

Jahresbericht 2022

TEAM-FB Aachen:

Leitung:

Michael Rößner

Beratung:

Ulrike Blönnigen-Jochum

Harald Breidt (bis 12/22)

Kerstin Frankhäuser

Liz Gilhaus (stellvert. Leiterin)

Lina Lynch

Christoph Pott

Ilona Puschmann

Claudia Radermacher-Lamberty

Heidi Schaul

Janina Schulz

Elisabeth Trümper-Loogen

Marc von Oppell

Verwaltung:

Violeta Behaderovic

Dagmar Kaußen

Agathe Oligschläger

In dieser Ausgabe:

Vorwort Träger	2
Rückblick 2022	2
Neues aus der Beratungsstelle	2
Fortbildungen	2
Statistik 2022	3
Zeitungsartikel 2022	4-7

Caritas Familienberatung Aachen



Caritas
Familienberatung
Aachen

VORWORT DES TRÄGERS

Sehr geehrte Leserinnen und Leser,

„die Zeiten ändern sich – und wir mit ihnen“ – so lautet ein mittelalterliches Sprichwort. Was schon damals in der angeblich so stabilen Zeit die Menschen umtrieb, gilt heute in unserer enorm beschleunigten Welt erst recht. Die Lebensformen, die Lebensbedingungen, in denen Kinder und Jugendliche aufwachsen, verändern sich massiv, und die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter bekommen das zu spüren. Sicher geht es im Kern bei allen Beratungsanfragen heute wie damals darum, dass Eltern und/oder Kinder verunsichert sind, Orientierung brauchen, dass Kommunikation nicht funktioniert, dass Verletzungen aufzuarbeiten und Stabilisierungsanker zu entwickeln sind. Das war in den 50er- und 60er-Jahren so, als unsere Beratungsstellen an den Start gingen, und das steht auch heute noch im Zentrum der Aufmerksamkeit der Beraterinnen und Berater. Doch die Vorstellungen einer Familie, in der alle Beteiligten einen guten Entwicklungsraum finden, haben sich geändert und die Art und Weise, wie sich Probleme ausdrücken, sowieso.

Vielleicht die wichtigste Veränderung: Das Modell einer „funktionierenden“ Familie ist nicht mehr festgelegt, die gegenseitigen Erwartungen sind individualisiert, die Rollen und Beiträge zum gelingenden Familienleben müssen ausgehandelt werden. Das schafft Spielräume für die individuelle Entwicklung, bedarf aber vor allem einer möglichst intensiven Kommunikation. Waren in der Anfangszeit unsere Berater noch mit konkreten Fragen und Problemstellungen konfrontiert (etwa: Unser Kind nässt ein – was tun? Wie gehen wir mit abweichendem Verhalten der Kinder um? Warum kommt das Kind in der Schule nicht mit?), so lassen sich die Probleme (und die Sicht darauf) heute viel stärker als unglücklich verlaufende Dynamiken in den Familien betrachten. Folglich bestehen die Interventionen der Beraterinnen und Berater mittlerweile zu deutlich geringeren Anteilen in konkreten Hinweisen und Ratschlägen, sondern vielmehr in Unterstützungen für die Eltern (als Partner) wie auch der Kinder einander anders wahrzunehmen und andere Formen des Miteinander-Umgehens auszuprobieren. Das Ganze vollzieht sich unter deutlich veränderten Rahmenbedingungen wie veränderten und teils hochkomplexen Familienformen, verändertem Selbstverständnis von Müttern und Vätern, ständiger Begleitung und Kommentierung aller Interaktionen durch digitale Medien und soziale Netzwerke, was die Sache nicht einfacher macht.

Entsprechend haben sich auch die Beratungsstellen verändert. Ein wichtiges Element bleibt das multiprofessionelle Team – Psychologie, soziale Arbeit, Heilpädagogik sind immer vertreten (und hier sei auch die Rolle der Verwaltungsmitarbeiterinnen ausdrücklich wertgeschätzt), aber auch hier gibt es keine eindeutige Rollenteilung mehr nach dem Motto: Die Psychologin diagnostiziert und bestimmt die Ziele, die Pädagogen übernehmen die Einübung. Wohl gibt es Spezialisierungen innerhalb der Teams, aber die Kooperation, das gemeinsame Erkennen der Situation bestimmt das Miteinander. So wie die Kinder und Eltern als Individuen in einem System mit vielen Interdependenzen wahrgenommen werden, so verstehen sich auch die Teams als lebendige Systeme, die miteinander die komplexen Realitäten wahrnehmen und angemessene Impulse setzen können. Denn in der Regel haben nicht einzelne Familienmitglieder ein Problem, sondern alle Beteiligten miteinander brauchen Orientierung, und nicht die einzelne Spezialistin in der Beratungsstelle gibt die richtigen Ratschläge, sondern das Team begleitet die Familie bei ihren Schritten in eine bestenfalls neue Familienrealität. Wo die Welt immer komplexer und komplizierter wird, bedarf es in erster Linie der Unterstützung, sich in dieser Welt zurechtzufinden und Mut zum Handeln zu gewinnen.

Entsprechend froh sind wir, dass die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter weiterhin bereit sind, viel Energie in entsprechende Fort- und Weiterbildungen zu investieren sowie sich auf eine intensive Teamarbeit einzulassen – die im Übrigen nicht an der Tür der Beratungsstelle endet. Netzwerk-Arbeit lohnt sich dann, wenn die Kooperationspartner miteinander abgestimmte Unterstützungsangebote machen und dafür sorgen können, dass die Ratsuchenden am Ende das Angebot finden, das ihnen am besten hilft.

Darum danken wir den Kooperationspartnerinnen und -partnern in den benachbarten Beratungsdiensten, in den Jugendämtern, in allen Bereichen der Jugend- und Familienhilfe. Wir danken den örtlichen Trägern der Jugendhilfe für die verlässliche Bereitstellung der Refinanzierung und mancher Spenderin und manchem Spender, die uns im Stillen oder manchmal auch öffentlich unterstützen und so Initiativen möglich machen, die der normale Etat nicht hergibt.

Kinder und Jugendliche leben mit ihren Eltern in einer häufig unübersichtlichen Welt. Jugendhilfe heute hat nicht (mehr) die Aufgabe, ihnen diese Welt zu erklären, sondern sie an Orte zu begleiten, wo sie diese Welt etwas besser durchschauen können.

Prof. Dr. Andreas Wittrahm

Weitere Informationen
finden Sie unter:

www.beratung-caritas-ac.de/beratungsstellen-vorort/aachen/aachen



**Offene telefonische
Babysprechstunden
dienstags 10.00-11.00
Uhr**



**Offene telefonische
Sprechstunden
dienstags 8.00-9.00
Uhr**



**Offene Sprechstunden
freitags 9.00-12.00 Uhr
(ohne Voranmeldung)**

RÜCKBLICK 2022

Liebe Leserin, lieber Leser,

eigentlich ist dem Vorwort von Prof. Dr. Wittrahm nichts mehr hinzuzufügen.

Gleichwohl möchte ich es um ein paar erwähnenswerte Dinge aus der Familienberatungsstelle Aachen ergänzen:

Gerade hatten wir uns mit der Corona Pandemie arrangiert, da begann Anfang des Jahres der Angriffskrieg gegen die Ukraine. Auch bei uns gab es schon bald die ersten Anfragen von ukrainischen Flüchtlingen. Schnell entwarfen wir Flyer in ukrainischer Sprache und auch über YouTube (ukrainischer Untertitel) machten wir unser Angebot publik.

Aber auch die Krise der Pandemie und deren Folgen beschäftigen uns weiter. So verzeichnen wir mehr Anfragen von Schulen, KiTa's, Jugendlichen und jungen Erwachsenen. Dies führte auf allen Ebenen zu einer intensiveren Kooperation mit unseren Netzwerkpartnern. Die Erfahrungen von sozialer Isolation haben Spuren hinterlassen, die deutlicher werden. Auffällig zugenommen haben auch die Anfragen zur Trennungs- und Scheidungsberatung. Die allgemeine Kostensteigerung trifft in ganz besonderer Wucht viele Alleinerziehende und werdende Eltern. Vielen, oft schon vorher in prekären Lebenssituationen, wurde es dadurch nochmal schwerer.

Im Oktober war der Projektzeitraum für unser digitales Angebot „Soulmates“ zu Ende. Wir haben neue Erfahrungen gemacht und konzentrieren uns jetzt darauf, dieses Angebot zu verstetigen, da wir es für ausgesprochen wichtig halten, Menschen in ihren Lebensrealitäten zu erreichen. Wir sind mehr als gespannt, was in dieser Hinsicht gelingen wird.

Im Mai konnten wir mit Lina Lynch die vakante Stelle der Psychologin neu besetzen. In den Ruhestand verabschieden mussten wir unseren langjährigen und sehr geschätzten Kollegen Harald Breidt. Seine wertschätzende, zugewandte und klare Haltung in der Begegnung mit Klienten_innen und Kollegen_innen wird fehlen.

Es bleibt weiter eine herausfordernde Aufgabe, die passenden Beratungsangebote für unsere Klientinnen und Klienten zu finden. Die Welt scheint komplexer und komplizierter geworden zu sein. An „jeder Ecke“ und zu jeder Zeit verfügbar, gibt es vermeintlich gute Ratschläge zu allen möglichen Lebenslagen.

Vielleicht gelingt es uns, eine andere Sicht auf Beratung zu entwerfen. Weniger „wir beraten“ und hin und wieder mehr „wir begeben uns gemeinsam in Beratung“. Denn wie heißt es so oder ähnlich: „Keiner weiß alles und Keiner weiß nichts“.

In diesem Sinne wünschen wir unseren Klienten_innen, Kooperationspartner_innen und auch uns viele gute und hilfreiche Erfahrungen.

Für das Team der Familienberatungsstelle

Michael Rößner
Leitung

FORTBILDUNGEN UNSERER MITARBEITER_INNEN

- „Behinderung und Sexualität“
- „Psychodrama und Supervision“
- „Grundlagen der Bindungstheorie“
- „Resilienztraining“
- „Digitale Beratung“
- „Start-Kids“
- „Cybergrooming-Gefahr im Digitalen Raum“
- „Hypnosystemische Methoden in der Familienberatung“
- „Beurteilung Eltern-Kind-Interaktionen“
- „Sozialrechtliche Fragen der Schwangerschaftsberatung“
- „Digitalisierung im sozial- und Gesundheitswesen“
- „Videogestützte Intervention zur Verbesserung der elterlichen Feinfühligkeit“
- „Geschlechtsidentität“
- „Me and my body“
- „Trennungen & Bindungsabbrüche“
- „Eltern mit Behinderung— Das geht?!“
- „Trauer“
- „Humor und psychische Gesundheit in Familien“
- „Maßanzüge von der Stange“
- „Geschichten— Ergänzungsverfahren zur Bindung“
- „Schlagfertigkeit im Office“
- „Exzessive Mediennutzung bei Kindern und Jugendlichen“
- „Hochstrittige Paare“
- „Fachkraft für das Handlungsfeld Hilfe bei sexueller Gewalt an Kindern und Jugendlichen“
- „Internationaler Kongress Frühkindliches Trauma“
- „DSFA Schulung“

STATISTIK 2022

Im Jahr 2022 haben wir insgesamt **259** Schwangere beraten, davon waren **219 neue** und **40 weitergeführte** Klientinnen.

Im Bereich Erziehungsberatung haben wir **317 Neuaufnahmen** und insgesamt **551 Personen** beraten.

Wir haben insgesamt **55 Chatkontakte** (Kurzkontakte) gehabt.

Gesetzliche Rahmen	Klientinnen
in Verbindung mit Schwangerschaft (§2 Abs. 1,2)	242
unabhängig von der Schwangerschaft (§2 Abs. 1,2)	2
nach Geburt des Kindes (§2 Abs.3)	14
im existenziellen Schwangerschaftskonflikt	1

Alter	Klientinnen
15-17 Jahre	2
18-19 Jahre	7
20-24 Jahre	52
25-29 Jahre	77
30-34 Jahre	66
35-39 Jahre	43
40 Jahre und mehr	12

Familienstand	Klientinnen
ledig	73
verheiratet	182
getrenntlebend	3
verwitwet	1

Berufsausbildung	Klientinnen
keine abgeschlossene	192
abgeschlossene	55
in Ausbildung	9
keine Angaben	3

- Alleinerziehend: 41 Klientinnen
- Übersetzungshilfe erforderlich bei 90 Klientinnen
- Durchschnittlich 4,41 Kontakte bei 1143 Kontakten und 259 Personen

Statistik der Schwangerenberatung (§2, Abs. 1,2,3 SchKG)

- Allgemeine Beratung zu Schwangerschaft und Geburt
- Beratung bei Problemen und Konflikten während und nach der Schwangerschaft
- Unterstützung bei existenzsichernden Maßnahmen
- Längerfristige Begleitung in der Familiengründungsphase

Schwerpunkt der Beratung	Klient_innen
Trennung- und Scheidung	96
allein Erziehenden	62
jungen Menschen unter 21 Jahre	17
jungen Erwachsenen 21-27 Jahre	4
Familien mit Kindern unter 21 Jahre	218

Geschlechterverteilung	Klient_innen
weiblich	125
männlich	114

Dauer der Beratung	Klient_innen
keine kontinuierliche Beratung	90
unter 3 Monate	5
3-6 Monate	16
6-9 Monate	59
9-12 Monate	30
12-18 Monate	17
18 Monate und mehr	22

Tätigkeiten Familienzentren:

- Fachgespräche mit Fachkräften-8
- Koordinierungs- und Konzeptgespräche- 2
- Sprechstunden im FZ- 1
- Veranstaltungen mit Eltern- 4

Statistik der Jugendhilfeberatung (§28, §17, §18 SGB VIII, sowie §16 Abs. 2 Nr. SGB VIII)

- Allgemeine Beratung zu Partnerschaft- und Erziehungsfragen
- Familienberatung/ therapie
- Trennungs- und Entwicklungsdiagnostik
- Einzel- und Gruppentherapie für Kinder
- Themenzentrierte Gruppen für Kinder

Familienberatung der Caritas Aachen

Gemeinsam neue Wege finden

Veröffentlicht am 19. Dezember 2022 von Robert Targan in Aktionen & Initiativen, Aktuelles um die Ecke, Familienleben



Ob Sorgen in der Schule, die Scheidung der Eltern oder auch Unsicherheiten während einer Schwangerschaft: Die Familienberatung der Caritas Aachen steht Kindern, Jugendlichen und Erwachsenen bei ihren vielfältigen Fragen und Nöten mit einem professionellen Team zur Seite. Nicht nur die Coronazeit hat zuletzt aufgedeckt, dass sich die Probleme und Herausforderungen im familiären Alltag über die Jahre stark gewandelt haben.

So unterschiedlich sich die Phasen gestalten, die eine Familie von der Gründung bis hin zum Erwachsenwerden der Kinder durchlebt, so vielfältig kommen auch die Herausforderungen und Konflikte daher, die es gemeinsam mitunter zu bewältigen gilt. Vor dem Hintergrund, dass neben der „klassischen“ Familie heutzutage viele weitere Lebensentwürfe existieren – Ein-Eltern-, Patchwork-, Pflege- und Regenbogen-Familien etwa –, haben sich längst auch die Themen und Fragestellungen rund ums Familienleben gewandelt. Was tun, wenn bereits während oder nach einer Schwangerschaft scheinbar unlösbare Probleme auftreten? Oder sich Schwierigkeiten bei der Erziehung nicht mehr ohne externe Hilfe bewältigen lassen? Die Caritas Familienberatung Aachen bietet eine kostenlose, vertrauliche und auf Freiwilligkeit beruhende psychosoziale Unterstützung für Kinder, Jugendliche, Eltern, Schwangere und auch Fachkräfte an – und das unabhängig von Konfession, Herkunft oder sexueller Orientierung. „Das können bis zu einem gewissen Grad finanzielle Hilfen sein, etwa für eine Erstausrüstung, bestehend aus Wickeltisch oder Kinderwagen“, gewährt Michael Rößner, Leiter der Caritas Familienberatung Aachen, einen Einblick. „So entsteht bereits zu einem frühen Zeitpunkt Kontakt zu den werdenden Eltern, und wir können neben der materiellen Unterstützung auch auf unser Beratungsangebot aufmerksam machen.“

Tatsächlich weiß Michael Rößner von Familien zu berichten, die über einen längeren Zeitraum von der Begleitung durch die Caritas Aachen Gebrauch machen – denn diese ist an keinerlei Fristen oder Beschränkungen gebunden. So drehen sich die Gespräche nicht nur um Fragen zur Geburt, sondern eben auch um Themen wie eine Trennung der Eltern, Schulstress, Zukunftsängste oder traumatische Erlebnisse und Trauererfahrungen. „Unser Team besteht aus

Psychologinnen und Psychologen, Therapeutinnen und Therapeuten sowie Sozialpädagoginnen und -pädagogen“, so der Leiter der Familienberatung.

„Dieses multiprofessionelle Team eignet sich bestens, um den unterschiedlichen Anfragen der Familien zu begegnen.“ Die Angebote der Caritas Familienberatung basieren auf der Überzeugung, dass jeder Mensch Fähigkeiten, Ideen und Vorstellungen besitzt oder entwickelt, wie er Familie leben oder gestalten möchte. Da existiert kein Richtig oder Falsch, da besitzt jeder Mensch das Recht, respektiert und geachtet zu werden.

Die Themen sind komplexer geworden

Natürlich haben sich familiäre Fragen und Problemstellungen mit der Zeit gewandelt und weiterentwickelt. In ganz besonderem Maße gilt dies für die vergangenen rund drei Jahre, die durch die Coronazeit für Groß und Klein eine nie dagewesene Beeinträchtigung darstellten. Im Jahresbericht 2021 der Caritas Familienberatung Aachen ist folglich zu lesen, dass sich die Zahl der psychischen Auffälligkeiten bei Kindern und Jugendlichen zuletzt verdoppelt habe, dass die Summe der Suizidversuche bei jungen Menschen stark angestiegen sei und dass diejenigen Kinder, die es aufgrund von Beeinträchtigungen im Sozialverhalten ohnehin schwer haben, ganz besonders unter den ständigen Veränderungen der schulischen Lage litten. Hinzu komme die Tatsache, dass die Beeinträchtigungen der familiären Ressourcen vielerorts ein geregeltes Leben kaum möglich machten. Michael Rößner: „Die Themen, die uns hier täglich begegnen, sind komplexer geworden, doch letztendlich ist es genau diese Herausforderung, die unsere Arbeit so wichtig macht. Die Auswirkungen der Coronamaßnahmen haben wir in der Beratung stets in verzögerten Wellen wahrgenommen – nach dem Lockdown meldeten sich Eltern, deren Kinder sich verstärkt zurückgezogen oder aber ein ungewohnt aggressives Verhalten an den Tag gelegt hatten.“ Entspannungsmöglichkeiten, wie beispielsweise durch den Sportverein, fielen weg; auch viele Eltern gerieten an ihre Grenzen. Die Caritas Aachen etablierte in dieser Zeit digitale Beratungsformate, damit der Kontakt zu den Klientinnen und Klienten nicht abbrach. In diesem Zuge ging beispielsweise das Projekt „Soulmates“ an den Start, ein Angebot, das vor allem jüngeren Menschen die Arbeit der Familienberatungsstelle näherbringen soll. Dank einer Projektförderung durch die Stiftung Wohlfahrtspflege NRW konnte man sich technisch ausstatten, unter anderem mit einer hochwertigen Video- und Podcast-Ausrüstung, um die Inhalte der Familienberatung in möglichst hoher Qualität digital aufzubereiten. Michael Rößner freut sich: „Die erfolgreichsten Podcast-Folgen, die wir produziert haben, sind jene, die Erfahrungsberichte junger Klientinnen und Klienten beinhalten. Aktuell erleben wir da einen großen Zuspruch, sodass wir auch unsere Bekanntheit steigern konnten. Das Bedienen digitaler Kanäle ist für unsere Arbeit mittlerweile unerlässlich.“ Gleichzeitig verliert die Caritas Aachen nicht den Blick für das ebenso essentielle Gemeinschaftserlebnis abseits von Social Media: In Zusammenarbeit mit dem NABU Aachen findet etwa das regelmäßige Gruppenevent „Stadt, Land, Bach“ statt. An diesen Nachmittagen verbringen Eltern und Kinder eine gemeinsame Zeit an der frischen Luft, sie tanken neue Energie und toben sich in einem Niedrigseilgarten aus. Wertvolle Erfahrungen in der Natur, die zur Persönlichkeitsentwicklung beitragen und das Zusammengehörigkeitsgefühl stärken.

caritas-aachen.de

soulmates.ac

Weihnachten in Aachen: Warum fliegen beim Fest der Liebe so oft die Fetzen?

Aachener Zeitung: 20. DEZEMBER 2022

Von Lisa-Sophie Klein



„Mehr von dem, was guttut, und weniger von dem, was nicht guttut“: Dazu raten Claudia Radermacher-Lamberty und Michael Rößner von der Familienberatungsstelle der Caritas. Foto: MHA/Harald Krömer

AACHEN Wer kennt es nicht? Gerade zum Fest der Liebe hängt der Haussegen schief. Wie man den Streit unterm Tannenbaum verhindern oder zumindest entschärfen kann, wissen Michael Rößner und Claudia Radermacher-Lamberty von der Familienberatungsstelle der Caritas.

Weihnachten steht vor der Tür. Es gibt Geschenke, Vegetarier machen eine Ausnahme für Omas Weihnachtsbraten, und das Haus ist voll mit lieben Verwandten, Gelächter und Kerzenlicht. So sieht es zumindest in der Werbung häufig aus. Im echten Leben sind die Probleme des Zusammenlebens leider oft – und gerade – auch an Weihnachten spürbar. Viele fragen sich: Wie können wir dieses Jahr harmonisch und gemeinsam feiern? Michael Rößner, Sozialpädagoge und Leiter der Familienberatungsstelle der Caritas, und seine Kollegin, die Psychologin Claudia Radermacher-Lamberty, wissen, warum gerade das Fest der Liebe ein gewisses Konfliktpotenzial birgt. Sie haben jede Menge guter Tipps für ein friedliches Fest und erklären obendrein, warum es gar nicht so schlimm ist, den einen oder anderen Konflikt anzusprechen.

Herr Rößner, Frau Radermacher-Lamberty, wie verändert sich denn ihre Arbeitssituation in der Familienberatungsstelle rund um die Festtage?

Michael Rößner: Kurz vor und rund um Weihnachten steigt bei uns und in fast allen sozialen Bereichen die Zahl der Anmeldungen. Auch in stationären Einrichtungen werden erfahrungsgemäß mehr Kinder aufgenommen. Der Druck, ein per-

fektes Weihnachtsfest zu feiern, ist groß. Die Kinder merken, das Familienleben müsste gerade eigentlich harmonisch und konfliktfrei sein, aber das ist es nicht. Diese Anspannung wird auch hier in der Beratungsstelle spürbar.

Warum wird denn gerade am Fest der Liebe so viel gestritten?

Claudia Radermacher-Lamberty: Es gibt viele Gründe, warum es an Weihnachten zum Streit kommt. Das Jahr geht zu Ende, es gibt viel zu erledigen. Das führt natürlich zu Stress. Hinzu kommen hohe Erwartungen an den Tag und der dadurch entstehende Druck. Das ist ja oft der einzige Tag, an dem die ganze Familie noch mal zusammenkommt: Großeltern, Eltern, Kinder, Tanten, Onkel. Umso größer sind die Erwartungen: Es soll besonders schön und harmonisch sein.

Rößner: Es ist eben der Tag der Liebe und nicht die Woche der Liebe, da ist alles sehr zentriert.

Welche Themen führen denn Ihrer Erfahrung nach zu den meisten Streitigkeiten?

Radermacher-Lamberty: Viele Familien kommen zu uns in die Beratungsstelle und sagen: „Es graust uns total vor den Festtagen. Wir machen uns Sorgen, dass es an Weihnachten wieder kracht ...“ Oft ist es die Angst vor Abwertungen durch die Verwandtschaft, das Herauskramen von alten Geschichten, durch die man sich bloßgestellt fühlt, oder unterschiedliche Erwartungen und Vorstellungen zum Familienleben oder bezüglich der Kindererziehung.

Rößner: Eigentlich sind es Themen und Konflikte, die manchmal schon das ganze Jahr in der Familie bestehen. Man hätte darüber vielleicht auch schon viel früher sprechen können, aber es gab keine Gelegenheit, oder man hat es vermieden.

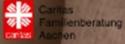
Haben Sie Tipps für Jugendliche und Eltern, wie man beispielsweise mit politischen Meinungsverschiedenheiten umgehen kann?

Radermacher-Lamberty: Da geht es um gegenseitige Toleranz und darum zu fragen: „Wie kommt der andere zu seiner Meinung?“ Gerade bei politischen Meinungen ist es interessant herauszufinden, warum eine Person so denkt. Bevor man die Meinung des anderen als „Blödsinn“ abstempelt, könnte man sagen: „Puh, das und das sehe ich ganz anders“, oder „Da habe ich andere Erfahrungen gemacht“ oder „Dieses oder jenes sehe ich in deiner Meinung nicht berücksichtigt“. Solche Diskussionen sollten nicht auf der Basis geführt werden, dass nur einer oder eine recht hat. Es sollte also kein Machtkampf um die „einzig wahre Meinung“ entstehen.

Welche Konflikte können denn an Weihnachten ausgetragen werden, und welche sollte man lieber vertagen?

Radermacher-Lamberty: Ich denke, grundsätzlich konfliktbeladene Themen, die schon lange schwelen, bieten zu viel Sprengstoff für den Tag selbst. Die sollte man vielleicht nicht gerade austragen, wenn alle bei Tisch sitzen und gemeinsam die Gans essen. Die wenigsten sind dann in der Lage, damit gut umzugehen. Und wenn es beim letzten Weihnachtsfest schon zu Streitigkeiten oder gar Eskalationen gekommen ist, könnte man auch im Vorfeld überlegen, wie man es dieses Jahr denn erreichen kann, dass es für alle ein schönes Fest wird.

Rößner: Wichtig ist, das Problem hinter dem Konflikt dennoch ernst zu nehmen. Zum Beispiel indem man einen Tag in der Zukunft bestimmt, an dem man strittige Dinge bespricht. Dabei kann dann auch unsere Beratungsstelle hilfreich sein. Mit der Perspektive auf einen geplanten Termin, eine Lösung, fällt es leichter, das Problem beiseitezulegen und sich auf ein gemeinsames Weihnachten einzulassen



STARTKLAR

Gemeinsam auf dem Weg
in ein Leben als Familie

AUSBLICK

Säuglings und Kleinkind Telefonsprechstunde



Dienstags
10-11:00 Uhr

„Müsste mein Baby nicht viel mehr schlafen?“
„Ich habe das Gefühl, ich mache alles falsch!“
„Alle wissen alles besser“

Tel: 0241 339 53

Caritas Familienberatung Aachen
Reumontstraße 7a
52064 Aachen
info@familienberatung.caritas-ac.de



**Caritas
Familienberatung
Aachen**

Reumontstr. 7a
52064 Aachen

Kontakt:

Telefon: 0241-47 98 70 und 33 953
Fax: 0241-400 99 08
E-Mail:
info@familienberatung.caritas-ac.de

Herausgeber:

Caritas Familienberatung
Aachen

Redaktion:

Michael Rößner, V.i.S.d.P.
Violeta Behaderovic

Fotos:

pixabay.com

INFO:

Bürozeiten:

Montag-Freitag: 8.15-13.00 Uhr

und

Montag-Donnerstag: 14.00-17.00 Uhr

Offene Sprechstunden:

immer freitags 9.00-12.00 Uhr
(ohne Voranmeldung)



SCAN ME