

INFORMATIONEN

über die Arbeitsweise der Psychologischen Beratungsstelle für Ehe-, Familien- und Lebensfragen

Sie haben sich entschlossen, unsere Beratungsstelle aufzusuchen. Für das Vertrauen, das Sie unserem Team entgegenbringen, danken wir Ihnen. Wir wissen, dass es oft leichter ist, Probleme unter den Teppich zu kehren, als sich aktiv damit auseinander zu setzen. Auch wird fälschlicherweise und nicht selten die Inanspruchnahme einer psychologischen Beratung als eine Art persönliches Versagen missverstanden. Das Gegenteil ist der Fall: Das Gespräch und die Öffnung gegenüber einer fachkundigen BeraterIn kann ein erster ganz entscheidender Schritt zu konstruktiven Veränderungen sein. Gerade dieser erste Schritt erfordert besonderen Mut. Unsere Stelle unterliegt der gesetzlichen Schweigepflicht.

Sie haben den ersten Gesprächskontakt jetzt hinter sich. Ihre BeraterIn wird Sie im wesentlichen über unsere Arbeitsweise informiert haben. Dennoch halten wir es für angebracht, Ihnen zusätzlich ein Info-Blatt in die Hand zu geben.

Beratung ist kein „Kochbuch“: Es gibt keine „Schnellrezepte“

Unser Grundverständnis von Beratung heißt „Hilfe zur Selbsthilfe“. Wir können und wollen keine Rezepte vermitteln, wie Sie nach unserer Meinung Ihr Problem lösen sollten oder müssten. Wir möchten vielmehr, dass Sie in eigener Verantwortung Veränderungen und/oder Lösungen finden. Dabei unterstützen wir Sie.

Es kann sein, dass der erste Kontakt mit einer BeraterIn nicht das gebracht hat, was Sie erwartet haben. Es ist deshalb in der Regel besonders am Anfang der Beratung wichtig, dass Sie mit der BeraterIn, vor allem aber mit sich selbst **Geduld** haben. Meist ist es nicht möglich, Dinge, die sich vielleicht über Jahre "eingeschliffen" haben, von einem Tag auf den anderen zu ändern. Erwarten Sie deshalb nicht gleich die "große Erleuchtung", sondern eine "Politik der kleinen Schritte".

Wichtig: Sich klarmachen, was möchte ich erreichen?

Versuchen Sie, sich immer wieder klar zu machen, was Sie von der BeraterIn möchten. Wenn Sie sich Ihre persönlichen Erwartungen bewusst machen und diese auch mit der BeraterIn besprechen, schützen Sie sich vor vorschnellen Enttäuschungen. Keine BeraterIn ist z. B. in der Lage, Ihre PartnerIn "umzukrempeln". Dagegen könnten Sie miteinander in ausführlichen Gesprächen erkunden, wo Sie aufeinander zugehen können und wo es Ihnen nicht, bzw. noch nicht so leicht gelingt.

Bei Partnerproblemen ist es immer günstig, wenn beide Partner kommen

Die BeraterInnen können sich sonst kein angemessenes Bild von der Situation machen und können dann auch die Interessen und Bedürfnisse der abwesenden PartnerIn nicht genügend berücksichtigen. Auch wenn Sie selbst Vorbehalte gegen die Beratung haben und vielleicht zunächst nur der PartnerIn zuliebe mitkommen, ist Ihr Erscheinen sinnvoll. Langfristig wird der Erfolg der Partnerberatung freilich davon abhängen, dass jeder bereit ist, sich mit den eigenen Anteilen an den Schwierigkeiten auseinander zu setzen und nicht nur die Partnerin zu beschuldigen. Das heißt natürlich nicht, dass man in der Beratung nicht Ärger über die Partnerin ausdrücken darf.

Störungen anmelden

Keine BeraterIn ist perfekt und trotz besten Bemühens kann sich jemand missverstanden oder ungerecht behandelt fühlen. Wenn es Ihnen in einer Sitzung so ergeht, dann sollten Sie dies nicht "tapfer aushalten", sondern mit der BeraterIn über die "Störung" sprechen. So wie es in einer guten Partnerschaft Platz für konstruktive Kritik geben muss, gilt dies auch für die Beratung. Im Allgemeinen wird sich dies fruchtbarer auswirken, als wenn Sie z. B. verletzt oder verärgert beim nächsten

vereinbarten Termin wegbleiben, oder sich aus Höflichkeit nichts anmerken lassen.

Verlässlichkeit bei vereinbarten Terminen

Für eine gute Zusammenarbeit ist gegenseitige Verlässlichkeit unverzichtbar. Wir bitten Sie deshalb, die vereinbarten Termine einzuhalten. Falls Sie einmal verhindert sind, bitten wir Sie, frühzeitig, spätestens aber einen Tag vorher Bescheid zu geben, damit die für Sie reservierte Zeit anderen Ratsuchenden angeboten werden kann. Für Absagen innerhalb 24 Stunden und für nicht eingehaltene Termine bitten wir, mit der/dem zuständigen BeraterIn eine finanzielle Regelung zu vereinbaren, da Mitarbeiterinnen auf Honorarbasis in diesem Fall von der Diözese keine Vergütung erhalten und kurzfristig abgesagte Termine oft nicht mehr neu vergeben werden können. Bei privaten Beratungs- und Psychotherapiepraxen werden kurzfristig abgesagte und ohne Absprache nicht eingehaltene Termine in Rechnung gestellt.

Dauer der Beratung

In der Regel umfasst das Einzelgespräch 50 Minuten, das Paar- und Familiengespräch bis zu 90 Minuten, in Einzelfällen auch länger.

Die Dauer der Beratung insgesamt vereinbaren Sie mit Ihrer BeraterIn. Sie kann unterschiedlich sein, bei gründlicher Bearbeitung Ihres Themas ist mit mehreren Sitzungen zu rechnen. Die meisten Beratungen erstrecken sich über 5 - 20 Termine.

Unkostenbeitrag

Um unser Beratungsangebot weiterhin im bisherigen Umfang aufrecht erhalten zu können, sind wir vermehrt auf Eigenmittel angewiesen. Für freiwillige Beiträge auf Spendenbasis sind wir Ihnen deshalb dankbar. Sie können darüber mit mir sprechen. Diese Spenden kommen ausschließlich unserer Beratungsstelle zugute.

Dabei ist es sinnvoll, sich auf einen bestimmten Betrag pro Stunde festzulegen. Mein Vorschlag:

Etwa 1 % Ihres Nettoeinkommens oder ein Nettostundenlohn pro Einzelsitzung. Sie können diesen Betrag über Ihre Bank an die Beratungsstelle oder an mich direkt entrichten. Ob nach jeder Sitzung bezahlt wird oder mehrere Sitzungen zusammengefasst werden, steht Ihnen natürlich frei. Auf Wunsch erhalten Sie eine Spendenbestätigung.

Die Beratung braucht keinesfalls aus finanziellen Gründen entfallen oder eingeschränkt werden, d.h. Sie erhalten Beratung, unabhängig davon, ob und wie viel Sie geben können.

Bitte, sprechen Sie mit mir über diese Informationen, besonders wenn Sie Fragen haben.

Angelika Stoffel

Dipl. Efl- Beraterin

Beratungsvereinbarung

Beratungsstunden

Die Beratungsstunden werden individuell vereinbart. Das Einzelgespräch umfasst in der Regel 50 Minuten, das Paar- und Familiengespräch kann bis zu 90 Minuten dauern. Bei Verspätungen seitens der Klienten kann die jeweilige Sitzung nicht über den vorher vereinbarten Zeitrahmen hinaus verlängert werden.

Unkostenbeitrag

Um das Beratungsangebot auch weiterhin aufrecht erhalten zu können, sind wir vermehrt auf freiwillige Unkostenbeiträge angewiesen. Die Höhe des freiwilligen Beitrags kann mit der Beraterin festgelegt werden. Es soll keine Beratung aus finanziellen Gründen scheitern.

Terminabsagen

Vereinbarte Termine sind bei Verhinderung spätestens 24 Stunden vorher abzusagen. Sofern die nicht möglich ist oder eine Absage kurzfristiger erfolgt oder ein vereinbarter Termin verpasst wird, wird mit der zuständigen Beraterin ein Ausfallhonorar vereinbart.

Schweigepflicht

Nach § 203 des StGB unterliegt die Beratungsstelle der gesetzlichen Schweigepflicht, d.h. alle Angaben werden streng vertraulich behandelt.

Erstellung von Gutachten

Wegen der Einhaltung der Schweigepflicht können keine gutachterlichen Stellungnahmen abgegeben werden, auch dann nicht, wenn es um Trennung oder Scheidung geht. Die jeweilige Beraterin/der jeweilige Berater wird jedoch auf Wunsch den Ratsuchenden helfen, selbst Vorschläge, Aussagen für das Familiengericht zu erarbeiten.

Mit meiner Unterschrift erkläre ich mich mit den hier aufgeführten Regelungen einverstanden.

Ort, Datum

Unterschrift der Klienten

Unterschrift der Beraterin/des Beraters

Unsere Hilfe

Wir unterstützen Sie zum Beispiel:

- Sich und andere Menschen besser wahrzunehmen und zu verstehen
- Belastende Erfahrungen, frühere Verletzungen und Stress zu verarbeiten und zu bewältigen
- Ihre Einsamkeit zu überwinden
- Probleme mit Ihrer Partnerin/Ihrem Partner, der Familie und dem weiteren sozialen Umfeld zu lösen
- Ihre Sexualität befriedigend zu gestalten
- Trennungs- und Scheidungsproblematiken aufzuarbeiten bzw. fair und mediativ zu regeln

Belastungen und Konflikte können sich zeigen in körperlichen und seelischen Beeinträchtigungen (z.B. Missstimmungen, Anspannung, Unruhe), Auseinandersetzungen. Stress.

Unsere Standards

diskret

geschützter Gesprächsrahmen gesetzliche Schweigepflicht keine gutachterlichen Stellungnahmen, z.B. bei Trennung und Scheidung

kompetent

Diplom-Psychologen, Diplom-Pädagogen, Diplom-Sozialpädagogen, Diplom-Theologen,
Familientherapeuten, psychologische Psychotherapeuten
Zusatzausbildung in Ehe-, Familien- und Lebensberatung
Regelmäßige Fortbildungen und Supervision

konstruktiv

Die Basis der Beratung bildet die vertrauensvolle Beziehung zwischen Berater/Beraterin und Klient/Klientin. Die Beratung richtet sich nach dem Lebensalltag der Ratsuchenden und ihren Anliegen. Die Beratung orientiert sich am christlichen Menschenbild und steht allen Ratsuchenden unabhängig von der Konfession offen. Die Beratung unterstützt die Entwicklung befriedigender Umgangsformen in Partnerschaft und Familie.

Freiwilliger Unkostenbeitrag gegen Spendenquittung.
Die Beratung scheitert nicht an der Kostenfrage.

Psychologische Beratung und Behandlung von Ehe-, Familien- und Lebensfragen

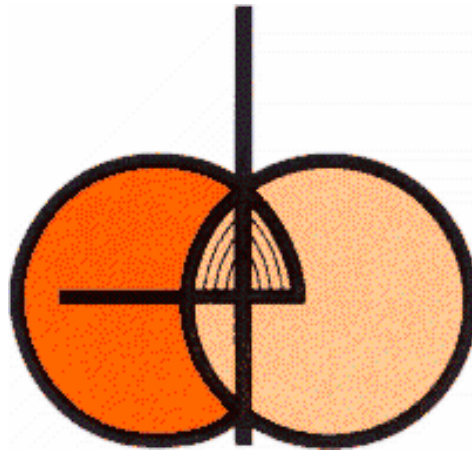
Sie können zu uns kommen,
wenn Sie Belastungen oder Konflikte haben

- mit sich selbst
- mit Ihrer Partnerin / Ihrem Partner
- mit Ihrer Familie oder Verwandtschaft
- mit Menschen Ihrer Umgebung

Solche Belastungen können sich zeigen in körperlichen und seelischen Beeinträchtigungen (z.B. Missstimmungen, Anspannung, Unruhe), Auseinandersetzungen, Stress.

- bei Trennung und Scheidung

Sie können zu uns kommen vor, während und auch nach einer Trennung.



Unsere Hilfe

Unsere Hilfe ist vor allem **Hilfe zur Selbsthilfe**, d.h. wir versuchen Sie zu unterstützen und zu befähigen,

- sich und andere Menschen besser zu verstehen
- belastende Erfahrungen zu verarbeiten
- Lösungen zu finden
- sich und Ihre Beziehungen weiterzuentwickeln
- andere Hilfsmöglichkeiten zu finden

Natürlich sind wir dabei auf Ihre Bereitschaft angewiesen, an der Lösung anstehender Probleme aktiv mitzuarbeiten.

Wie geht es weiter?

In der Regel bleibt es nicht bei einem einmaligen Gespräch. Über Art und Umfang der Zusammenarbeit, Ihre Erwartungen und Bedürfnisse sprechen Sie ausführlich mit Ihrem Berater / Ihrer Beraterin.

Termine für Gruppenangebote

- Wachstum und Veränderung durch Selbsterfahrung
- Trennung / Scheidung

Selbsterfahrung

Wir bieten Ihnen die Möglichkeit, sich im geschützten Rahmen einer Gruppe besser kennen und verstehen zu lernen, mehr Selbstvertrauen zu entwickeln und dadurch eigenständiger und selbstverantwortlicher entscheiden und handeln zu können.

--- Keine Veranstaltungen ---

Trennung / Scheidung

Die Beratungsgespräche finden unter Schweigepflicht statt. Auf Wunsch der Betroffenen kann eine Zusammenarbeit mit anderen an dem Trennungsprozess beteiligten Institutionen erfolgen. Es scheidet keine Beratung an der Kostenfrage.

Wir bieten Beratung, Information und Begleitung in Trennungs- und Scheidungsfragen an.

Sie können sich an uns wenden

wenn Sie unsicher sind, ob eine Trennung oder Scheidung für Sie die richtige Lösung einer Krise ist, wenn Probleme in der aktuellen Trennungs- oder Scheidungssituation bewältigt werden müssen, z.B.

- der Umgang mit starken Gefühlen (Trauer, Verzweiflung, Angst, Wut)

- in Fragen Ihrer elterlichen Verantwortung

- die Klärung organisatorischer und rechtlicher Fragen

wenn nach der Trennung oder Scheidung ein neues Lebenskonzept entwickelt werden muss,

wenn Ehepartner mit Hilfe der Mediatoren - selbst Vereinbarungen in strittigen Fragen,

z.B. Unterhalt, Kinder, Wohnung, Vermögen - erreichen möchten.

Wie Sie uns erreichen

Damit wir genügend Zeit für Sie haben, ist eine **vorhergehende Anmeldung** erforderlich.

Sie können dazu **entweder vorbeikommen oder uns anrufen**. Eventuell müssen Sie mit Wartezeiten rechnen.

Bei Paaren sind gemeinsame Gespräche erstrebenswert.

Über uns

Wir sind

psychologisch geschulte haupt- und nebenberufliche Berater/innen mit besonderer Zusatzausbildung in Fragen der Ehe, Familie und der zwischenmenschlichen Beziehungen.

Wir unterliegen der gesetzlichen Schweigepflicht.

Träger unserer Einrichtung

ist die Diözese Augsburg.

Die Inanspruchnahme der Beratung ist nicht von der Konfession abhängig.

Unkostenbeitrag

Es steht Ihnen frei, nach Ihren Möglichkeiten einen Unkostenbeitrag zu leisten. Keinesfalls soll die Beratung aus finanziellen Gründen scheitern.