



# Seelentide

JOURNAL FÜR PSYCHOLOGISCHE BERATUNG IM ERZBISTUM HAMBURG

EWIG?  
ENDLICH?  
EGAL?

Treue: Wo sie sich zeigt.  
Wie sie gelebt wird. Wann sie  
zur Herausforderung werden  
kann. Eine Spurensuche

4 SO VIEL TREUE IN MEINEM LEBEN.  
WAS HAT ES DAMIT AUF SICH?  
EINE HINTERFRAGUNG



15

5 AUF EINMAL GESCHWISTER



4

6 TREUE SCHWÖREN – UND DANN?  
ÜBER EINEN SINNESWANDEL UND EINEN  
ÜBER DIE JAHRE GEWANDELNEN SINN



19

7 WENN DAS EIGENE KIND STRAFFÄLLIG WIRD  
MUTTERLIEBE, SCHAM UND SCHULDGEFÜHL –  
GEDANKEN EINER BETROFFENEN



5

8 LIEBER MIR SELBST TREU BLEIBEN  
EIN VERSPRECHEN NICHT EINZUHALTEN, GILT  
GEMEINHIN ALS TREUEBRUCH, GAR VERRAT.  
DENNOCH KANN DIES UNAUSWEICHLICH  
SEIN – VIER STIMMEN.

10 ALLES NUR TARNEN, TRICKSEN, TÄUSCHEN?  
ÜBER GUTE GRÜNDE FÜR VERTRAUEN  
UND ZUVERSICHT

11 TREU ÜBER DEN TOD HINAUS  
MAL ALS BEDRÜCKENDE VORSTELLUNG UND  
LAST EMPFUNDEN, MAL ALS ERMUTIGENDE  
STÄRKUNG ERLEBT

12 STATEMENTS

14 WUNSCH UND WIRKLICHKEIT  
NACHDENKEN ÜBER EINE LANGJÄHRIGE  
GLÜCKLICHE EHE

15 WANDLUNGEN IM LEBEN  
EINE GESCHICHTE ÜBER VERMEINTLICHE  
GEWISSEHheiten UND MUT

16 WIR HABEN EINANDER DIE TREUE VERSPROCHEN  
WARUM PAARE SICH HEUTZUTAGE TREU SIND –  
ZWEI MOMENT-AUFNAHMEN

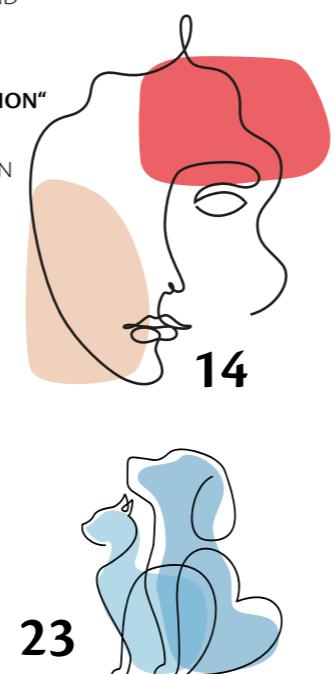
18 PATCHWORKELTERN „UNDER CONSTRUCTION“  
WENN ES DARUM GEHT, VERSCHIEDENE  
LOYALITÄTEN UNTER EINEN HUT ZU BRINGEN

19 ICH BIN UNTREU  
EIN AUFSCHREI

21 WO TREUE EINE ROLLE SPIELT  
EINDRÜCKE EINER BERATERIN

22 GOTTVERLASSEN UND DOCH GOTT NAHE  
GEDANKEN EINER BERATERIN

23 DER HUND UND DIE KATZE  
EINE FABEL AUS DEM ALLTAG



14



23

## IMPRESSIONUM

## REDAKTIONSTEAM

Regina Dorfmann, Susanne von Gönner,  
Annett Schwarz, Gerriet Stein,  
Claudia Stoffers, Susanne Zemke

## GESTALTUNG

Abteilung Kommunikation

## GASTAUTORINNEN

Gabriele Anders, Petra Eilers,  
Sophie Fischer

## VERANTWORTUNG

Annett Schwarz, Gerriet Stein,  
Lutz Neugebauer

## HERAUSGEBER

Erzbistum Hamburg

## PUBLIKATION

jährlich

## AUFLAGE

4500

## ERSCHEINUNGJAHR

2026

## EFL-FACHBEREICHSLEITUNG

Telefon (0385) 55 51 78

FachbereichsleitungEFL@erzbistum-hamburg.de

## MEHR ERFAHREN

Informationen zum Beratungsangebot,  
zu aktuellen Angeboten, zur Weiterbildung  
in Ehe-, Familien- und Lebensberatung,  
zu Stellen und Praktikumsplätzen sowie  
zur Supervision und Teambegleitung  
erhalten Sie bei der Fachbereichsleitung,  
Annett Schwarz und Gerriet Stein,  
in der Beratungsstelle Schwerin.

Druckprodukt mit finanziellem  
Klimabeitrag  
ClimatePartner.com/53519-2509-1012

Gedruckt auf 100% Recyclingpapier

Titelfoto: shayes17 (Stock)

## Liebe Leserinnen und liebe Leser,

was war Ihr erster Gedanke, als Sie den Titel dieses Journals lasen? Dachten Sie an ein Paar, das sich schon lange die Treue hält? Oder spontan an eine schmerzliche Erfahrung von Untreue? Beides läge nahe. Denn in der Liebe wie auch sonst im Leben hat Treue einen festen Platz. Sie berührt Fragen des Zusammenhalts einander vertrauter Menschen ebenso wie die Beziehung zu sich selbst und zu dem, was uns im Leben trägt. Wo ist sie wichtig? Warum wird sie gehalten, wann nicht?

In dieser Ausgabe der „Seelentide“ begeben wir uns auf die Spuren von Treue: wenn Freundinnen und Freunde sich auch unbequeme Wahrheiten zumutzen, wenn Geschwister mit einem lange gehüteten Geheimnis konfrontiert sind, wenn eine Mutter ihrem straffällig gewordenen Kind verbunden bleibt, wenn Paare aus unterschiedlichen Lebensphasen von ihrem gemeinsamen Leben sprechen. Manche Menschen verharren nach einem Verlust zunächst in Treue zur Erinnerung, andere bleiben gerade durch einen Neuanfang ihrer inneren Haltung treu. Und auch spirituell kann Treue zur Herausforderung werden – oder Halt geben.

In der Ehe-, Familien- und Lebensberatung (EFL) im Erzbistum Hamburg begegnen wir Ratsuchenden in unterschiedlichen Lebenssituationen: Menschen, die auf der Suche sind nach Wegen, Entscheidungen und innerer Klarheit. Menschen, denen Verlässlichkeit und Aufrichtigkeit wichtig sind – auch wenn Formen des Zusammenlebens vielfältiger werden.

Treue und Loyalität sind nicht nur persönliche Werte – sie prägen auch unser gesellschaftliches Miteinander und wollen immer wieder neu bedacht werden. In einer Zeit, die von Umbrüchen, Krisen und zunehmender Polarisierung gekennzeichnet ist, wächst das Bedürfnis nach Verlässlichkeit und Zugehörigkeit. Gerade in solchen Spannungsfeldern wird deutlich, wie wichtig Räume des Dialogs sind. Orte, an denen Sorgen, Zweifel und Haltungen ausgesprochen werden dürfen, ohne bewertet zu werden. Denn gesellschaftlicher Zusammenhalt entsteht nicht aus Einheitlichkeit, sondern aus der Bereitschaft, Treue als Beziehungsgeschehen zu verstehen – zwischen Menschen mit ihren unterschiedlichen Meinungen und Möglichkeiten.

Sie sind herzlich eingeladen, den Spuren von Treue in den folgenden Beiträgen nachzugehen – und zu entdecken, wo Treue stärkt, wo sie fordert und wo sie neu gedacht werden will.

Wir wünschen Ihnen eine bereichernde Lektüre! Und wenn Sie mögen, schreiben Sie uns von Ihren Erfahrungen mit der Treue. Wir freuen uns auch über Anregungen zu unserem Journal und nehmen bei Fragen gern Kontakt mit Ihnen auf. Bitte schreiben Sie an: seelentide@erzbistum-hamburg.org

Im Namen des Seelentide-Teams:

Susanne von Gönner und Susanne Zemke

**Hinweis:** Manche Artikel sind mit Beispielen aus der Praxis illustriert. Selbstverständlich sind dabei Personen und Situationen anonymisiert, denn der Persönlichkeitsschutz der Ratsuchenden ist uns ein zentrales Anliegen. Aus demselben Grund kennzeichnen wir unsere Beiträge nicht namentlich; so können keine Rückschlüsse auf die jeweiligen Beratungsstellen gezogen werden.

# SO VIEL TREUE IN MEINEM LEBEN. WAS HAT ES DAMIT AUF SICH?

## Eine Hinterfragung

**Natürlich bin ich treu, schon immer. In meiner Beziehung sowieso, genauso in der Familie, bei Freundschaften, den Leuten vom Ruderclub – und beim FC, meinem geliebten Fußballverein. Da geht nichts dazwischen. Auch sonst: Wir fahren seit Jahren ins Allgäu, immer in dieselbe Pension. Da wissen wir, woran wir sind. Ob ich bei einem Umzug helfen kann?**

Geht klar, hab ich schon oft gemacht.

### **Sind das bloß Gewohnheiten? Oder ist das Treue? Und wo liegt der Unterschied?**

Seit der Sache mit Lars sehe ich das klarer. Wir kennen uns ewig. Ich dachte, wir können uns aufeinander verlassen. Beim letzten Saisonspiel standen wir neben ein paar Leuten, die wir schon kannten. Lars war total aufgedreht, hat sich mit denen amüsiert. Irgendwann kamen Sprüche – über mich. Richtig blöde Sachen, nicht nur lustig gemeint. Und Lars? Hat mitgemacht, das hat mich echt getroffen. Keine Ahnung, wie das Spiel ausgegangen ist. Ich war völlig aufgewühlt auf dem Rückweg und auch danach noch lange damit beschäftigt. Ich hätte erwartet, dass er zu mir hält – aus Freundschaft, aus Treue.

### **Erwarte ich da zu viel? Und wie treu bin ich selbst?**

In meinem Leben gibt es vieles, das sich wiederholt. Gewohnheiten, die ich schätze. Das hat auch mit Bequemlichkeit zu tun. Den Vermieter im Urlaub fühle ich mich verbunden, da ist was Persönliches entstanden. Trotzdem – ich könnte woanders hinfahren. Beim Fußball ist es ähnlich. Die Gemeinschaft zählt. Wenn mich

jemand fragt „Wie lange gehst du schon ins Stadion?“ und ich sage „Seit Jahrzehnten!“, bin ich stolz. Auf den Verein, aber auch auf uns. Umso mehr hat mich das mit Lars getroffen. Später hat er sich entschuldigt – er habe es gemerkt, aber nicht gedacht, dass es so schlimm für mich war. Wir gehen wieder zusammen hin, aber es ist anders geworden.

Ich glaube, ich habe von allen die gleiche Treue erwartet – egal, wie eng wir sind. Heute sehe ich das differenzierter. Treue hat Abstufungen. Ich hab sogar mal über Prozente nachgedacht: 100 % heißt, ich geh für dich durchs Feuer. 0 %: Du bedeutest mir nichts. Und dazwischen? Gibt's Treuepunkte wie im Supermarkt? Oder negative Treue? Eher nicht.

In Beziehungen, die mir viel bedeuten, gibt's beides: Treue und Verletzungen. Mir und meiner Frau ist Treue total wichtig – wir können uns aufeinander verlassen. Fremdgehen? Nie ein Thema gewesen. Trotzdem verletzt man sich mal, im Alltag, im Streit. Dann heißt es: Verzeihen. Gar nicht so einfach – aber gut, wenn man's kann. Und doch gibt es Grenzen, Dinge, die ich vielleicht nie verzeihen könnte. Treue muss man pflegen – gerade mit Freunden und Familie. Da sollte man noch sorgsamer sein als mit Fremden. Schlimm, wie Familien zerbrechen, wenn's ums Erbe geht. Da wurde zu viel erwartet, ohne je Verzeihen zu üben. In Gruppen wird's noch schwieriger. Oft wird blinde Treue verlangt, kein Platz fürs Nachdenken. Das macht mir Angst. Und im Stadion? Da siehst du, wie Leute wegen so was aufeinander losgehen. Verrückt.

Ich glaube, wie man zur Treue steht, zeigt sich auch im Umgang mit Dingen. Ich fahre z.B. einen 30 Jahre alten Volvo – ja, Treue auch da. Macken aushalten, nicht gleich wegwerfen, sich drum kümmern, damit's wieder läuft. So was ist mir sympathisch. Nur meine Frau sieht das bei meiner alten Stadionjacke anders. Apropos – Lars wartet schon. Ab ins Stadion! ■

**Johanna und Elisabeth haben denselben Vater. Ihre Geburten liegen 10 Jahre auseinander. Sie haben zum ersten Mal Kontakt, als Johanna 70 und Elisabeth 60 Jahre alt ist. Sie sind (Halb-)Geschwister und kannten sich bislang nicht, haben seit Kurzem Kontakt, eher durch Zufall entstanden, durch eine gemeinsame Bekannte.**

## AUF EINMAL GESCHWISTER

**Liebe Johanna,**

ich muss zugeben, dass ich mich immer noch innerlich hin- und hergerissen fühle, wenn ich mit Dir Kontakt habe, ich an Dich denke. Einerseits ist es eine Tatsache, dass wir den gleichen Vater haben, also Halbgeschwister sind und dadurch miteinander verbunden. Andererseits breche ich eine Familienregel, indem ich Dich nicht mehr verschweige und somit meiner Familie untreu werde. Dieses Wechselspiel der Gefühle dringt so vieles. Ich bin erleichtert, dass das Schweigen endlich gebrochen ist – gleichzeitig schäme ich mich und bin wütend, dass alles so war, wie es war, und heute so ist. So vieles vom Bisherigen steht infrage und zugleich ist es schön, dass wir nun endlich Kontakt haben!

Du bist 10 Jahre vor mir auf die Welt gekommen. Wieso ist mein und auch Dein Vater nicht bei Deiner Mutter geblieben? Es war 1949 und er war 19 Jahre alt, damals noch nicht volljährig. Deine Mutter war etwas älter und hatte schon ein uneheliches Kind. Es muss ein Gespräch zwischen unserem Vater, seiner Mutter und dem damaligen Priester gegeben haben. Wurde mit diesem Gespräch der Grundstein für Dein Verschweigen in meiner Familie gelegt? Unehelichkeit galt damals als Schande, und Du hast selbst gesagt, Du fühlst Dich wie Abschaum. Furchtbar! Hier spüre ich den inneren Konflikt: Unser Vater war uns gegenüber, mir und meinen zwei jüngeren Brüdern, zugewandt; er wollte, dass aus uns etwas wird. Aber was sollte aus Dir werden? Wie war das möglich, dass er sich so unterschiedlich verhalten hat? Uns Kindern, mir, Richard und Michael haben unsere Eltern immer gesagt, wir sollen zusammenhalten, uns treu sein, wir wären Geschwister und füreinander da. Was war mit Dir, wenn beide uns so etwas gesagt haben? Hatten sie Dich „vergessen“, so verdrängt, als gäbe es Dich nicht?

Es ist schon merkwürdig, dass wir uns nun eher durch ein Wunder begegnet sind. Du bist so offen und aufgeschlossen. Hast Dich so gefreut, dass wir Interesse an Dir haben. Richard, anderthalb Jahre jünger als ich, war sehr aufgebracht, als er von Dir erfuhr. Er hätte schon immer gespürt, dass uns etwas verschwiegen worden ist. Es gab wohl auch das Gerücht über ein Geschwisterkind. Richard dachte, dass unser Vater während der Ehe mit unserer Mutter ein Verhältnis mit einer anderen Frau hatte. Michael war schon immer eher ruhiger als Richard. Er wirkte fast teilnahmslos, als ich ihm von Dir erzählt habe. Vielleicht war er auch sprachlos und entsetzt. Ich weiß gerade gar nicht mehr, was mein und Dein Vater mit dieser „Treue unter uns Geschwistern“ bewirken wollten. Er hat das sicherlich auch so gemeint, aber dass er Dich da so komplett rausgelassen hat, macht gefühlt alles kaputt; auch für uns drei. Es fühlt sich wie betrogen worden an, als wäre mein Vater nicht nur Dir, sondern uns allen gegenüber untreu gewesen.

Jetzt können wir Geschwister sein und diese Verbundenheit leben, auch wenn es sich ungewohnt anfühlt und wir uns noch fremd sind. Ich freue mich auf unser Kennenlernen, vielleicht auch ein Zusammenwachsen, Zeit-Teilen und auf unsere zukünftige Zeit!

**Deine Elisabeth**

Fotos: pixelpicach, homeonetwnc (iStock)

# TREUE SCHWÖREN – UND DANN?

Über einen Sinneswandel und einen über die Jahre gewandelten Sinn

Ich weiß gar nicht mehr, wer die Idee hatte, aber nun sitze ich hier und betrachte Hochzeitsfotos aus verschiedenen Jahrzehnten. Unsere Tochter wird demnächst heiraten und wir haben überlegt, ihr ein Album zu schenken, in dem Hochzeitsfotos ihrer nächsten Angehörigen gesammelt sind. Die liegen nun vor mir. Abbildungen von glücklich aussehenden Paaren, die sich alle vor dem Altar oder dem Standesbeamten Liebe und Treue geschworen haben, bis der Tod sie trenne. Das habe auch ich einmal getan. Und ich sehe mich noch immer als eine treue Frau. Und trotzdem gab es Momente in unserer Ehe, die mein anfängliches „Wenn du mich betrügst, dann verlasse ich dich!“ verändert haben. Heute bin ich die, die zur besten Freundin gesagt hat, dass der eine Seitensprung ihres Mannes doch nicht die ganze gute Beziehung ins Wanken bringen könne, da der Mann ihr doch noch immer sehr zugewandt sei. Und dann habe ich ihr von meinem „Fremdverlieben“ erzählt, von dem anderen Mann, den ich bei der Arbeit kennenlernte und der nach einer längeren Zugfahrt, bei der wir ins Gespräch gekommen sind, so seltsam vertraut war, dass ich mir plötzlich vieles vorstellen konnte. Auch er war gebunden, aber die Anziehung zwischen uns war plötzlich da. Und als er mich das erste Mal fragte, ob ich nach getaner Arbeit noch etwas mit ihm trinken wolle, da erzählte ich zu Hause etwas von Überstunden und genoss die Aufmerksamkeit des anderen. Ich habe nie daran gezweifelt, meinen Mann zu lieben und unsere Ehe erhalten zu wollen, aber ich habe

die Aufregung und die Schmetterlinge im Bauch, die der andere verursacht hat, so genossen! Nein, ich bin nicht „fremdgegangen“, aber war ich in dieser Zeit treu? Wo beginnt Untreue? Später habe ich dann von der Außenbeziehung meines Mannes erfahren. Das hat mich zuerst einmal aus der Bahn geworfen. Vielleicht auch, weil ich mich damals ja „treu“ verhalten hatte. Ich zog kurzzeitig aus unserer Wohnung aus, ich musste meine Gedanken ordnen, reflektierte das, was passiert war, mit meiner besten Freundin, meiner Schwester, meiner Mutter. Die Antworten, die ich bekam, waren ganz unterschiedlich. Ich suchte auch eine Beratungsstelle auf. Die Beraterin gab mir keine Antworten, aber sie half mir, meine eigenen zu finden. Und mir wurde klar, dass die Beziehung zu meinem Mann nach wie vor da war und das Band zwischen uns noch nicht zerrissen. Also gaben wir uns eine neue Chance. Ob wir jetzt davor sicher sind, unsere Ehe infrage zu stellen? Ich weiß es nicht. Ob wir treu zueinanderstehen? Das würde ich mit Ja beantworten.

Ich erinnere mich, dass meine Tochter mich nach Treue gefragt hat, als sie noch ein Teenager war. Damals ging es nicht nur um die zarte erste Liebe, da konnte schon ein Fehlverhalten der besten Freundin Untreue bedeuten. Darüber kann sie heute lachen. Ändert sich unser Treuebegriff also mit zunehmender Reife?

Ich hoffe, das Album bereitet dem jungen Paar Freude. Mögen die beiden sich treu sein – was auch immer das für sie bedeutet. ■

## Wenn das eigene Kind straffällig wird

Mutterliebe, Scham und Schuldgefühl – Gedanken einer Betroffenen

Unserer Familie ist das widerfahren, was ich sonst nur morgens kopfgeschütteln in der Zeitung gelesen und kurz danach wieder vergessen habe. Solche Ereignisse waren fernab meiner Realität. Ich bringe es kaum über die Lippen, es ist unaussprechlich für mich. Die Konflikte hatten sich schon angedeutet. Unser Sohn hatte sich schon länger zurückgezogen, war viel im Netz unterwegs und Gespräche hat er abgewehrt. Aber ist das nicht normal in seinem Alter? Ich habe mit 18 Jahren meine Sorgen auch nicht erzählt. Ich kann es immer noch nicht glauben. Sie haben ihn am Arm gepackt, ihm Drogenhandel vorgeworfen und etwas zu seinen Rechten vorgelesen. Ich konnte nichts tun, gerade hatte ich ihn zum Abendessen gerufen, es gab sein Lieblingsessen. Dann haben sie ihn mitgenommen, er ist unseren Blicken ausgewichen. Das hat er früher auch gemacht, wenn er sich schämte. Nicht einmal Kleidung durfte ich mitgeben. Was wird er dort anziehen? Das Polizeiaufgebot vor unserem Haus war nicht zu übersehen, die fragenden Blicke der Nachbarn waren nur schwer zu ertragen. Am Ende sind immer die Eltern schuld und es stimmt ja auch. Wir haben vermieden, offen mit ihm zu sprechen, haben uns zufriedengegeben mit ausweichenden Erklärungen. Wir wollten mit unserem Misstrauen nicht die Beziehung aufs Spiel setzen. Unsere Ehe war auch nicht gerade im besten Zustand damals, wir hatten viel mit uns zu tun. Aber das rechtfertigt doch nicht sein Verhalten, seine Aggressionen! Wo haben wir als Eltern so versagt?

»Wir wollten mit unserem Misstrauen nicht die Beziehung aufs Spiel setzen.«

Ich gehe jeden Tag in sein Zimmer und suche nach Hinweisen, wie es dazu kommen konnte. Er war so ein fröhliches Kind, ideenreich, zugewandt und empfindsam. Trotz allem, was ich heute über die Vorwürfe gegen ihn

weiß, liebe ich ihn so wie immer. Wirklich wie immer? Darf ich das? Wenn ich mit meinen Freundinnen, meinen Eltern oder mit der Schule zu tun habe, nehme ich ihn in Schutz, doch eigentlich bin ich auch richtig wütend auf ihn.

Am nächsten Tag durfte ich ihn besuchen. Diese Erfahrung wünsche ich niemandem. Ich hatte so viel Sehnsucht, Angst und Ärger gleichzeitig.

Einerseits war es, wie wenn ich ihn im Krankenhaus besuchen würde, wie damals bei seinem Fahrradunfall. Ich bin seine Mutter und möchte für ihn da sein, so gut ich es kann. Andererseits war es ganz anders. Ich habe mich nicht abspeisen lassen mit seinen üblichen Floskeln. Ich wollte verstehen, was vorgefallen ist, und habe meine Haltung dazu nicht verschwiegen. Wie üblich hat er darauf mit Rückzug reagiert, aber ich bin einfach sitzengeblieben. Es war wichtig, die Situation einmal auszuhalten. Diesmal konnte er nicht einfach in sein Zimmer gehen und laute Musik hören.

»In mir gibt es etwas Unzertrennliches zwischen uns, das spüre ich genau.«

In mir gibt es etwas Unzertrennliches zwischen uns, das spüre ich genau. Das Bedürfnis, ihn zu beschützen, ist unverändert groß. Meine Liebe zu ihm ist da, auf einer anderen Ebene als die Frage nach Strafe und Schuld, richtig oder falsch. Ich bin mir nicht sicher, ob mein Sohn diese Verbundenheit auch spürt. Es gehört zu meinem innersten Kern, mein Kind nicht zu verlassen, schon gar nicht in der Not. Dass diese Not durch sein schweres Fehlverhalten entstanden ist, macht es jedoch sehr viel schmerzhafter für mich. Die widerstreitenden Gefühle in mir stellen mich immer wieder auf die Probe.

Ich bin entsetzt über das Verhalten meines Sohnes. Aber ich bin für ihn da. Und das ist manchmal das Einzige, was zählt. ■



# LOGBUCH

## Jahresrückblick 2024

BERATUNGSSTUNDEN GESAMT (PRÄSENZ, TELEFON, VIDEO)

**10.043**

### ALTERSSTRUKTUR

ALTER DER RAT SUCHENDEN UNTER 20:	<b>31</b>
ALTER DER RAT SUCHENDEN UNTER 30:	<b>250</b>
ALTER DER RAT SUCHENDEN ZWISCHEN 30 UND 50:	<b>1.327</b>
ALTER DER RAT SUCHENDEN ÜBER 50:	<b>850</b>
ALTER DER RAT SUCHENDEN ÜBER 70:	<b>92</b>

### KONFESSIONEN DER RAT SUCHENDEN

KATHOLISCH	<b>287</b>
EVANGELISCH	<b>686</b>
MUSLIMISCH	<b>58</b>
SONSTIGE	<b>64</b>
OHNE	<b>1.295</b>
KEINE ANGABE	<b>37</b>

### RAT SUCHENDE GESAMT

**2.427**

### ANZAHL DER KINDER DER RAT SUCHENDEN

GESAMT: (AUCH VOLLJÄHRIGE)	<b>2.656</b>
DAVON KINDER UNTER 18 JAHREN:	<b>1.441</b>

**Ich** hatte meinem Bruder versprochen, dass ich ihn immer unterstützen würde. Dieses Band hält uns nach dem frühen Tod unserer Eltern zusammen. Jetzt möchte er eine Weltreise machen, um sich selbst zu finden und einen Neustart hinzulegen. Alles, was er versucht hat mit Ausbildungen, Jobs, Beziehungen, führte in Sackgassen. Er braucht mein Ersparnis für die Reise, das, was ich von unserem Erbe aufbewahrt habe als Alterssicherung und für meine Kinder. Ich kann ihm das nicht geben und will es auch nicht! Ich werde das Geld nie wiedersehen, auch wenn er anderes behauptet. Diesmal muss ich mein Versprechen brechen. Ich hoffe, irgendwann versteht er es, auch, dass ich dieses Nein nicht nur für die Zukunft meiner Kinder, sondern auch für unsere Beziehung sage. ■

# LIEBER MIR SELBST TREU BLEIBEN

Ein Versprechen nicht  
einzuhalten, gilt gemeinhin als  
Treuebruch, gar Verrat.

Dennoch kann dies unausweichlich  
sein – vier Stimmen.

**Ich** kann dich nicht mehr anlügen. Ich habe einen anderen Mann getroffen und ich liebe ihn. Ich möchte mit ihm leben. Es macht mich sehr traurig und ich fühle mich sehr mies, dich so zu enttäuschen. Die letzten Monate war ich gespalten, wollte unbedingt meine Gefühle in Schach halten und emotional wieder in unser Leben zurückkehren und das da draußen vergessen. Dann hat mir meine Schwester die Frage gestellt: „Was willst du in fünf Jahren über dein Leben erzählen?“ Und das Erste, was mir durch den Kopf schoss, war: Ich will auf jeden Fall nicht erzählen müssen, dass ich wegen unseres Treueversprechens etwas Existenzielles unterdrückt habe – und ich dir dafür die Verantwortung gebe. Lieber möchte ich in fünf Jahren erzählen, dass ich, um unser beider Würde zu schützen, dir auch in dieser Situation meine Wahrheit zumuten konnte. Ich sage das nicht, um bei dir um Verständnis zu bitten. Ich weiß, das ist 'ne harte Nummer – bitter, schmerhaft und unfassbar. Nur: Die Alternative, nämlich dich und mich weiterhin zu belügen, wäre in meinen Augen ein noch schlimmerer Treuebruch. Vielleicht kannst du es verstehen – irgendwann. ■

**Ich** wollte unbedingt zu dieser Clique gehören. Ich war so verdammt einsam. Da musste ich mich anpassen. Der Umgangston war rauh, der Alkohol schmeckte mir eigentlich nicht und vom Rauchen wird mir immer noch schlecht. Wenn die anderen das gemerkt hätten, wäre ich sofort unten durch gewesen und ihr Opfer geworden. Es war schön, endlich mal dazuzuhören; dafür war mir jedes Mittel recht. Auch Zigaretten und Alkohol aus der Tanke mitgehen lassen – no prob. Mädchen blöde Sprüche hinterherschicken war nicht ganz so cool, aber besser als Kritik oder Verach-

**Ich** war Mitte 20, im Anerkennungsjahr in einer kleinen ländlichen Pfarrei. Meinen Glauben in einem Beruf leben zu können – das war die Motivation, mit der ich gestartet war. Ich fand mich wieder in einem kleinen Team – Pfarrer, Kaplan, Sekretärin, Zivi und ich, die kleine Gemeindeassistentin. So schnell ist auch die Rangordnung beschrieben. Ich jonglierte von einer meist sinnlos erscheinenden Anordnung zur nächsten Überforderung. So übertrug man z. B. kurzerhand mir den Elternabend des Firmkurses – anscheinend, um selbst den kritischen Anfragen der Eltern aus dem Weg zu gehen und deren Ärger lieber an mich zu delegieren. Kleine Oasen gab es, wenn ich mit den Kindergruppen arbeitete und die Jugendlichen sich über meine Initiativen freuten. Ich litt darunter, dass ich in den Strukturen des gemeindlichen Lebens wenig von der Frohen Botschaft (er)leben konnte und mich selbst und mein Handeln als wenig glaubwürdig empfand. „Das ist nicht mein Platz“, dachte ich immer wieder. Um meiner Hoffnung und Überzeugung treu zu bleiben, musste ich mich aus dieser Arbeit zurückziehen. Nach einer sozialpädagogischen Ausbildung arbeite ich nun als Erzieherin. Die Kraft für diese Arbeit ziehe ich wieder aus meinem Glauben – und meiner größeren Glaubwürdigkeit. ■

Foto: privat/privat/1500px

# ALLES NUR TARNEN, TRICKSEN, TÄUSCHEN?

Über gute Gründe für Vertrauen und Zuversicht

## Wem kann man heute überhaupt noch trauen?

Ich dachte, ich kann mich auf meine Frau verlassen. Dass wir zueinanderstehen, in guten und in bösen Tagen. Jetzt hat sie eine neue Leidenschaft entdeckt und interessiert sich nur noch für ihre Community. Unser Wohnwagen ist out und ich irgendwie auch.

Ich dachte, ich kann mich darauf verlassen, dass mein Job sicher ist. Seit Jahrzehnten bin ich zuverlässig, loyal und liefere gute Arbeit ab. Jetzt wurden wir kurzerhand verkauft und keiner weiß, ob wir nicht abgewickelt werden.

Ich dachte, ich kann mich darauf verlassen, dass der Frieden in Europa sicher ist, dass die Menschheit – wenn auch langsam, aber beständig – intelligenter, konstruktivere Formen der Auseinandersetzung findet. Jetzt macht mir die weltpolitische Entwicklung große Sorgen. Und das Agieren der Politiker ist für mich nicht mehr nachvollziehbar, so komplex und widersprüchlich ist das, was ich Ottonormalmensch davon mitbekomme.

Bis vor ein paar Jahren war gefühlt alles einfacher. Da gab es scheinbar unverrückbare Sicherheiten, auf die man sich verlassen konnte: von Die Post kommt werktags um 11 Uhr" über „Wer im nächsten Jahr ein Fest plant, kann sicher sein, dass dann die Location geöffnet hat“ bis „In unserem öffentlichen Miteinander gibt es Regeln“, und wenn man Nachrichten hört, kann man sich auf ihren Inhalt verlassen.

Heute scheint alles möglich: dass die Post eben tagelang nicht ausgeliefert wird, dass es Lockdowns gibt, die unser Leben komplett einschränken, sogar der Frieden in Europa und unser gemäßigtes Klima sind ins Wanken geraten. Am schlimmsten finde ich, dass sich so ein Misstrauen gegenüber allen und allem breit macht. Wem kann man eigentlich noch trauen? Und wo ist Vertrauen angebracht, wo nicht?

Mein erwachsener Sohn hat vor einigen Tagen etwas gesagt, das mich beschäftigt. „Papa“ hat er gesagt, „vielleicht



ist es ja eine Chance, wenn wir uns nicht mehr in dieser Sicherheit wiegen können, die ja immer auch ein Stück Illusion war. Wenn klar wird, dass es nicht selbstverständlich ist, dass zum Beispiel sauberes Wasser aus den Leitungen fließt, könnte das dazu führen, dass wir bewusster mit diesem Luxus umgehen und ihn nicht gedankenlos verschwenden. Dass ich nicht allen Posts traue und einen Like nicht für eine echte Freundschaftsanfrage halte, kann dazu führen, dass ich meine paar echten Freunde schätze, mit denen ich mein unperfektes Leben teilen kann. Klar kommt es auch zu Konflikten: mit denen, die mich blöd finden, weil ich nicht jedem Scheiß hinterherlaufe – und mit denen, die mich nicht radikal genug finden in der Ablehnung von diesem oder jenem. Mir selber trauen habe ich wohl gelernt – und ich freue mich, dass es Menschen gibt, denen ich trauen kann. Die mit mir diskutieren, aber dabei nicht abwertend werden. Wir denken darüber nach, was uns und was überhaupt wirklich wichtig ist und was es dafür braucht, und das verbindet uns. Das und das ganz konkrete Tun hilft mir gerade sehr. Es gibt mir etwas Sicherheit und Zuversicht zurück.“

Den Jungen fällt es leichter, zuversichtlich zu sein und auf das, was sie bewirken können, zu vertrauen. Mein Sohn hat mich wachgerüttelt und ich habe fest vor, das nicht wieder zu vergessen: Die Erfahrung von Unsicherheit und Verlust ruft mich auf, dem mehr Wert beizumessen, was (noch) da ist, und dazu, mich zuversichtlich auf Veränderungen einzustellen. ■

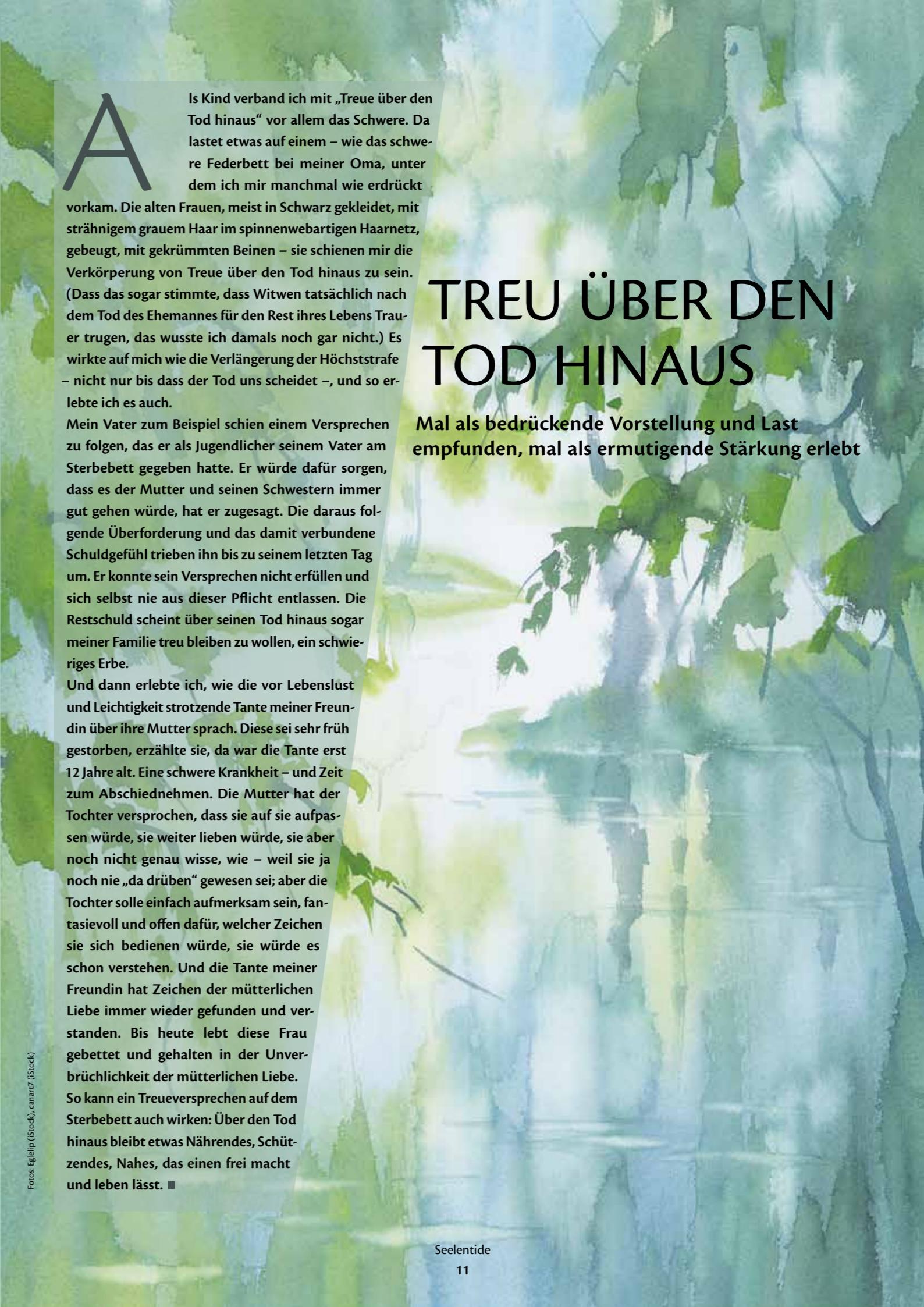


Foto: Egelpip (Stock), canart7 (Stock)

**A**ls Kind verband ich mit „Treue über den Tod hinaus“ vor allem das Schwere. Das lastet etwas auf einem – wie das schwere Federbett bei meiner Oma, unter dem ich mir manchmal wie erdrückt vorkam. Die alten Frauen, meist in Schwarz gekleidet, mit strähnigem grauem Haar im spinnenwebartigen Haarnetz, gebeugt, mit gekrümmten Beinen – sie schienen mir die Verkörperung von Treue über den Tod hinaus zu sein. (Dass das sogar stimmte, dass Witwen tatsächlich nach dem Tod des Ehemannes für den Rest ihres Lebens Trauer trugen, das wusste ich damals noch gar nicht.) Es wirkte auf mich wie die Verlängerung der Höchststrafe – nicht nur bis dass der Tod uns scheidet –, und so erlebte ich es auch.

Mein Vater zum Beispiel schien einem Versprechen zu folgen, das er als Jugendlicher seinem Vater am Sterbebett gegeben hatte. Er würde dafür sorgen, dass es der Mutter und seinen Schwestern immer gut gehen würde, hat er zugesagt. Die daraus folgende Überforderung und das damit verbundene Schuldgefühl trieben ihn bis zu seinem letzten Tag um. Er konnte sein Versprechen nicht erfüllen und sich selbst nie aus dieser Pflicht entlassen. Die Restschuld scheint über seinen Tod hinaus sogar meiner Familie treu bleiben zu wollen, ein schwieriges Erbe.

Und dann erlebte ich, wie die vor Lebenslust und Leichtigkeit strotzende Tante meiner Freundin über ihre Mutter sprach. Diese sei sehr früh gestorben, erzählte sie, da war die Tante erst 12 Jahre alt. Eine schwere Krankheit – und Zeit zum Abschiednehmen. Die Mutter hat der Tochter versprochen, dass sie auf sie aufpassen würde, sie weiter lieben würde, sie aber noch nicht genau wisse, wie – weil sie ja noch nie „da drüben“ gewesen sei; aber die Tochter solle einfach aufmerksam sein, fantasievoll und offen dafür, welcher Zeichen sie sich bedienen würde, sie würde es schon verstehen. Und die Tante meiner Freundin hat Zeichen der mütterlichen Liebe immer wieder gefunden und verstanden. Bis heute lebt diese Frau gebettet und gehalten in der Unverbrüchlichkeit der mütterlichen Liebe. So kann ein Treueversprechen auf dem Sterbebett auch wirken: Über den Tod hinaus bleibt etwas Nährendes, Schützendes, Nahes, das einen frei macht und leben lässt. ■

**TREU ÜBER DEN TOD HINAUS**

Mal als bedrückende Vorstellung und Last empfunden, mal als ermutigende Stärkung erlebt



TREUE HEISST FÜR MICH,  
VERTRAUEN ZU HABEN UND ZU  
BEKOMMEN, KEINE KONTROLLE  
AUSZUÜBEN.

ALS TREU  
EMPFINDE ICH,  
WENN JEMAND  
GANZ UNERWARTET  
ZU MIR HÄLT.

MICH HAT VOR EIN PAAR  
JAHREN DIE KAPITÄNIN EINES  
SCHIFFS IM MITTELMEER  
BEEINDRUCKT, DIE  
GEFLÜCHTETE AUFGENOMMEN  
HAT, OBWOHL ES IHR  
VERBOTEN WAR. SIE HAT  
IHREN JOB RISKIERT UND  
WAR IHREM WERT  
„MENSCHLICHKEIT“  
TREU.

IN UNSERER  
SCHNELLLEBIGEN ZEIT  
IST TREUE FÜR MICH  
FAST EIN AKT DES  
WIDERSTANDS – GEGEN  
DAS WEGWERFEN  
VON BEZIEHUNGEN,  
ÜBERZEUGUNGEN  
UND DINGEN.

TREUE IST  
EINE KRAFT, DIE  
BINDUNG MÖGLICH  
MACHT – ABER  
AUCH BEFREIUNG  
ZULÄSST.

TREUE UND  
LIEBE GEDEIHEN  
IN FREIHEIT!

WER EINE DESTRUKTIVE BEZIEHUNG VERLÄSST,  
IST NICHT ILLoyal, SONDERN MUTIG, FINDE ICH.  
SICH SELBST DIE TREUE HALTEN, ZUM EIGENEN SCHUTZ,  
ZUR EIGENEN WÜRDE, IST ÜBERLEBENSWICHTIG.

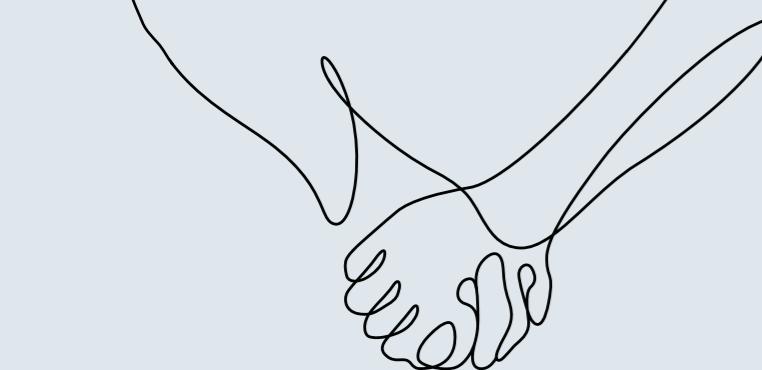
TREUE HEISST AUCH,  
MIR UND MEINEN WERTEN  
TREU SEIN. MIT MEINEM  
INNEREN ERLEBEN  
VERBUNDEN SEIN UND  
DAMIT IN KONTAKT ZU  
ANDEREN ZU TREten.

FÜR MICH IST TREUE EINE ERFAHRUNG, DIE SICH ÜBER DIE ZEIT  
ENTWICKELT UND ZU EINEM GEFÜHL VON BESTÄNDIGER LIEBE FÜHRT.

MEINE FRAU IST VOR FÜNF JAHREN  
VERSTORBEN. AUCH ÜBER DEN TOD HINAUS  
FÜHLE ICH MICH IHR SEHR VERBUNDEN.

WAS ICH ALS BESONDERS TREU  
ERLEBT HABE? ALS MEIN DAMALS GANZ  
FRISCHER FREUND MICH BEI EINER  
VERLETZUNG NICHT EINE SEKUNDE LANG  
ALLEIN GELASSEN HAT.

WENN MAN EINEN  
FEHLER GEMACHT HAT,  
TUT ES SO GUT,  
TROTZDEM  
ANGENOMMEN UND  
GELIEBT ZU WERDEN.

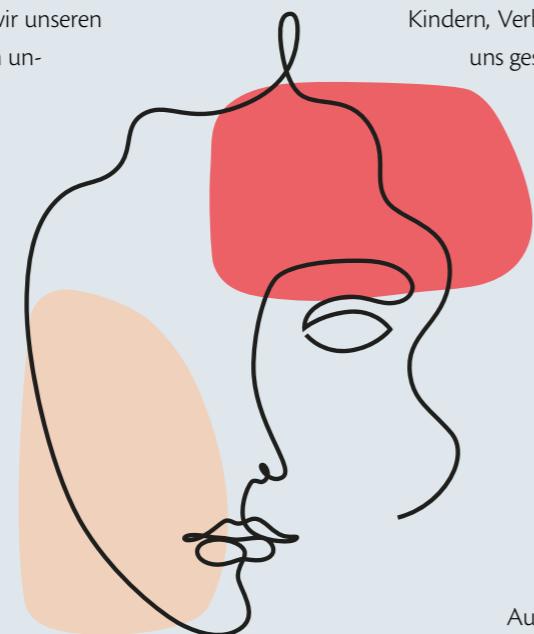


# WUNSCH UND WIRKLICHKEIT

Nachdenken über eine langjährige glückliche Ehe

**Die Bilderbuchversion:** Gerade haben wir unseren 44. Hochzeitstag gefeiert und wie schon oft an unseren Jahrestagen in unserem Hochzeitsalbum geblättert: „Ich verspreche dir die Treue in guten und in bösen Tagen ...“ So lange her, unser Versprechen! Auf dem obligatorischen Spaziergang tauschen wir uns aus: „Weißt du noch ...? Welche Höhen und Tiefen unserer Ehe kommen dir gerade in Erinnerung? Wann war das mit der Treue gar kein Thema, und in welchen Phasen war es schwer? Was würdest du im Rückblick anders machen? Und: Wie geht es dir gerade mit uns?“ Ein wertschätzender Austausch über unsere Liebe, der Zugewandtheit und Ehrlichkeit erfordert und uns mit Dankbarkeit erfüllt. Und vielleicht auch zu neuen Blickwinkeln und Veränderungsnotwendigkeiten aufruft.

**Das wahre Leben:** Gerade haben wir Sternenhochzeit gefeiert, unseren 44. Hochzeitstag. Wiederkehrende Rückschau auf unsere lange Ehe? Ausführliche gemeinsame Reflexion? Feierliche Erneuerung unseres Versprechens? Eher nicht. Verabredungen zu solch emotionalen Rückschauen in dieser Form kommen bei uns nicht vor (klärende Gespräche bei Bedarf natürlich schon).



Allerdings hätte ich das, gerade in meiner ersten Lebenshälfte, liebend gerne so gehabt. Ich hätte es so lohnend gefunden, dass wir uns bewusster austauschen und auch Rituale dafür entwickeln. Einfach öfter mal gemeinsam laut nachdenken über die lange Zeit. Darüber, was wir uns bedeuten, und auch darüber, wie es uns so geht mit der Treue zueinander. Ganz ohne aktuelle Notwendigkeit, sondern einfach, weil es schön ist.

Doch dafür hätte ich vielleicht einen anderen Mann gebraucht oder mehr Beharrlichkeit, meine Wünsche umzusetzen. Erstes wollte ich nicht, am zweiten arbeite ich.

Aber mal im Ernst: Wir hatten ein so volles Leben, da kamen wir in manchen Phasen gar nicht dazu, uns diesen bewussten Raum für einander zu nehmen. Berufliche Herausforderungen, familiäre Turbulenzen, die lange Zeit der Sorge um unseren Jüngsten. Die ersten Jahre kein gutes soziales Netz in der neuen Stadt, wenig Qualitätszeit als Paar, und ja, auch zwei heftige, durch Affären ausgelöste Krisen, die unsere Ehe zum Glück überstanden hat. Geteiltes Leid fühlte sich nicht immer an wie halbes Leid, und zu manchen Zeiten hatten Erschöpfung oder Rückzug die Oberhand. Ach, die Liste ist lang ... Fast erstaunt es mich, dass wir nie ernsthaft daran gedacht haben, uns zu trennen. Zum Glück gab es auch viel Schönes:

Auszeiten vom Alltag, gemeinsame Projekte, Freude an den Kindern, Verbundenheit mit Freunden, das hat uns gestärkt.

Wir hatten wirklich viele Aufs und Abs. Wenn wir ein Diagramm aufmalen und beide eine Kurve hineinzeichnen würden, wie es uns über die Jahre ging: Unsere Kurven hätten viele Zacken, hoch und runter, und wären gewiss nicht immer synchron verlaufend.

Und heute? Inzwischen sind die Kurven moderater und es gibt schon länger keine heftigen Ausschläge nach unten mehr. Bislang jedenfalls nicht. Viele Themen haben sich beruhigt, das tut so gut!

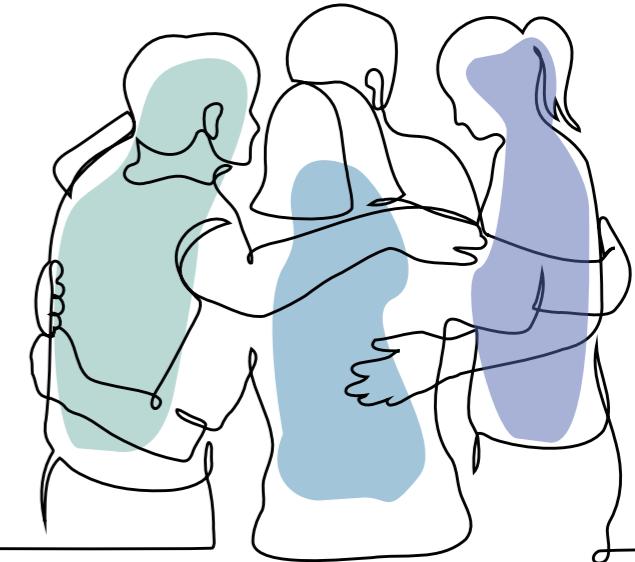
Gerade denke ich: Genau das ist doch auch ein Zeichen von Treue, dass wir es gerne und gut miteinander aushalten, auch wenn wir öfter an Grenzen gestoßen sind und um Kompromisse ringen mussten.

Und uns so wertschätzen, wie wir sind. Nach all den Jahren. In guten und in bösen Tagen. ■

Foto: Anna Duyanova (Stock), Isarajruljatooon, Kamil Bainukashova (Stock)

# WANDLUNGEN IM LEBEN

Eine Geschichte über vermeintliche Gewissheiten und Mut



wäre alles okay. Und hab irgendwann aufgehört zu fragen, weil ich Angst vor dem Schweigen hatte.“

Mert atmet tief durch. „Ich dachte lange, auch schon vor deiner Krankheit, Kara, dass Treue heißt, nicht zu enttäuschen. Und weil ich das Gefühl hatte, ich kann nicht mithalten und enttäusche euch ständig, hab ich mich lieber zurückgezogen.“

Kara schüttelt leicht den Kopf. „Aber Treue braucht Pflege. Man kann nicht immer nur warten, dass sich schon wieder alles einrenkt. Ich hab gelernt: Schweigen kann auch wehtun. Gerade, wenn man durchhängt.“

„Und trotzdem sitze ich jetzt hier“, sagt Liv nachdenklich, „und merke, dass du, dass ihr mir immer noch wichtig seid. Trotz allem. Oder vielleicht gerade deswegen.“

Jonny lächelt etwas verlegen. „So geht's mir auch gerade. Wir waren echt nicht die Freunde, die immer da waren. Aber nun sind wir die, die wiedergekommen sind.“

„Vielleicht ist das Treue“, überlegt Liv, „nicht ständige Nähe, sondern die Bereitschaft, sich wiederzufinden? Auch wenn man sich verändert hat.“

Kara lächelt, zum ersten Mal: „Dann war ich vielleicht gar nicht enttäuscht von euch? Sondern traurig, dass ich nicht wusste, wie man Freundschaft aushält, wenn sie sich wandelt?“

Mert hebt sein Glas. „Lasst uns darauf anstoßen! Auf das, was wir uns sagen konnten, und das, was noch kommt. Aber diesmal wieder mit Wein!“

Die Sonne ist längst untergegangen. Aber etwas ist heller geworden – nicht gelöst, aber verstanden. ■



## WIR HABEN EINANDER DIE TREUE VERSPROCHEN

**Anna und Marie kennen sich aus dem Studium. Sie haben sich eine Weile nicht gesehen, aber den Kontakt gehalten. Inzwischen sind beide verheiratet, und sie sprechen darüber, welche Bedeutung Treue in der Beziehung zu ihren Männern hat.**

**ANNA:** Treue hat für mich einen hohen Wert. Es bedeutet mir viel, dem Menschen, den ich liebe, ein Treueversprechen gegeben zu haben und von ihm das gleiche Versprechen bekommen zu haben. Wie du weißt, bin ich ziemlich romantisch veranlagt, deshalb war für mich immer schon klar, dass ich heiraten werde. Mein Mann und ich haben entschieden zu heiraten, um nicht nur gemeinsam zu leben, bis wir uns trennen, sondern unserer Beziehung mehr Verbindlichkeit zu geben. Das Treueversprechen umfasst für mich zunächst, dass wir nicht fremdgehen. Dass wir – auch wenn es andere enge Beziehungen gibt – alles, was wirklich wichtig ist, miteinander teilen. Unsere Beziehung ist exklusiv und wir geben einander eine Wichtigkeit, die über andere Beziehungen hinausgeht. Das muss natürlich nicht per se auf zwei Personen bezo-

### Warum Paare sich heutzutage treu sind – zwei Moment- aufnahmen

gen sein. Wir haben im Freundeskreis auch einige, die ihre Beziehung geöffnet haben, z.B. Sven und Frieda, die polyamös leben und einander trotzdem treu sind. Auch sie spielen mit offenen Karten und versprechen einander nichts, was dann gebrochen wird.

Viel wichtiger und berührender ist für mich, was darüber hinaus in dem Treueversprechen steckt: Ich stehe zu dir, egal, was auch kommt. Egal, welche Fehler du machst, welche Macken du hast, ob du krank wirst ... Wir wissen nicht, wohin uns das Leben führen wird und wie wir uns verändern werden. Und trotzdem verspreche ich dir: Ich stehe zu dir. Ich nehme dich an, mit allem, was zu dir gehört. Das war mir schnell klar, als ich meinen Mann traf: Mit dir möchte ich mein Leben verbringen und dir möchte ich mein Leben anvertrauen. Ich kann mich auf dich verlassen und du dich auf mich. Manchmal frage ich mich natürlich, ob wir einander ein Leben lang treu bleiben können, ohne uns selbst untreu zu werden. Vielleicht bin ich naiv, aber ich glaube daran, dass wir alle Schwierigkeiten überwinden können, wenn wir nur ehrlich miteinander sind. Solange wir einander lieben, werden wir uns auch treu sein können.

Foto: Tatjana Mokshanska

**MARIE:** Hm, ich glaube ich habe eine Art Definition von Treue in meinem Kopf, an die ich mich, so weit ich es subjektiv beurteilen kann, versuche zu halten. Vieles davon deckt sich mit dem, was du gesagt hast. Besonders das mit der Verlässlichkeit, der Bindung aneinander und dass man sich gegenseitig annimmt, auch mit den Schwächen. Das Wichtigste ist wohl, dass wir uns sicher miteinander sind, dass Noah niemanden so in sein Leben lässt wie mich und ich niemanden so wie ihn. Also schon so, wie du es ja auch beschreibst.

Treue umfasst für mich aber nicht nur, dass wir für einander da sind, sondern auch, dass nur wir intim miteinander sind – dass wir unser Leben miteinander teilen. Sei es Zeit, Zärtlichkeiten, ein Haus, die Erziehung unseres Kindes.

Für mich steht die Treue für unser gemeinsames Band als Paar. Das ist ein Fundament für das gemeinsame Band unserer Familie. Nur war für mich dieses Treuegelöbnis nicht mit der Ehe verbunden. Nun sind wir seit einigen Monaten doch verheiratet. Mit der Trauung haben wir uns vor unserer Familie und unseren Freunden zueinander bekannt. Eigentlich wollte ich niemals heiraten. Hättest du mein Teenager- oder junges Erwachsenen-Ich gefragt, hätte es gesagt: „Ich werde niemals heiraten!“ Eine Freundin meinte dann bei unserer Trauung: „Es passieren doch noch Wunder.“

Noah und ich sind nicht besonders romantisch. Die Entscheidung, zu heiraten, trafen wir aus Absicherungsgründen, damit er Entscheidungen für mich treffen darf und ich für ihn. Dass egal, was uns passieren könnte, auch unser Sohn abgesichert ist. Für mich ist die Ehe kein Liebesbeweis und nicht unbedingt ein Treueversprechen. Ich liebe meinen Mann und Treue war wichtig, auch ohne die Zeremonie. Und doch hat diese Feier, das Drumherum, die Erwartungen unserer Familien und auch die Bedeutung, die sie der Ehe geben, etwas mit mir gemacht. Ich war kurz gerührt in der Zeremonie und kurz im Zweifel. Und doch wusste ich, wen ich an meiner Seite hatte und dass ich ihm mein Leben anvertrauen würde.

Die Ambivalenz war mir jedoch noch Tage und Wochen später bewusst. In dem Ungewohnten, einen Ring zu tragen, der mich anfangs störte und bei dem ich immer sichergehen wollte, ihn auch wieder vom Finger streifen zu können, wenn ich es wollte – das war nicht jederzeit möglich. Und dem Gefühl, dass wir uns doch näher sind, ohne dass wir anders miteinander wären. Wir waren noch wir. ■

## ÜBER DIE EFL

Was Sie schon immer über die Ehe-, Familien- und Lebensberatung (EFL) im Erzbistum Hamburg wissen wollten.

Das Erzbistum Hamburg – die katholische Kirche in Schleswig-Holstein, Mecklenburg und Hamburg – ist Träger von 8 Ehe-, Familien- und Lebensberatungsstellen und der Internetseelsorge Hamburg. Sie sind Teil des begleitenden seelsorglichen Dienstes. Die Ehe-, Familien- und Lebensberatung ist offen für alle – unabhängig von Herkunft, sexueller Orientierung, Weltanschauung und Religion. Willkommen sind alle Menschen, ob alleinstehend oder in einer Partnerschaft bzw. einer Ehe lebend, mit oder ohne eigene Familie, die in schwierigen Lebenssituationen Hilfe und Begleitung suchen.

Vor allem bei Problemen mit sich selbst, bei Konflikten mit Mitmenschen und bei Fragen mit ethisch-religiösem Hintergrund wird die EFL um Beratung gebeten. Weil sie eine seelsorgliche Grundhaltung mit der beraterisch-psychotherapeutischen Herangehensweise verbindet, ist die Ehe-, Familien- und Lebensberatung ein innerhalb und außerhalb der Kirche anerkannter Dienst.

Als Ratsuchende begegnen Sie bei der EFL Fachleuten mit zumeist sozial orientierten Grundberufen, die einen Diplom- oder Masterabschluss in Psychologie, Pädagogik, Sozialpädagogik oder Theologie haben, dazu eine vierjährige Weiterbildung im Bereich Ehe-, Familien- und Lebensberatung sowie vielfältige Zusatzqualifikationen.

Nach dem Erstgespräch in einer Beratungsstelle entscheiden Sie, wie die Beratung stattfinden soll. Möglich sind: persönliche Gespräche vor Ort, Telefon- und Video-Beratung. Im Rahmen der Internetseelsorge Hamburg werden angeboten: E-Mail-Beratung und Chatberatung. Die Dauer des Beratungsprozesses wird individuell abgestimmt. Das Erzbistum Hamburg finanziert die Arbeit der EFL. Die Mecklenburger Beratungsstellen werden auch durch Fördergelder der jeweiligen Städte und des Landes Mecklenburg-Vorpommern unterstützt.

**Spenden sind ausdrücklich erbeten!**

**Mehr dazu auf Seite 20.**

Sie suchen Hilfe in persönlichen, partnerschaftlichen oder familiären Fragen? Auf der Rückseite dieses Journals finden Sie die EFL-Beratungsstelle in Ihrer Nähe mit allen Kontaktmöglichkeiten. Mit Wartezeiten muss gerechnet werden. ■

# PATCHWORKKELTERN „UNDER CONSTRUCTION“

Wenn es darum geht, verschiedene Loyalitäten unter einen Hut zu bringen

**V**or drei Jahren habe ich mich in Lilly verliebt. Wir haben beide eine längere Beziehung hinter uns und jeweils zwei Kinder. Über die haben wir uns auch kennengelernt, unsere Mädchen trainieren in der gleichen Fußballmannschaft. Von Anfang an war klar, dass die Kinder einen großen, wenn nicht den wichtigsten Platz in unserem Leben haben – und es war nie leicht, auch mal Zeit nur für uns zu haben. Irgendwann beschlossen wir, dass wir an einem freien Abend nicht über Kindersachen sprechen, sondern über: Musik, das aktuelle Buch, politische Fragen oder ähnliche Luxusthemen für Elterntiere wie uns.

Seit einem Jahr leben wir nun alle zusammen. Die Lilly-Kinder im Wechselmodell, meine sind an den Wochenenden bei ihrer Mutter. Solange wir beide unseren eigenen Haushalt hatten, sind wir gut damit gefahren, uns nicht in die Erziehung der jeweiligen Bonuskinder einzumischen. Das lief gut und auch die Kinder hatten Spaß, wenn wir mal alle zusammen waren, z.B. im Urlaub.

Jetzt gibt es zunehmend Konflikte, und die belasten unsere Beziehung ziemlich. Wenn Lillys Kinder bei ihrem Vater sind, läuft alles ganz okay – wir haben uns auf einen Ablauf und bestimmte Grundsätze geeinigt, nach denen unser Familienleben abläuft. Meine beiden verstehen sich mit Lilly ganz gut. Sobald aber die beiden anderen dabei sind, geht es drunter und drüber. Lilly kocht ihnen extra Mahlzeiten, weil ihnen das, was wir essen, nicht schmeckt. Sie räumt ihnen alles hinterher, trotz unserer Regel, dass die Kinder sich um ihre Sachen selber kümmern und kleine Auf-

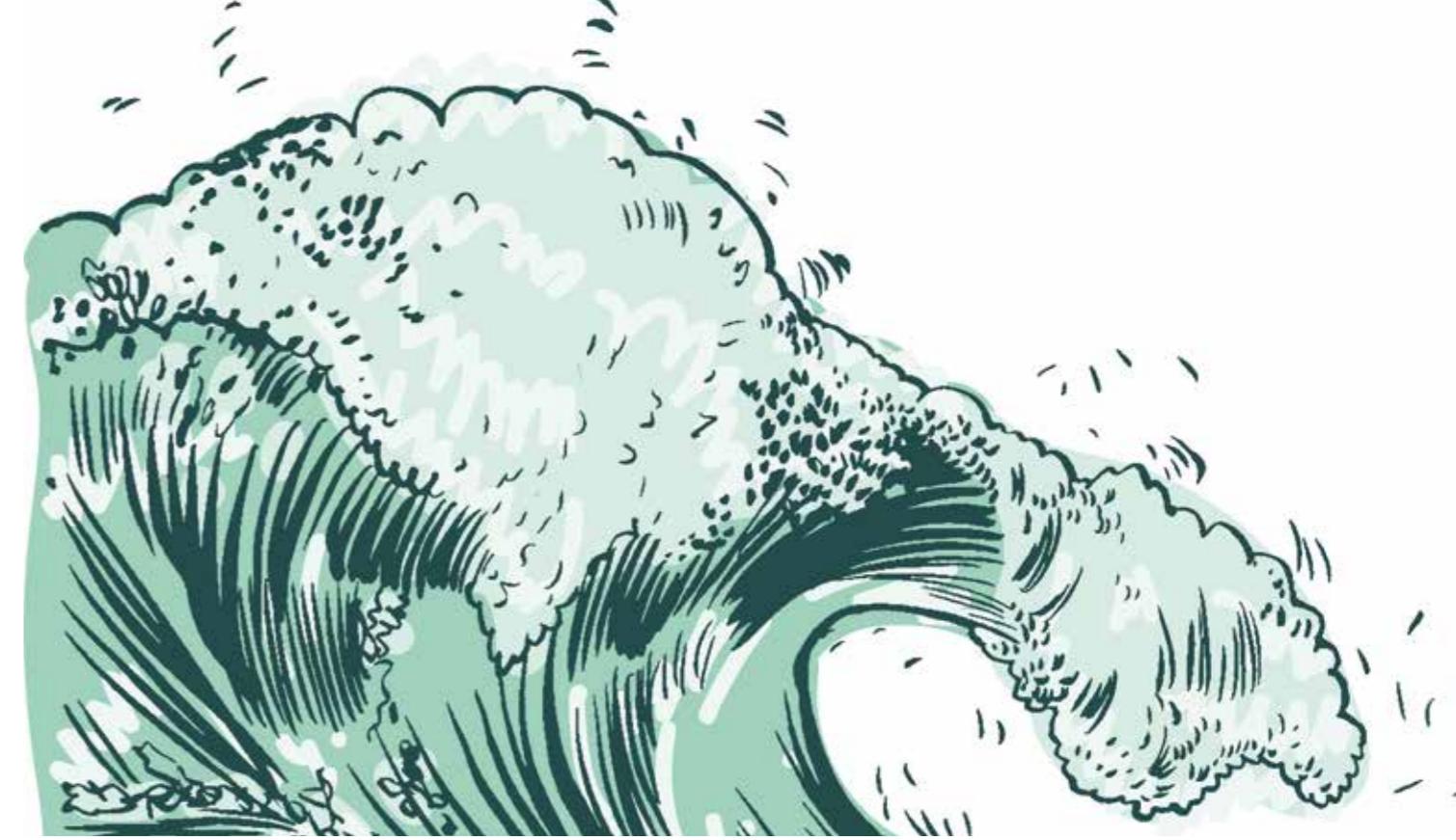


gaben im Haushalt übernehmen. Sie erklärt es damit, dass die beiden sich immer umgewöhnen müssen, wenn sie zu uns kommen und deswegen mehr Freiraum brauchen, dass sie bei ihrem Vater länger daddeln dürfen und so weiter. Das finden meine beiden natürlich unfair und ich bin auch sauer. Gelten bei uns jetzt unsere Regeln oder die von Lillys Ex?

Ich habe den Eindruck, dass Lilly ein schlechtes Gewissen hat und deswegen ihren Kindern alles erlaubt. Sie scheint ihren Kindern dadurch beweisen zu wollen, dass sie bei ihr an erster Stelle stehen – erst ziemlich weit danach komme ich und noch weiter danach meine Kids. Es scheint, als wäre sie immer noch ein bisschen loyaler mit dem Vater ihrer Kinder als mit mir. Das Thema ist sehr emotionsgeladen und wir werden in den Diskussionen schnell gemein. Gerade lernen wir, auch durch die Moderation in der Beratungsstelle, anders miteinander zu sprechen. Es ist wohl noch ein weiter Weg, immerhin gehen wir ihn gemeinsam.



Mich schmerzt dieser Riss, den meine Liebe zu Lilly bekommen hat. Die Loyalität zu den eigenen Kindern spielt sich doch auf einer ganz anderen Ebene ab als die zu einem Partner – das jedenfalls habe ich in der Beziehung zur Mutter meiner Kinder so erlebt. Ich hoffe, dass ich das Lilly erklären kann. Dass wir es schaffen, die Treue, die Loyalität zu den Kindern zu leben und dabei nicht die Treue zu uns als Paar und unsere neue Patchworkfamilie zu schwächen. ■



## ICH BIN UNTREU

### Ein Aufschrei

**Ich bin untreu, das kann ich sicher sagen.**  
Das quält mich seit Langem, aber ich weiß keinen Ausweg. Selbstmitleid steht mir auch gar nicht zu. In unserer Beziehung gab es eigentlich nie Platz für Untreue. Wir waren da immer einer Meinung, ohne dass wir uns dazu groß ausgetauscht hätten. Ein super Gefühl, für das ich sehr dankbar war. Ich war damit „im Reinen“, fühlte mich sicher.

### »Die Magie der Begegnung hat mich umgehauen.«

Das hat sich seit gut einem Jahr verändert. Ich habe eine Affäre, wie man so schön sagt. Ungeplant und plötzlich steckte ich da drin. Wie konnte ich mich nur darauf einlassen? Ich hatte keine Chance, mich dagegen zu wehren, sagt ein anderer Teil von mir. Die Magie der Begegnung hat mich umgehauen. Mir war sofort klar, dass ich ab jetzt ein Riesenproblem habe und mir und den Menschen, die mir etwas bedeuten, eine schwierige Erfahrung bevorsteht. Die Schuldgefühle haben nicht auf sich warten lassen. Ich sehe mich, wie ich früher schlaue Kommentare zum Thema Ehrlichkeit, Offenheit und Treue in Beziehungen abgegeben habe. Da wusste ich noch nicht, wovon ich rede, oder wusste ich es da schon?

Mein Verhalten kann ich vor mir selbst nicht rechtfertigen, obwohl ich darin bis jetzt immer sehr gut war. Meine eigene innere Zerrissenheit setzt mich enorm unter Druck. Am Anfang war da das Gefühl der Verliebtheit, ich schwelte. Mittlerweile denke ich, dass ich immer deprimierter werde. Ich halte die Doppelbödigkeit mit meinen Lügen aufrecht, weil ich alle vor dem großen Knall schützen möchte, mich selbst natürlich am meisten. Aber dadurch mache ich es nur schlimmer, das ist mir klar. Die Verletzungen werden größer ausfallen, je länger ich es herauszögere. Ich mache mir riesige Vorwürfe und habe kaum noch Verständnis für mich. Was da alles dranhängt! Ich kann jetzt verstehen, warum Leute über Jahrzehnte ein Doppelleben führen.

### »Was da alles dranhängt!«

Ich verliere zunehmend den Kontakt zu mir, erkenne mich nicht mehr wieder. Das Ganze widerspricht völlig meiner Einstellung und meiner Haltung. Reden kann ich mit niemandem darüber, das wäre viel zu gefährlich. Ich wünsche mir Hilfe dabei, einen Weg zu finden. Mich irritiert total, dass niemand zu merken scheint, was mit mir los ist. ■



## BERATUNG, DIE BEWEGT – HILFE, DIE ANKOMMT



Karl Theißen,  
Geschäftsführer  
Pastorale Dienststelle

Liebe Leserinnen und Leser,

im Erzbistum Hamburg finden Menschen an 8 Orten sowie über die Internetseelsorge offene Ohren und fachkundige Hilfe – dann, wenn Sorgen belasten, Beziehungen in der Krise sind oder das Leben aus der Balance gerät. Die katholische Ehe-, Familien- und Lebensberatung (EFL) bietet dabei eine verlässliche Anlaufstelle für alle – unabhängig von Herkunft, Konfession oder Lebensform. Unsere Beraterinnen und Berater arbeiten einfühlsam, mit fachlicher Kompetenz und langjähriger Erfahrung.

„Herr, deine Güte reicht, so weit der Himmel ist, deine Treue bis zu den Wolken“ (Psalm 36,6) – dieser Vers beschreibt, wie wesentlich Treue im Leben ist. Auch in der Beratung zeigt sich Treue: im zuverlässigen Dasein, im Zuhören, im gemeinsamen Aushalten schwieriger Phasen und bei der Suche nach Lösungen. Dass dieser Dienst allen Menschen offensteht, gehört zum Grundverständnis unserer Arbeit. Auch soll niemand aus finanziellen Gründen auf Hilfe verzichten müssen.

Immer mehr Menschen suchen psychologische Unterstützung in der EFL – oft, weil die Wartezeiten auf Therapieplätze lang sind oder andere Angebote nicht zugänglich. Die EFL-Beratung wird dadurch zu einem wichtigen, stabilisierenden Begleiter. Wir im Erzbistum Hamburg setzen deshalb auch intern Zeichen: Seit Herbst 2024 qualifizieren wir gezielt zusätzliche Fachkräfte für die Paarberatung – ein starkes Signal für die Zukunft unserer Beratungsarbeit.

Gerade in Zeiten steigender Nachfrage sind wir aber auch darauf angewiesen, unser Angebot durch Spenden zu stärken. Denn: Jeder gespendete Euro ermöglicht zusätzliche Beratungstermine und hilft dabei, Wartezeiten überschaubar zu halten.

So bleibt die EFL auch weiterhin ein Ort, an dem Menschen ernst genommen, gestärkt und begleitet werden – unabhängig von ihrer finanziellen Situation.

Bitte helfen Sie mit, dass Menschen weiterhin zeitnah und kostenfrei Unterstützung erfahren können.

Herzlichen Dank für Ihre Unterstützung!

Ihr Karl Theißen

### Spenden an die EFL geht so oder so oder so:

#### 1. Direkt an die Beratungsstelle spenden

**Konto: EFL Erzbistum Hamburg**  
Darlehnskasse Münster  
IBAN: DE37 4006 0265 0000 0051 51  
BIC: GENODEM1DKM  
Verwendungszweck: EFL  
Beratungstellen 02135

#### 2. An den Förderverein der Ehe-, Familien- und Lebensberatung im Erzbistum Hamburg spenden

**Konto: Förderverein der Ehe-, Familien- und Lebensberatung im Erzbistum Hamburg**  
Ostseesparkasse Rostock  
IBAN: DE54 1305 0000 0201 0645 70  
BIC: NOLADE21ROS

#### 3. Mitglied werden im Förderverein – schon ab 12 Euro pro Jahr möglich

**Weitere Informationen:**  
Förderverein der Ehe-, Familien- und Lebensberatung im Erzbistum Hamburg e. V.  
Strandstraße 92 · 18055 Rostock  
Telefon (0381) 490 40 85  
[efl.foerderverein@web.de](mailto:efl.foerderverein@web.de)  
[https://efl-fördervverein.yolasite.com](https://efl-foerderverein.yolasite.com)

*„Jeder gespendete Euro fließt in zusätzliche Beratungsstunden.“*

### EINFACH ONLINE SPENDEN

1. Den QR-Code scannen oder auf die Internetseite gehen: [www.ehe-familien-lebensberatung.info](http://www.ehe-familien-lebensberatung.info)
2. Beratungsstelle auswählen
3. Auf den Button „Hier spenden“ klicken
4. Formular ausfüllen
5. Fertig!



Foto: EBHH, ptkhook (iStock)

## WO TREUE EINE ROLLE SPIELT EINDRÜCKE EINER BERATERIN

**A** propos Treue: Zuallererst denke ich an die vielen Menschen, die zu uns kommen, weil sie gerade erfahren haben, dass ein vertrauter Mensch ihnen untreu wurde – und für die damit der Boden, auf dem sie standen, erschüttert ist. Ganz schnell aber auch an die, die mit sich selber ringen, weil sie untreu geworden sind – einem wichtigen Menschen gegenüber, einem Ideal oder einer Überzeugung –, und die jetzt darum ringen, die eigene Glaubwürdigkeit wiederzufinden.

Dann denke ich an den Mann, der bei einem tragischen Unglück seine Frau und das gemeinsame Kind verloren hat. Neben der Unfassbarkeit, Sinnlosigkeit und Trauer über all das, was die beiden nicht mehr erleben können, quält ihn die Frage, wie er mit der Bürde des „Übriggebliebenen“ leben sollte. „Was bleibt mir denn für den Rest meines Lebens, außer traurig zu sein und die beiden zu vermissen? Wie kann ich mich über einen sonnigen Tag freuen, eine Radtour planen, die wir alle so liebten, wie kann ich essen, atmen, weiterleben? Ich lebe mich jetzt Tag für Tag weiter von unserem gemeinsamen Leben weg – was für eine treulose egoistische Antwort auf das Schicksal meiner Liebsten!“

Dann wieder: „Muss ich jetzt eigentlich für drei leben, erleben, genießen – sozusagen in Vertretung für die beiden alles dreimal so intensiv?“

„Was würde Ihre Frau, Ihre Tochter sagen, wenn Sie uns zuhören könnten?“, frage ich ihn immer wieder. Anfangs war diese Frage eine Zumutung. Zu nah und zu

schmerhaft die Vorstellung. Erst nach und nach öffnete sich der Raum, kurze Momente, in denen er sich an schöne Erlebnisse mit den beiden erinnerte und sich kurz einfach nur freuen konnte. So, als wäre das Wärmeende der Erinnerung einmal schneller da gewesen als der alles beherrschende Schmerz und die Trauer.

Ein Jahr nach Beendigung der Beratung kam er wieder in die Beratungsstelle, das hatten wir beim Abschied vereinbart. „Ich denke noch immer jeden Tag an die beiden und ich vermisse sie sehr“, berichtete er. „Ich habe ein kleines Ritual gefunden, weil mir Ihre Frage „Was würde Ihre Frau jetzt sagen?“ immer wieder eingefallen ist. Ich habe mir – sozusagen im Namen meiner Frau – Briefe geschrieben. Und sogar einige im Namen meiner Tochter. Was hätten sie mir auf den Weg gegeben, wenn sie dazu Zeit gehabt hätten? Das war traurig, schmerlich, aber auch ein Prozess voller fast unheimlicher Liebe. Ich begann zu verstehen, dass sie nicht wollen, dass ich in der Trauer um das Verlorene, um sie, steckenbleibe. Damit würde ich letztlich ihnen und unserer gemeinsamen Hoffnung untreu. Sie wollen, dass ich weitergehe, auch ohne sie Radtouren machen und esse und genieße. Vermutlich wünschen sie mir sogar, dass ich mich für eine neue Beziehung öffne. Sie haben vielleicht schon besser verstanden als ich, dass unsere Verbindung unantastbar ist und bleiben wird.“

Immer wieder staune ich, wenn ich Zeugin davon werden kann, wie Menschen sich auf das Unfassbare einlassen, trotz des Risikos, damit noch mehr zu verlieren. Unbeschreiblich, wenn sie dabei etwas erfahren, das sie ihr Leben und die Treue dazu neu durchbuchstabieren lässt. ■

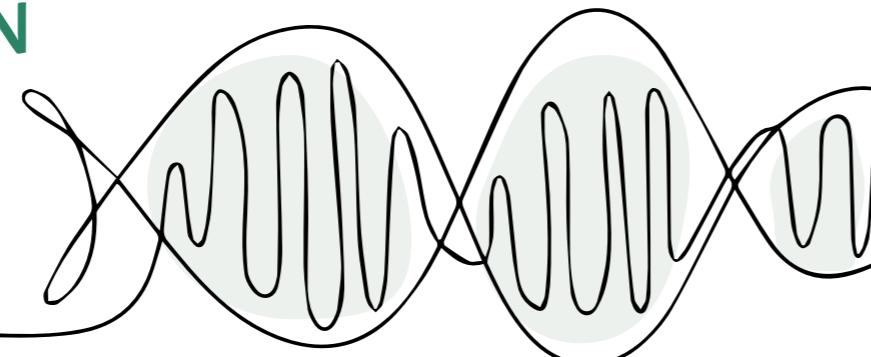
# GOTTVERLASSEN UND DOCH GOTT NAHE

Gedanken einer Beraterin

„Ich habe so viel Schlimmes erlebt, ich sehe um mich herum so viel Ungerechtigkeit, so viel Leiden – meinen Glauben an einen lieben Gott habe ich verloren ...“ Ich höre sehr oft diese Enttäuschung, manchmal auch Verzweiflung. Ein tragendes Gerüst, nämlich die Hoffnung, es gäbe jenseits der menschlichen Möglichkeiten eine Instanz, die zum rechten Zeitpunkt für Gerechtigkeit, Ausgleich, Trost und Heilung sorgt, scheint zu zerfallen. In Studien lese ich, dass Menschen, die an eine höhere Macht glauben, resilenter sind. Das überrascht mich nicht; aber schnell fallen mir Gespräche mit Ratsuchenden ein, die diese These erst einmal infrage stellen.

Dass Menschen einen enttäuschen, untreu werden, ist ja das eine. Aber dass auch Gott einen zu verlassen scheint, die Sehnsucht nach Frieden, Sicherheit, Liebe unerfüllt bleibt, das scheint eine unüberwindliche bittere Erfahrung zu sein.

Wie können wir umgehen mit dieser Not? Wie ist das mit der Treue



Gottes zu uns? Und: Werden wir unserem Glauben untreu, wenn wir uns gottverlassen fühlen?

Ich denke an das Buch Hiob im Alten Testament: Hier wird Gottverlassenheit entfaltet und dabei nichts ausgelassen. Es gibt keinen Trost, keine Lösung, keinen Ausweg, keinen eingreifenden, vor Unrecht schützenden Gott. Die Freunde von Hiob werden zu seinem Gerüst, solange sie da sind, nicht weggehen und mit ihm klagen, auch Gott anklagen und weinen und nicht auf Ablenkungen ausweichen. So entsteht in mir das Bild von unserem „Mitgehergott“, den Hiob erfährt: Einer, der da ist und weder Not noch Zweifel relativiert. Der sich nicht im Feuer, nicht im Sturm zeigt, sondern in einfacher, radikal ehrlicher, menschlicher Nähe, ohne fertige Antworten, vorschnelle Lösungen und Vertröstungen. Aushält, auch Anklagen und Verletztheit, mitgeht und mitfühlt.

Es ist nicht alles gut. Es wird auch nicht alles gut. Wir dürfen diesen Schmerz wahrnehmen und ahnen: Ich bin nicht allein. ■

## Jubiläum: 20 Jahre EFL-Förderverein!

Aus Sorgen Zuversicht machen

Schon vor 20 Jahren waren die Wartelisten in den Beratungsstellen teils unzumutbar lang. „Wir wollen dazu beitragen, eine stabile Finanzierung der EFL langfristig auszubauen“, beschlossen Sunna Hollmann, Leiterin der Rostocker EFL-Beratungsstelle, und ihr Ehemann Michael, und ergriffen die Initiative, den EFL-Förderverein zu gründen. Sie fanden begeisterte Gleichgesinnte, die bis heute Zeit, Herzblut und Ideen investieren. Dank des Engagements so vieler können unter anderem die Onlineberatung, Vortragsreihen, Paar-Wochenenden und vor allem zusätzliche Beratungsstunden finanziert werden, auch die erhebliche Bezuschussung der Nachwuchsförderung.

Treue Mitglieder sorgen seit 2005 mit Geld und Ideen für den Fortbestand des Fördervereins. Ein besonderer Dank gilt Michael Hollmann, der sich von Anfang an als Vorstandsvorsitzender in besonderer Weise engagiert und auch für den Zusammenhalt untereinander sorgt. Immer wieder treten neue Menschen bei und unterstützen die wichtige Arbeit der EFL. Dankbarkeit und Vertrauen sind Grundlage dieser nun mehr als zwei Jahrzehnte lang gelebten Treue zum Förderverein der EFL. Ein herzliches Dankeschön an alle dafür!

Mehr Informationen unter „EFL unterstützen“, „Förderverein“ auf: [www.ehe-familien-lebensberatung.info](http://www.ehe-familien-lebensberatung.info)



## DER HUND UND DIE KATZE

Eine Fabel aus dem Alltag

**A**n einem lauen Sommerabend machte ich einen kleinen Spaziergang durch die Nachbarschaft. Da sah ich eine ältere Dame, die mit ihrem Hund an der Leine eine letzte Runde Gassi ging. Amüsiert erkannte ich, dass unweit dahinter auch die getigerte Katze mitkam. Während der Hund brav neben seinem Frauchen trottete, streifte die Katze immer wieder in Bögen umher. Ich fragte mich: „Was würden die beiden Tiere wohl miteinander besprechen, wenn sie sich unterhalten könnten?“ Vielleicht das:

**DER HUND:** „Weißt du was, Katze, mir ist es wichtig, treu zu sein. Meine Menschen, die wissen immer, dass ich da bin. Und ich bleibe ja auch immer bei ihnen, am liebsten ganz nah. Sie mögen mich einfach, weil ich ihnen treu ergeben bin.“

**DIE KATZE:** „Natürlich, du bist treu. Aber du bleibst bei deinen Menschen, weil du ihre Nähe brauchst! Sie füttern dich, sie streicheln dich, du bekommst, was du willst. Und dafür gibst du ihnen bedingungslose Zuneigung. Für dich ist Treue also eher ein Weg, dein Überleben zu sichern, stimmt's?“

**DER HUND:** „Vielleicht ... Aber ich tue es gerne. Ich will einfach bei ihnen sein, dazugehören. Ich mag es, für sie wichtig zu sein. Vielleicht ist es das, was wahre Treue ausmacht: einfach bleiben, auch wenn das manchmal Verzicht bedeutet.“

**DIE KATZE:** „Ich bleibe nicht aus Pflichtgefühl, sondern aus einem viel tieferen Instinkt heraus. Ich entscheide selbst, wann und wie viel Nähe ich zulasse. Für mich heißt Treue nicht, bedingungslos zu bleiben, meine Treue beruht auf Unabhängigkeit.“

**DER HUND:** „Also bist du nur treu, wenn du Lust dazu hast?“

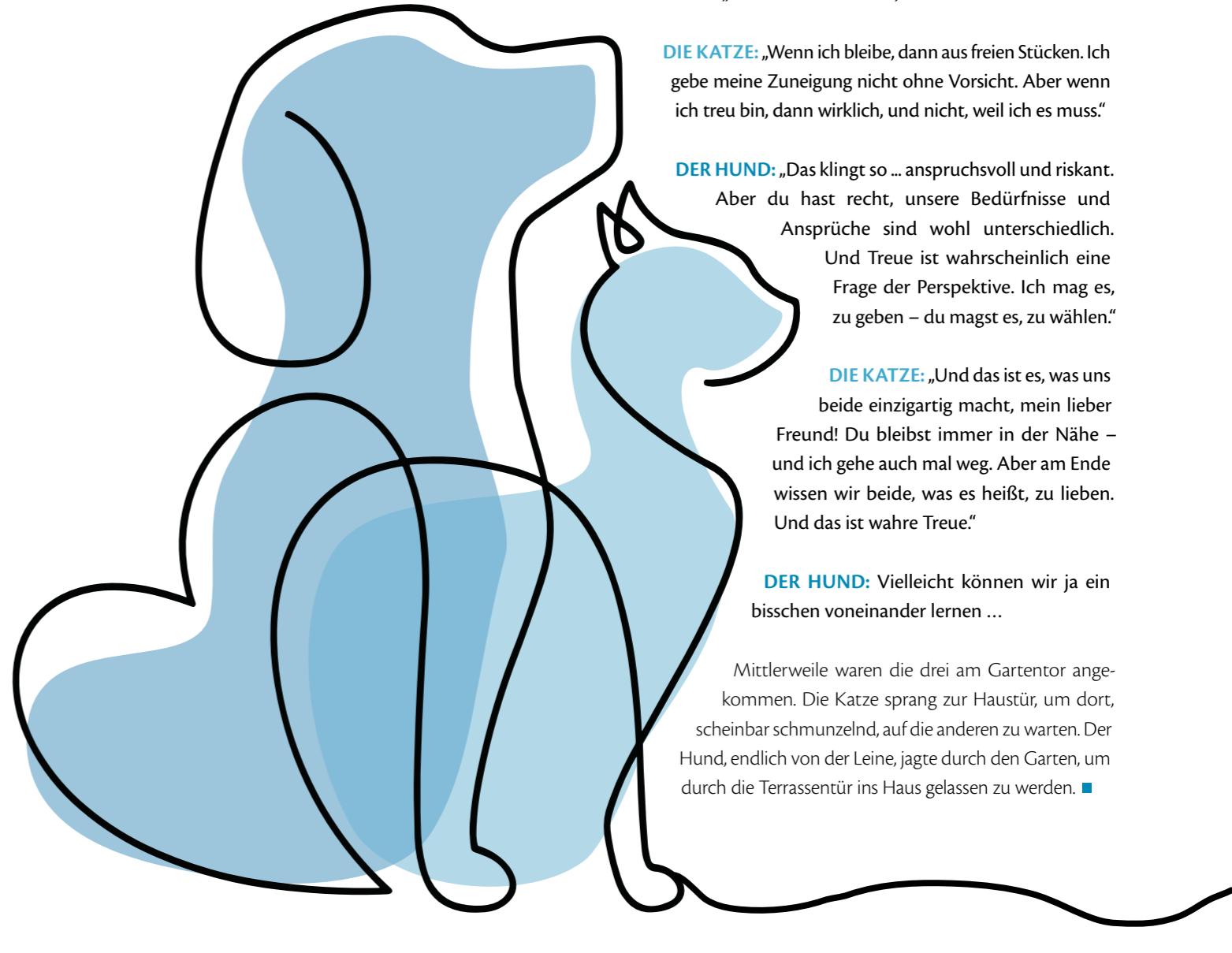
**DIE KATZE:** „Wenn ich bleibe, dann aus freien Stücken. Ich gebe meine Zuneigung nicht ohne Vorsicht. Aber wenn ich treu bin, dann wirklich, und nicht, weil ich es muss.“

**DER HUND:** „Das klingt so ... anspruchsvoll und riskant. Aber du hast recht, unsere Bedürfnisse und Ansprüche sind wohl unterschiedlich. Und Treue ist wahrscheinlich eine Frage der Perspektive. Ich mag es, zu geben – du magst es, zu wählen.“

**DIE KATZE:** „Und das ist es, was uns beide einzigartig macht, mein lieber Freund! Du bleibst immer in der Nähe – und ich gehe auch mal weg. Aber am Ende wissen wir beide, was es heißt, zu lieben. Und das ist wahre Treue.“

**DER HUND:** Vielleicht können wir ja ein bisschen voneinander lernen ...

Mittlerweile waren die drei am Gartentor angekommen. Die Katze sprang zur Haustür, um dort, scheinbar schmunzelnd, auf die anderen zu warten. Der Hund, endlich von der Leine, jagte durch den Garten, um durch die Terrassentür ins Haus gelassen zu werden. ■



## KONTAKT

### FACHBEREICHSLEITUNG

Annett Schwarz und Gerriet Stein

Telefon (0385) 55 51 78

FachbereichsleitungEFL@erzbistum-hamburg.de

### HAMBURG

Lange Reihe 2 Julius-Ludowieg-Straße 41

#### **20099 Hamburg-Mitte** **21073 Hamburg-Harburg**

Telefon (040) 24 65 24 Telefon (040) 77 35 32

sekretariat@efl-hamburg.de sekretariat@efl-harburg.de

Leiter der Beratungsstelle: Leiterin der Beratungsstelle:

Adrian Giele Susanne von Gönner

### SCHLESWIG-HOLSTEIN

Greveradenstraße 1, **23554 Lübeck** Alter Markt 7, **24103 Kiel**

Telefon (0451) 782 05 Telefon (0431) 56 26 06

sekretariat@efl-luebeck.de sekretariat@efl-kiel.de

Leiterin der Beratungsstelle: Leiterin der Beratungsstelle:

Regina Dorfmann Solvejg Groth

### MECKLENBURG

Strandstraße 92 Morgenlandstraße 8

#### **18055 Rostock** **17033 Neubrandenburg**

Telefon (0381) 490 40 85 Telefon (0395) 544 36 08

sekretariat@efl-rostock.de sekretariat@efl-neubrandenburg.de

Leiterin der Beratungsstelle: Leiterin der Beratungsstelle:

Sunna Hollmann Angela Meurer

Goethestraße 27, **19053 Schwerin**

Telefon (0385) 55 51 78 Telefon (03841) 21 01 40

sekretariat@efl-schwerin.de sekretariat@efl-wismar.de

Leiter der Beratungsstelle: Leiterin der Beratungsstelle:

Gerriet Stein Annett Schwarz

### INTERNETSEELSORGE

[www.internetseelsorge-hamburg.de](http://www.internetseelsorge-hamburg.de)

Leiterin: Isabel Morenza-Springer

Als Alternative zur Beratung in den Beratungsstellen vor Ort können Sie auch das eigenständige Online-Angebot der Ehe-, Familien- und Lebensberatung nutzen.

[www.ehe-familien-lebensberatung.info](http://www.ehe-familien-lebensberatung.info)

