

Weltanschaulich neutrale Beratung  
bei ZEBRA/BW



# INHALT

---

## Inhalt:

1. Vorstellung der Beratungsstelle ZEBRA/BW
2. Beratungsansatz
3. Fallbeispiele

Mein Kollege ist Reichsbürger. Er sagt die BRD existiere eigentlich gar nicht.

Meine Frau hat 60 000 Euro an einen Erfolgscoach bezahlt

Ich war in einer Sekte und bin ausgestiegen.

Meine Eltern glauben an Verschwörungstheorien

Ich bin in einer stark religiösen Gruppe aufgewachsen. Seit ich ausgetreten bin hab ich kaum Kontakt zu meinen Eltern



# 1. ZEBRA/BW: Wer sind wir?

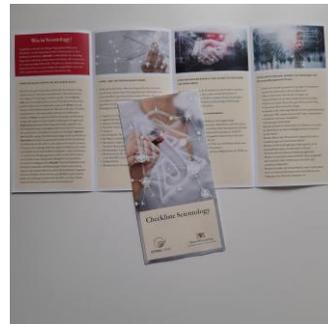
---

- Multidisziplinäres Team: Psychologen, Erziehungswissenschaftler, Arzt, Lehrerin
- Systemische Grundausbildung
- Flexible Stellenprozente



# Angebot

- Beratung innerhalb Baden-Württemberg
- Infomaterial & Checklisten
- Vorträge an Schulen und anderen Einrichtungen
- Publikationen



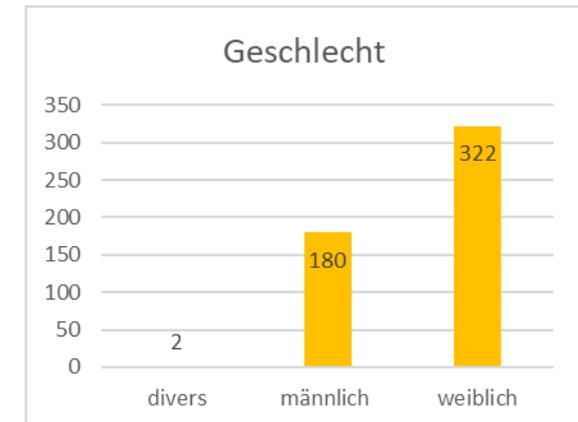
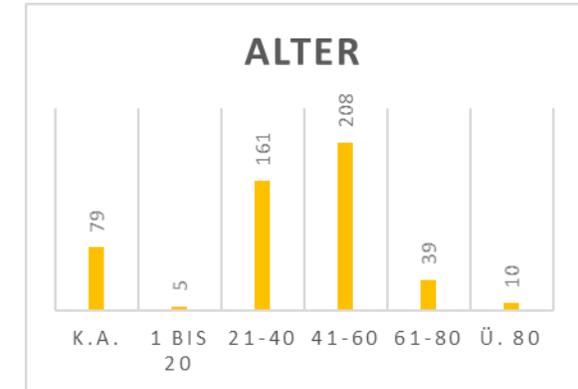
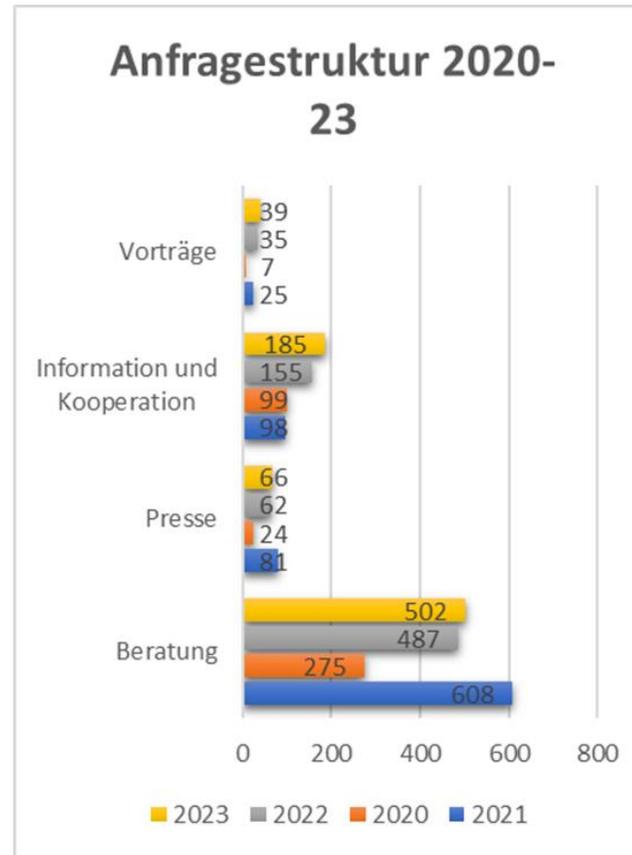
# Themen

---

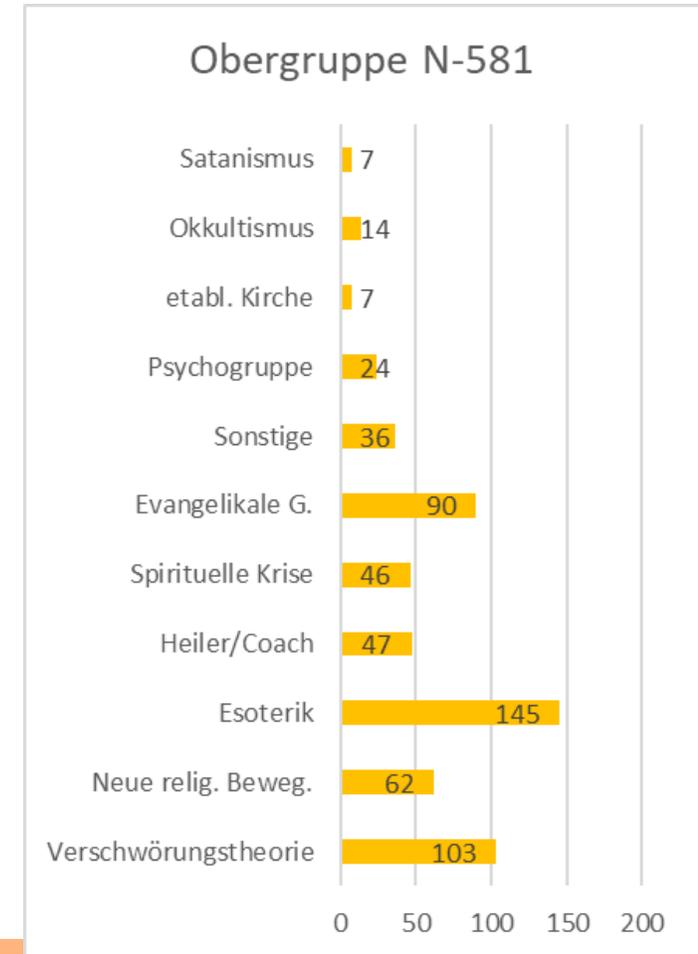
- Verschwörungstheorien
- Religiöse Gruppierungen, sog. Sekten
- Esoterik
- Spirituelle Krisen, Weltanschauungsfragen allg.
- Okkultismus



# Jahresbericht 2023...



# Entwicklung



# Leitbild

---

## ***Nicht alles ist schwarz-weiß***

- Weltanschaulich neutrale Beratung
- Religions- und Meinungsfreiheit
- Offene Grundhaltung gegenüber Angeboten des weltanschaulichen Marktes
- Hilfe zu mündigen Entscheidungen
- Entscheidungsfreiheit liegt immer bei der Person selbst

# Wer ruft an?

---

## 1. Primär Betroffene

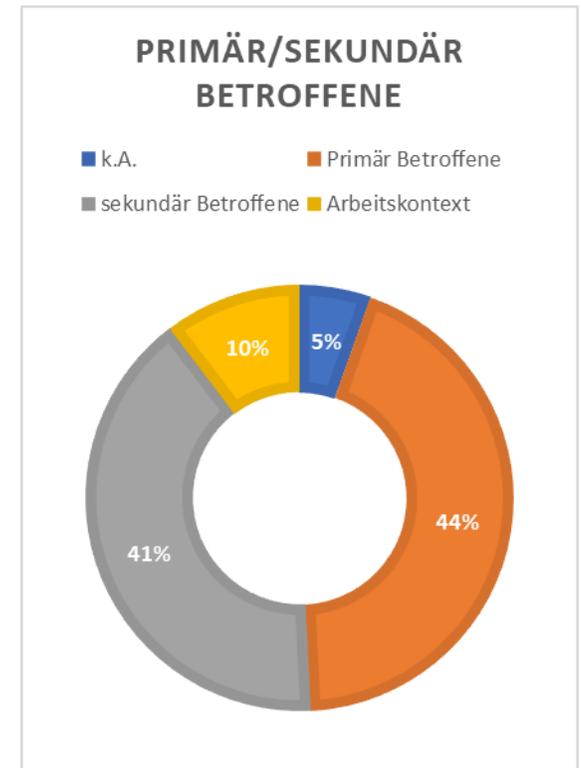
Partner, Aussteiger, „Einsteiger“, verunsicherte Verbraucher

## 2. Sekundär Betroffene

Eltern, Angehörige, Kinder, Freunde, Kollegen

## 3. Institutionen

Polizei, Jugendamt, Schulen, Behörden



# Fallbeispiel Aussteiger (primär Betroffene)

---

## Paula 27

„Ich wuchs in dieser Gruppe auf. Es war jahrelange Gehirnwäsche. Meine Eltern, meine Tanten und Großeltern, alle waren Teil der Gruppe. Irgendwann merkte ich, dass ich das nicht mehr glauben konnte, was dort erzählt wurde. Ich stellte Fragen und stelle infrage. Der Prozess bis zu meinem Ausstieg dauerte lange. Ich hatte keine Freunde draußen, stand vor dem totalen Nichts. Das kann man sich nicht vorstellen. Dazu kommt, dass ich mich immer wieder frage, ob meine Eltern und die Gruppe nicht doch recht hatten, ob es vielleicht doch eine Gott gibt, der mich strafen wird, ob ich ins Höllenfeuer gehe....Gerade wenn es mir nicht gut geht, neige ich dazu, dies als Strafe für mein Austritt zu interpretieren, oder wenn Dinge nicht so laufen. Ich bin immer noch auf der Suche nach Antworten. Gibt es einen Gott. Wenn ja, wie ist er. Ich kenne nur den bösen, strafenden Gott meiner Eltern...“

# Fallbeispiel Angehörige (sekundär Betroffene)

---

## **Martina 56**

„Meine Tochter geht neuerdings in so eine Gruppe. Ich weiß nicht was ich davon halten kann. Sie hat sich seither total verändert. Unser Kontakt war eigentlich meistens ganz gut. Aber seit sie dorthin geht, macht sie mir nur noch Vorwürfe und sagt, meine Erziehung sei an all ihren Problemen Schuld. Sie sagt, ich täte ihr energetisch nicht gut. Sie ruft kaum noch an. Es geht nur noch um sie, ihre Grenzen und ihre Bedürfnisse. Sicher lief nicht alles rund früher, aber ich hab sie immer geliebt. Ich glaube das Angebot ist unseriös, vielleicht steckt eine Sekte dahinter? Können Sie mir bei der Einordnung helfen? Und können sie mir sagen, wie ich mich verhalten soll?“

# Beratung von primär/sekundär Betroffenen

---

## PRIMÄR

**Zeitpunkt:** Meist erst nach dem Austritt oder in der Differenzierungsphase

**Kontaktabbruch** zum Umfeld

**Verantwortungsdelegation** an die Gruppe/Guru

Kontaktverlust/Umgang mit Irrtum und Fehlern

## SEKUNDÄR

**Zeitpunkt:** Mit Eintritt des Angehörigen

**Kontaktabbruch** oder Veränderung des Kontaktverhaltens

**Verantwortungsdelegation** an Gruppe/Guru

Kommunikationsverlust

# Typische Muster

---

## **Externalisierungsstrategien:**

- ❖ „Das Problem hat nichts mit mir, unserer Beziehung, unserer Familie zu tun, sondern schuld ist der Guru oder die Gruppe.“ (primär und sekundär)

## **Ohnmachtserfahrung:**

- ❖ „Ich kann nichts machen, die Gruppe ist übermächtig.“ (primär und sekundär)

## **Kontaktverlust**

- ❖ „Die Gruppe hat mir meine Tochter genommen.“
- ❖ „Alle meine Kontakte beschränkten sich auf Gleichgesinnte.“

# Beratungsziele

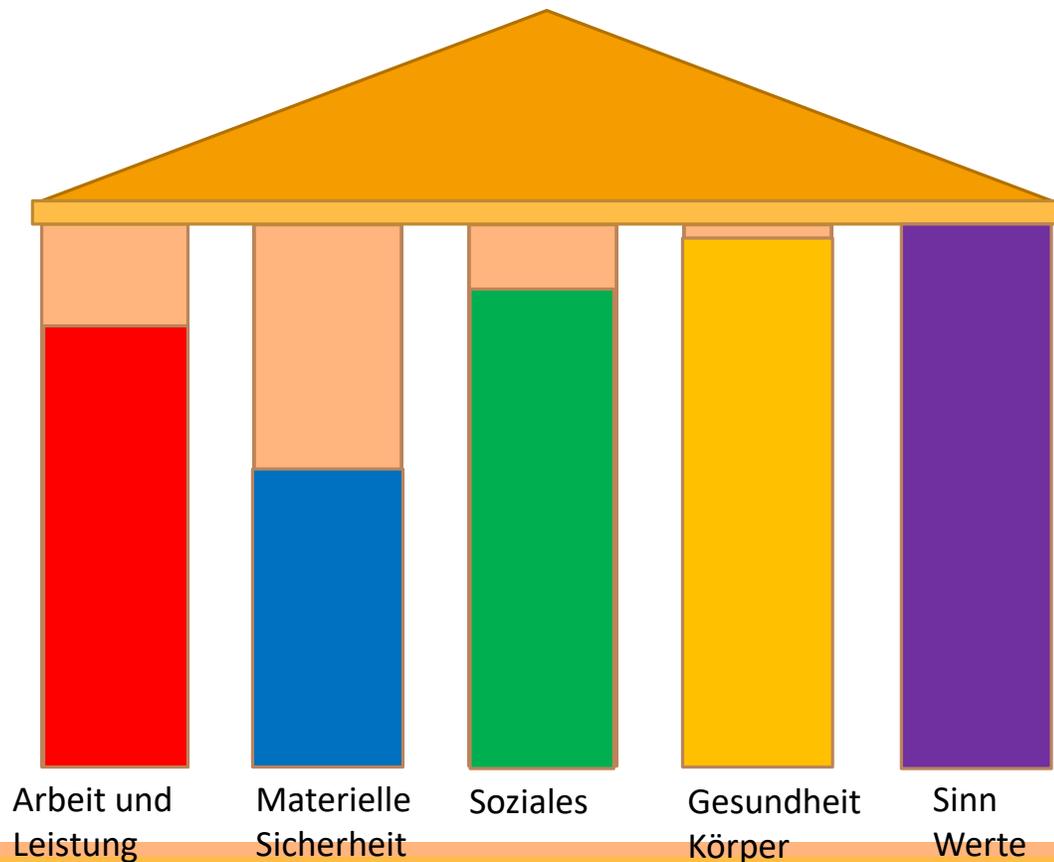
---



- ✓ Muster in der Kontaktgestaltung erkennen und später auch durchbrechen
- ✓ Selbstvertrauen neu lernen
- ✓ Eigenverantwortung übernehmen
- ✓ Integration der biographischen Erfahrung
- ✓ Umgang mit Trennungsschmerz
- ✓ Normalisierung von Zugehörigkeitsbedürfnissen
- ✓ Eigene Bedürfnisse und Bedürftigkeit kennenlernen

# Bedürfnisse kennenlernen (Säulen der Identität)

---



## Verstehen statt Verurteilen

Warum war die Gruppe attraktiv für mich?  
Was sucht mein Angehöriger/ich selbst dort?  
Welche unerfüllten Bedürfnisse hatte/habe ich?  
Wo stehe ich jetzt?

# Ursachenanalyse

---

1. Einzelfallabhängig
2. Stellvertreterkonflikte (Es war schon länger schwierig,...)
3. Starke emotionale Betroffenheit
4. Angst um den Anderen (Sie wird sich verschulden, manipuliert,..)
5. Verantwortungsübernahme (Ich muss mich um meine Eltern kümmern)
6. Bedrohung des eig. Weltbildes (Je näher uns Jemand ist, desto schwerer ist es, dessen abweichende Überzeugung auszuhalten)

# Besondere Herausforderung

---

- Oft Menschen, die Verantwortung delegieren
- Menschen die zu dependenten Strukturen neigen
- Normalisierung/Validierung der eig. Erfahrungen wichtig
- Menschen die auf der Suche nach einem „Führer“ bzw. Deutung sind
- Vom Regen in die Traufe

## **Rollenkonflikte des Beratenden/Therapeuten**

- Beratender wird zum „Führer“, wird auf Podest gestellt und stark in Entscheidungsprozesse eingebunden
- Permanente Reflexion der eig. Rolle im Beratungsprozess wichtig
- Sorgsamer Umgang mit Deutungsübernahme

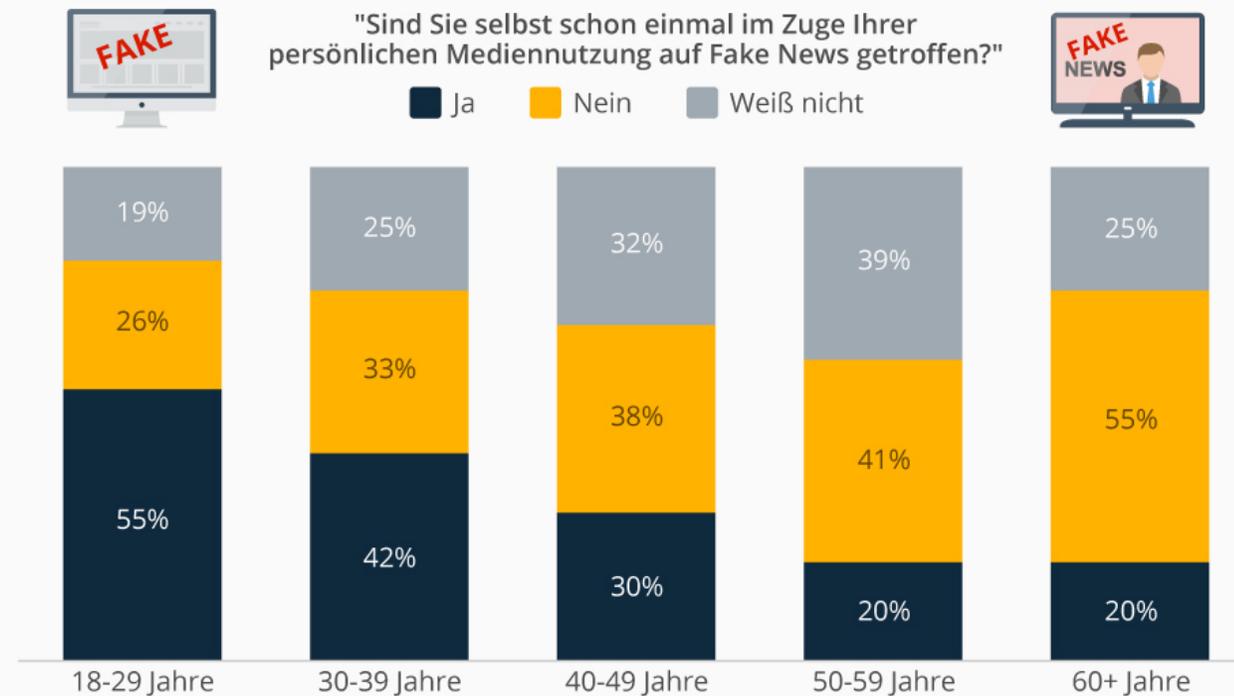
# Fall: Meine radikale Mutter

---

*Anne, 35 Jahre: »Ich habe drei kleine Kinder und eigentlich nicht viel Zeit, aber meine Mutter hält mich gerade echt auf Trab. Sie ist 71, eigentlich noch ganz rüstig, kerngesund, aber seit Corona ist sie abgedriftet. Sie teilt die abstrusesten Beiträge auf Facebook. Ja, Facebook hat sie vor vier Jahren für sich entdeckt und ich muss sagen, sie ist da völlig unkritisch. Sie hat kein Verständnis dafür, dass manche Quellen vertrauenswürdiger sind als andere. Sie hängt in diesen Verschwörungstheorien drin. Sie hat sich sogar ein T-Shirt bestellt, mit ›Kill Bill‹, da geht es um Gates. Das trägt sie, wenn sie zu den Hygienedemos geht. Sie geht voll auf Impfen ab und auf die Pharmaindustrie. Neuerdings hat sie auch QAnon für sich entdeckt. Ich bin schockiert und weiß nicht, was zu tun ist. Jedes Gespräch mit ihr endet im Streit. Sie ist wie eine Teflonpfanne, alle Argumente prallen an ihr ab. Mich macht das hilflos und verzweifelt und ich habe das Gefühl, ich kann sie doch damit nicht allein lassen. Ich kann sie doch nicht in ihr eigenes Verderben rennen lassen.«*

# Sind Rentner die „wahren Superspreader“?

## Wahrnehmung von Fake News hängt vom Alter ab



Sachebene



Zahlen, Daten, Fakten



Ängste, Erfahrungen, Bedürfnisse,  
Gefühle

Beziehungsebene



# Zusammengefasst

---

- Verurteile nicht
- Bleibe respektvoll
- Stelle Fragen
- Suche Gemeinsamkeiten
- Vereinbare Pausen vom Thema
- Reflektiere Deine eigene Haltung
- Halte, wenn möglich, Kontakt
- Formuliere Deine Grenzen





Je mehr wir sie hören, desto mehr werden Sie uns hören (M. Rosenberg)

---

[www.zebra-bw.de](http://www.zebra-bw.de)

0761 48898296

Mail: [info@zebra-bw.de](mailto:info@zebra-bw.de)