natürlich auch in den späteren zwischenmenschlichen Beziehungen aus. Gibt es da Anforderungen oder Belastungen von außen, reichen die gelernten Bewältigungsstrategien manchmal nicht mehr aus.

Wenn die gelernten Bewältigungsstrategien nicht mehr ausreichen ...

Dann ist Hilfe von außen nützlich, um seelische Knoten zu lösen und neue Handlungsmöglichkeiten zu entdecken: Beratungsgespräche erweitern die Möglichkeiten des Denkens und Handelns, und dadurch verändern sich auch Gefühle.

Hinweise auf Wendepunkte im Leben

Bei der Ev. Ehe- Lebens- und Krisenberatung in Braunschweig und Salzgitter werden Konflikte und Krisen als Hinweise auf aktuell zu bewältigende Wendepunkte im Leben verstanden. Es geht nicht um die Suche nach einem Schuldigen, sondern Beratung möchte dem Einzelnen wie dem Paar zur konstruktiven Nutzung der persönlichen Möglichkeiten verhelfen. Dabei werden nicht Ratschläge von Besserwissern erteilt, sondern gemeinsam mit den Menschen wird entwickelt, wo es zukünftig hingehen könnte und welche Schritte möglich sind.

Die Basis für Beratungsarbeit in der Braunschweigischen Landeskirche

„Nehmet einander an, wie Christus euch angenommen hat“ (Röm.15, 7). Das ist die Basis für die Beratungsarbeit in der Braunschweigischen Landeskirche. Qualifizierte psychologische Beratung in evangelischer Trägerschaft unterstützt Menschen dabei, Antworten auf ihre Fragen zu finden, für ihre Konflikte und Probleme gemeinsam Lösungen zu erarbeiten und die Beziehungsfähigkeit zu fördern, oder die Fähigkeit zu entwickeln, mit nicht lösbaren Konflikten oder schlimmen Erkrankungen zu leben.

Dabei wird davon ausgegangen, dass in jedem als Gottes Ebenbild geschaffenen Menschen Potenziale liegen, die fruchtbar gemacht werden können.

Daran arbeitet bei der Ev. Ehe-, Lebens- und Krisenberatung ein kompetentes Team psychologisch ausgebildeter Berater und Beraterinnen.

Die Evang. Ehe-, Lebens- und Krisenberatung steht allen Menschen offen

Beratungsangebote in Braunschweig und Salzgitter-Lebenstedt

Die Beratungsstelle steht allen Menschen offen. Ein großer Vorteil: Es bedarf keines Krankenscheins und keiner „Eintrittskarte“ in Form einer diagnostizierten Krankheit.

Damit für jedes Gespräch ausreichend Zeit zur Verfügung steht, ist eine **telefonische Anmeldung** erforderlich. Diese erfolgt zentral über das Büro in Braunschweig: 0531-220 330

Für erste Informationen und Klärungen gibt es in der Beratungsstelle **in Braunschweig montags von 16 bis 18 Uhr eine Offene Sprechstunde** ohne Anmeldung.

Adressen:

- **Ev. Ehe-, Lebens- und Krisenberatung, Parkstraße 8a** (neben dem St. Vinzenz-Krankenhaus), **38102 Braunschweig - Telefon 0531 – 220 330.**
- **Ev. Ehe-, Lebens- und Krisenberatung in der Ev. Familien-Bildungsstätte, Kattowitzer Straße 225, 38226 Salzgitter – Telefon (über BS) 0531 – 220 330.**

Jörg Eikmann (überarbeitet von Karl-Peter Schrapel, 12.07.2016 + 07.08.2024)