



Julia Fröder – 18. März 2023

## **Reden rettet Leben**

---

Ich bin Julia Fröder, Redakteurin der Bischöflichen Pressestelle in Koblenz.

Krieg in der Ukraine, Erdbeben in der Türkei und in Syrien, Inflation und noch ein bisschen Corona hier und da – es fühlt sich an, als würden wir von einer Krise in die nächste geraten und da habe ich den Klimawandel noch gar nicht angesprochen. Bei all den erschreckenden Nachrichten und Ereignissen geraten andere Katastrophen und deren Auswirkungen eher in den Hintergrund. Vor mehr als eineinhalb Jahren kostete das Hochwasser in Teilen der Eifel, rund um Trier und im Ahrtal Menschen das Leben, zerstörte berufliche wie private Existenzen. Man könnte meinen, dass mittlerweile auch in diesen Gebieten wieder alles beim Alten ist. Christof Ewertz ist Leiter der Lebensberatungsstelle in Bad Neuenahr-Ahrweiler. Durch Gespräche mit den Klient\*innen und Kooperationspartnern weiß er, dass die Flut für die Betroffenen weiterhin Tag für Tag Realität ist.

*(Christof Ewertz) „Aber es ist das Thema der Menschen hier. Und ja vieles wird doch langsam wieder schön. Und tatsächlich jede Bäckerei, die hier wieder eröffnet wird, wird hier gefeiert. Aber das sind ja nur die sichtbaren Wunden. Wie es in den*

*Menschen aussieht, das kriegen wir hier in der Beratungsstelle ganz gut mit, und da sehen wir bei allem Fortschritt, der hier auch in der letzten Zeit war, die unsichtbaren Wunden an Geist und Seele, die sind nach wie vor da, die sind offen, die tun weh, die treiben die Menschen um. Und viele, viele, viele persönliche Schicksale und Probleme Denken gar nicht dran, gelöst zu sein. Es gibt immer noch Menschen, die auf ihr Geld warten, die auf Handwerker warten, die immer noch in ihren Ruinen hausen, ohne Heizung, die können nicht mehr. Und die Angst der Menschen hier vergessen zu werden, das war schon sehr früh da, nach den ersten Wochen kamen schon die Stimmen vieler betroffener Menschen hier im Ahr-Gebiet: 'Was machen wir, wenn dann eines Tages die Hilfsbereitschaft nachlässt?' Wir können sagen, sie ist nach wie vor hoch, aber wir werden sie auch noch lange brauchen.“*

Die Hilfe wird dabei nicht nur benötigt, um Schäden an Gebäuden und der Infrastruktur zu beheben, sondern auch, um mit den inneren Wunden umzugehen. Eine Anlaufstelle ist da die Lebensberatung in Bad Neuenahr-Ahrweiler, in der ein multiprofessionelles Team aus Psycholog\*innen, Sozialarbeiter\*innen sowie Sozial- und Diplom-Pädagog\*innen arbeitet. In der Regel kümmern sie sich um Ehe-, Trennungs- und Scheidungsberatung wie auch um andere Familienthemen. Die Flut und ihre Auswirkungen auf die Seele schlagen erst jetzt in den Beratungsanfragen richtig durch.

*„Jetzt gerade erreichen wir wirklich eine ganz starke Zunahme. Es hat so vor einem halben Jahr begonnen, dass Menschen explizit mit dem Thema ‚Mir geht’s, immer noch dreckig. Ich habe immer noch Angst. Ich habe ein Thema, das direkt mit der Flut zusammenhängt.‘ Jetzt merken wir wirklich, sind wir tief drin, also nach wie vor immer noch, dass Menschen mit den normalen Anmeldethemen kommen, aber ganz schnell merken wir, dass hinter dem Paarkonflikt die verzweifelte und zum Teil aussichtslose Lage zu Hause bedingt durch die Flut entsteht.“*

Warum viele Menschen sich erst nach so langer Zeit melden, Hilfe suchen und vielleicht bemerken, dass es ihnen nicht gut geht, erklärt der Diplom-Pädagoge so:

*„Viele waren beschäftigt mit, Haus renovieren, möglicherweise Haus aufzugeben, umziehen – all diese Dinge, die die Menschen umgetrieben haben – das ist jetzt mehr oder weniger in einem anderen Prozess, mehr in einer anderen Phase angelangt, zum Teil vielleicht doch abgeschlossen. Und jetzt, jetzt ist die Zeit, wo diese Ängste, wo*

*diese ganzen psychischen Problemlagen offensichtlich durchdrücken können, und die drücken sich fast durch jedes Thema.“*

Große Gedanken macht Ewertz sich um die Kinder und Jugendlichen, die ja schon aufgrund der Corona-Pandemie mit vielen Veränderungen und Einschränkungen zu kämpfen hatten. Dabei ist es für Eltern gar nicht so leicht, zu erkennen, wie es ihren Kindern wirklich geht.

*„Wenn ich selber so eingekeilt bin, so wie im Brunnenschacht sitze, fast keinen Ausweg sehe, wie soll ich dann einen Blick auf meine Kinder haben, wie soll ich dann Blick auf meine nächste Umgebung haben? Das ist genau der Punkt, dass es den Eltern oftmals gar nicht auffallen kann, weil sie so zu sind, weil sie so belegt sind mit Sorgen, Ängsten, Problemen. Es wird noch unterstützt durch ein Verhalten, was ich es bei Kindern beobachte: Kinder werden ruhiger ihren Eltern gegenüber, die verstummen, weil die Kinder denken: 'Ich kann mit meinen Ängsten, Sorgen, Nöten nicht auch noch Mama und Papa belasten.' Die werden immer stiller. Die versinken quasi in ihrer eigenen stillen Welt. Deswegen ist es sehr schwer, für die nächsten Angehörigen, die eigenen Kinder oftmals im Blick zu behalten. Wenn es ihnen auffällt, das passiert natürlich immer mal wieder...die Situation, also so eine Art Retraumatisierung haben, wenn ein Starkregen-Phänomen eintritt, dann haben wir sehr oft am nächsten Tag oder um die Wettermeldung herum, kann man das tatsächlich feststellen, dass Anmeldezahlen größer werden. Besorgte Eltern anrufen, manchmal Lehrer. Lehrer bekommen viel mit, Kindergärtnerinnen und Kindergärtner bekommen sehr viel mit, die Machen einen wahnsinnstollen Job.“*

Wie können Eltern, Großeltern oder andere Bezugspersonen Kindern, aber auch betroffenen Erwachsenen, helfen?

*„Es ist schwer und einfach zugleich: Schwer natürlich, weil wir alle immer selbst auch im gewissen Sinn betroffen sind. Niemand lässt so etwas, da können Sie so ausgebildet sein, wie Sie wollen, lässt so eine Situation kalt und direkt angesprochen, braucht man meistens auch erstmal selber einen Moment, wo man sich vielleicht sammeln muss und wo man dann überlegt, was ist zu tun? Wir wollen ja dann helfen und in diesem helfen wollen, das erzeugt direkten Druck. Wir sind direkt so unter Strom, jetzt müssen wir was machen. Und manchmal ist es gut, vielleicht mal gerade noch einen Moment zu warten, zu sortieren, was es jetzt gebraucht? Das ist die eine Sache. Einfach, wie ich eben sagte, ist es, weil es braucht meistens gar nicht so viel.*

*Klar, wenn ein Mensch tief psychisch verstört ist, dann braucht der eine starke Maßnahme. Da braucht er direkt Hilfe, und da sind wir, Gott sei Dank, ganz gut versorgt für diese Menschen, die sofort eine ganz starke Hilfe, direkt eine Sofortmaßnahme brauchen, die konnte auch gegeben werden.“*

Bei all den Horrormeldungen von langen Wartezeiten bei Therapeut\*innen und Personalmangel ist das eine gute Nachricht. Doch um nochmal auf die betroffenen Kinder und Jugendlichen zurückzukommen, was brauchen die?

*“So viel Normalität, wie möglich. Das heißt, gebt den Kindern einen Raum, wo sie einfach normal Kinder wieder sein können, wo sie sich ausleben können, wo sie spielen können. Und das gilt aber auch für uns Erwachsene, für Familien, also, wo man einfach mal diese Sorgen des Tages, den Dreck am Anfang, es ist ja mittlerweile hier schön sauber - ein halbes Jahr haben wir hier im Schlamm gestanden. Und diesen Schlamm, den kann man irgendwann sprichwörtlich nicht mehr riechen und sehen auch nicht mehr. Und da war es dann einfach gut, Pausen anzubieten, wo Menschen mal sagen können: `So wenn ich gleich nach Hause komme, dann habe ich immer noch den Schlamm, dann habe ich immer noch das Gerümpel, dann sitze ich immer noch im Dreck, aber ich hatte jetzt mal eine halbe Stunde, wo ich in Ruhe eine Tasse Kaffee trinken konnte, wo mein Kind spielen konnte auf einem sauberen Hof; also Normalität. Normalität geben, wo es geht, und es gilt für alle Bereiche des Lebens. Es ist natürlich eine Herausforderung im direkten Zuhause, wenn da eben noch so vieles im Argen liegt. Viele Eltern haben mir deshalb gerade auch immer gesagt: ‚Auch selbst wenn es eine Ruine ist, wir stellen da um die Weihnachtszeiten einen Weihnachtsbaum rein. Wir feiern Weihnachten; ein Stück weit auch zum Trotz, ein Stück weit natürlich für die Kinder, aber ein Stück weit auch, um eine Struktur zu haben. Und das ist es: Struktur und Normalität ist eigentlich, so simpel es sich anhört eine sehr gute Hilfe.“*

Für Kinder und Jugendliche bietet die Lebensberatungsstelle gemeinsam mit anderen Kooperationspartnern Sprechstunden in Schulen an, wie bereits vor der Flut und zusätzlich organisieren sie Klassenaktivitäten, wie den Besuch in einem Klettergarten oder kreative Workshops. So entstehen Räume, um gemeinsam eine schöne Zeit zu verbringen oder auch über Erlebtes zu sprechen.

Gespräche stehen auch im Fokus der Lebensberatungsstelle Bad Neuenahr-Ahrweiler und der 19 weiteren Lebensberatungsstellen des Bistums Trier in Rheinland-Pfalz und im Saarland. Die Einrichtungen stehen allen Menschen offen, die Hilfe in ihrer

jeweiligen Lebenssituationen benötigen – unabhängig von Religionszugehörigkeit, Alter, Geschlecht oder Weltanschauung.

*„Ich sage immer salopp, wir kommen immer dann ins Spiel, wenn irgendwo beraterisch der Schuh drückt. Der ganze Bereich, wo das Leben aus dem Tritt geraten kann, wird ja unter diesem Begriff 'Lebensberatung' letztendlich zusammengefasst, und da sind wir ganz oft diejenigen, die Angebot bieten für Menschen, die sonst keins bekommen. Und da sehe ich uns auch gerade als kirchlicher Anbieter auch in der ganz deutlichen Pflicht und Verantwortung. Menschen, die beim Arzt nicht nur unterkommen oder einen therapeutischen Bereich nicht unterkommen; oftmals sind wir ja auch überbrückend unterwegs, weil die Wartezeiten bei den niedergelassen Therapeuten einfach immens lang sind. Bei uns wird keiner weggeschickt. Und das ist so, wenn Sie anderswo durchs Rost fallen, bei uns kriegen Sie ein Angebot.“*

Und das Ganze ist für die Hilfesuchenden kostenlos.

*„Wenn sich also Menschen mal gefragt haben: ‚Was wird mit meiner Kirchensteuer gemacht?‘ So was wie hier wird mit Kirchensteuermitteln auch finanziert. Aber zur Wahrheit gehört auch, noch andere Einrichtungen, Institutionen unterstützen uns und finanzieren uns. Kreis und Land sind mit drin. Zu uns können alle kommen, unabhängig davon, was für eine Religion oder ob sie überhaupt Religion haben, politische Einstellungen – das interessiert hier nicht. Die Menschen sollen kommen, wenn sie was haben. Ich bleibe ja auch nicht mit einem bösen Zahn zu Hause sitzen. Deswegen ist es ganz normal, auch mit einem Kummer, mit einer Angst, mit praktisch der Pein an Geist und Seele nicht zu Hause sitzen zu bleiben, sondern hier hinzukommen. Also, niemand sollte mit diesen Ängsten und Sorgen zu Hause sitzen bleiben oder auf was drauf sitzen bleiben. Es hört sich total platt an, aber reden kann Leben retten.“*

Die Lebensberatungsstellen sind die richtige Adresse für Fragen oder Probleme bei der Erziehung von Kindern, außerdem für Schwierigkeiten in Partnerschaft oder Familie. Auch bei weiteren, individuellen Schwierigkeiten können die Lebensberatungsstellen helfen, eventuell in Zusammenarbeit mit anderen Einrichtungen. Die Mitarbeitenden unterliegen der Schweigepflicht. Die Telefonnummer der Lebensberatung in Ahrweiler (Tel.: 02641-3222) und eine Übersicht ([www.lebensberatung.info](http://www.lebensberatung.info)) der anderen Lebensberatungsstellen im gesamten Bistumsgebiet gibt es in den Shownotes.