



ZENTRALE BERATUNGSSTELLE FÜR
WELTANSCHAUUNGSFRAGEN - ZEBRA/BW

JAHRESBERICHT 2024

WWW.ZEBRA-BW.DE

© ZEBRA/BW 2025

Gartenstr. 15
79098 Freiburg
0761 48898292

Umschlagbild: CANVA

Druck und Bindung: www.wirmachendruck.de

Februar 2025

www.zebra-bw.com

info@zebra-bw.de



ZEBRA-BW

2024 auf einen Blick

- 1285 Beratungen, davon 513 Erstkontakte.
- 8 Podcastfolgen.
- 2 Gesprächsgruppen.
- 1 Schreibwettbewerb mit ca. 140 Einsendungen und einem Buch.
- 1 neuer Flyer "TikTok".
- 50 Pressekontakte.
- 39 Vorträge und Workshops. Insgesamt erreichten wir dabei mehr als 1200 Personen.
- 199 Kooperationskontakte.
- 12 Expertinneninterviews mit Studierenden & Universitäten.
- 42 Netzwerktreffen online oder vor Ort.
- 2 Zeitschriftenartikel und 1 Publikation.

In diesem Jahr wurden wir deutlich häufiger von primär Betroffenen kontaktiert. Die Anfragen von Beratungen und Erstanfragen sind im Vergleich zum Vorjahr gestiegen.

Thematisch lässt sich eine Zunahme im Bereich Coaching feststellen. Spitzenreiter bildet mit 125 Anfragen der Bereich Esoterik (22%), gefolgt von 122 Anfragen zu Verschwörungstheorien (20%), 88 Anfragen zu evangelikalen Gruppierungen (15%) und dicht dahinter 78 Anfragen zum Bereich Coaching (14%). Neue religiöse Gruppierungen belegen mit 56 Anfragen den 5. Platz.

Die Zunahme der Anfragen im Bereich **Coaching** führen wir zum einen auf die Unterversorgung im psychosozialen Markt und zum anderen auf ein weiterhin bestehendes Bedürfnis nach Orientierung, Sinn und Führung zurück, was insbesondere in Krisenzeiten verstärkt auftritt.

Die Anfragen zu **Verschwörungstheorien** sind nicht, wie wir erwartet hätten, weiter zurückgegangen, sondern haben leicht zugenommen und belegen nun den 2. Platz. Dabei stellen wir fest, dass sich die Themen verschoben haben – es geht weniger um Theorien zu Gesundheit, sondern vermehrt um weltpolitische Themen.

Die weiterhin hohe Zahl an Anfragen zu **evangelikalen Gruppierungen** steht oft auch im Zusammenhang mit dem Aufwachsen in solchen Gemeinschaften. Die Anfragen in diesem Bereich sind sehr heterogen, was darauf hinweist, dass die betroffenen Personen unterschiedliche Perspektiven und Erfahrungen mitbringen. Es bleibt abzuwarten, wie sich die Anfragen in diesem Bereich im kommenden Jahr entwickeln werden.

Insgesamt beobachten wir weiterhin einen Trend zu spirituellem Coaching, Heilmethoden und esoterischen Angeboten.

INHALT

1. Jahresrückblick nach Monaten4	3.3 Kooperations- und Informationskontakte 29
Januar4	ExpertInneninterviews im Bildungssektor 31
Februar4	Netzwerktreffen 32
März5	Mitgliedschaft bei Netzwerken 33
April5	Fachforum Beratung Freiburg 33
Mai5	Bundesweites Netzwerk für
Juni6	Verschwörungstheorien..... 33
Juli6	Landesnetzwerk für Menschenrechte
August7	und Demokratieentwicklung 34
September7	FECRIS 34
Oktober7	Fachbeirat KOnex..... 34
November8	Bundesarbeitsgemeinschaft
Dezember8	weltanschauungsfragen..... 34
2. Teamentwicklung und Weiterbildungen .9	Bund-Länder-GEsprächskreis 34
Teamentwicklung9	BAG ReLEX..... 34
Teamtagung im Sommer.....9	3.4 Pressekontakte 35
Fachtagungen/Weiterbildungen.....9	Pressespiegel 37
3. Auswertung unseres	3.5 Vorträge 39
Beratungsaufkommens 11	3.6 Zusammenfassung..... 41
3.1 Gesamtzahlen und Anfragenstruktur	4. Weitere Arbeitsfelder und Projekte 43
2024 11	4.1 Zeitschriftenartikel und Bücher 43
3.2 KlientInnenanfragen 13	4.2 Gesprächsgruppe für Angehörige
Fälle aus den Vorjahren 13	radikalisierten Menschen 44
Häufigkeit der Kontakte 14	4.3 Projekt Podcast 45
Erstkontakt durch..... 15	4.4 Forschungsprojekt mit der uni köln... 48
Angaben zum Ort 15	4.5 Schreibwettbewerb 49
Soziodemographische Daten 16	4.6 Flyer TikTok..... 52
Aufmerksam geworden auf uns durch.. 18	5. Fach- und Blogartikel 53
Grund Anfrage..... 18	Fake News auf TikTok..... 53
Themenschwerpunkte 19	Reichsbürger 55
Esoterik..... 22	Risiken und Nebenwirkungen von
Verschwörungstheorien 18% 23	Psychotherapie 59
Psychogruppen 24	Meditation: Wirkungen und
Evangelikale Gruppierungen..... 24	Nebenwirkungen 63
Neue Religiöse BEwegungen 25	6. Ausblick..... 66
Spirituelle Krisen 26	
Satanismus/Okkultismus 27	
Etablierte Kirchen 28	

1. JAHRESRÜCKBLICK NACH MONATEN

Alljährlich beschreiben wir hier, was in den einzelnen Monaten an besonderen Aktionen, Auffälligkeiten, Entwicklungen u. a. zu verzeichnen ist. Denn eine rein statistische Auswertung unserer Beratungszahlen kann diese temporären Besonderheiten kaum abbilden, die oft auch in Zusammenhang mit politischen und gesellschaftlichen Entwicklungen stehen.

JANUAR

Im Januar haben wir uns, wie in den Vorjahren, mit großem Einsatz daran gemacht, unseren Jahresbericht zeitnah abzuschließen. Die zügige Auswertung ist uns besonders wichtig, da wir aus Erfahrung wissen, dass das Beratungsaufkommen in den Wintermonaten sehr hoch ist und wichtige Aspekte andernfalls leicht untergehen könnten. Zudem steht in jedem Jahr die Überarbeitung unseres Dokumentationssystems an. Dabei stellen wir uns die Fragen, ob die erhobenen Kategorien noch zeitgemäß sind oder ob es sinnvoll wäre, neue Kategorien einzuführen oder bestehende zu reduzieren. Um eine transparente Struktur zu gewährleisten, bereiten wir den Jahresbericht zwischen den Jahren vor und arbeiten unser Dokumentationssystem entsprechend um, sodass wir zu Beginn des neuen Jahres mit einer optimalen Dokumentation starten können.

Gegen Ende des Jahres erreichte uns die erfreuliche Nachricht, dass das Projekt „Gesprächsgruppe für Angehörige radikalisierten Menschen“ durch „Demokratie leben!“ finanziert wird. Im Januar haben wir die Gelegenheit genutzt, um Werbung für die Gruppe zu machen und ein umfassendes Gruppenkonzept zu entwickeln. Die gesamte Zeit für dieses Projekt wird durch die Mittel von „Demokratie leben!“ finanziert, was uns sehr freut. Wir haben dazu einen Flyer entworfen, Werbung gemacht und das Konzept erstellt (siehe Punkt 4.2).

Darüber hinaus haben wir einen Pressespiegel zum Vorjahr erstellt, den wir auf unserer Homepage veröffentlicht haben. Auch in der Vortragsarbeit waren wir im Januar aktiv: So hielten wir in einer Lokalgruppe von Coexisters einen Workshop zum Umgang mit schwierigen

Meinungen, gaben einen Vortrag an der Waldhof Akademie in Freiburg und informierten die Jugendamt Böblingen. Außerdem waren wir, wie bereits im Vorjahr, wieder zu Gast an der Polizeischule in Stuttgart, um über das Thema Verschwörungstheorien zu referieren.

Anfang des Jahres erreichten uns zudem zahlreiche Anfragen von Klientinnen und Klienten. Wir verzeichneten mit mehr als 70 Erstanfragen allein im Januar einen Rekordstand.

Mit viel ehrenamtlichem Engagement arbeiten wir zudem an einem Schulheft für den „Verlag an der Ruhr“.

FEBRUAR

Anfang Februar hatten wir die Gelegenheit, beim Bundesnetzwerktreffen zu Verschwörungstheorien einen kurzen Input zum Thema „Radikalisierte SeniorInnen“ zu geben. Dieses wichtige Thema liegt uns nach wie vor sehr am Herzen, da wir einen erheblichen Beratungsbedarf festgestellt haben, der sich mit den Erfahrungen anderer Beratungsstellen deckt. Unser Ziel ist es, das Bewusstsein für diese Thematik weiter zu schärfen und aufzuklären.

In diesem Zusammenhang haben wir auch einige Öffentlichkeitsarbeit geleistet, insbesondere im Hinblick auf unseren Jahresbericht. Südbaden TV besuchte unsere Beratungsstelle und drehte einen Beitrag über unsere Arbeit und die Ergebnisse des Berichts. Auch die Badische Zeitung berichtete über uns, was uns sehr freut. Darüber hinaus erreichten uns Anfragen von weiteren Zeitungen, die ebenfalls an unserer Arbeit interessiert sind (siehe Öffentlichkeitsarbeit). Zudem produzierten wir einen Beitrag zu Verschwörungstheorien für das SWR-Format „Brust raus“. Das mediale Interesse an unserer Arbeit ist eine erfreuliche Bestätigung für unser Engagement.

Des Weiteren nahmen wir am ersten Fachbeiratstreffen bei KONEX in Stuttgart teil. Außerdem besuchten wir die Württembergische Landesbühne in Esslingen, um die Mitwirkenden des Stücks „ALLE BEWEISE DER WELT“ (Klassen 6 - 8) im Umgang mit Verschwörungstheorien zu schulen.

Der Austausch mit dem Netzwerk „Freiburger Beratungsstellen“ sowie die ersten Vorgespräche und Vorbereitungen für unsere Gesprächsgruppe fanden ebenfalls statt. Zudem hatten wir weitere Netzwerktreffen mit dem Bundesnetzwerk zu Verschwörungstheorien und der Bundesarbeitsgemeinschaft Weltanschauungsberatung.

Bis Ende Februar konnten wir bereits weit mehr als 100 Erstberatungsgespräche führen, was einen neuen Höchstwert für ZEBRA darstellt. Wir sind uns nicht ganz im Klaren, wie diese außergewöhnliche Häufung zustande kommt, und stehen vor der Herausforderung, unsere personellen Kapazitäten so zu bündeln, dass wir unseren Ratsuchenden zeitnah und niederschwellig ein Beratungsangebot machen können.

Darüber hinaus erreichten uns bereits im Februar zahlreiche Vortragsanfragen, sodass wir uns auch hier die Frage stellen müssen, wie wir die Vielzahl an Anfragen zeitlich bewältigen können und welche weiteren Vorträge wir für 2024 annehmen können.

MÄRZ

Im März startete unsere Gruppe für Angehörige radikalierter Menschen, die wir dank der Förderung durch „Demokratie leben!“ ins Leben rufen konnten. Diese Gruppe traf sich an fünf Terminen und sechs Personen nahmen aktiv daran teil. Die Erfahrungen, die wir in der Gruppenarbeit sammeln konnten, waren für uns äußerst bereichernd.

Der März war außerdem geprägt von zahlreichen Fortbildungen und Vorträgen, die wir hielten. So wurden wir zur Dienstleiterbesprechung in Bad Waldsee eingeladen und gaben im Rahmen der Leipziger Buchmesse gleich zwei Vorträge. Zudem führten wir eine Fortbildung beim Deutschen Philologenverband durch und besuchten eine Frauengruppe in Offenburg.

In diesem Monat fanden auch mehrere Interviews mit ZEBRA statt. Besonders gefreut haben wir uns über das Interesse von ZDF Magazin Royale sowie über einen sehr positiven Artikel in der Stuttgarter Zeitung (siehe dazu Öffentlichkeitsarbeit). Darüber hinaus arbeiteten wir

intensiv an einem Schulheft zu Verschwörungstheorien.

Das Beratungsfeld bleibt weiterhin sehr vielfältig, und wir erhalten Anfragen zu unterschiedlichsten Gruppen und Phänomenen. Die medialen Anfragen decken ein breites Themenspektrum ab, was möglicherweise die große Vielfalt an Anfragen erklärt, die bei uns eingehen.

APRIL

Die Ostertage scheinen im Vergleich zu den Weihnachtstagen weniger konfliktträchtig zu sein. Dennoch erreichten uns auch über die Osterzeit einige Anfragen, die jedoch weniger durch familiäre Konflikte geprägt waren. Eine besonders spannende Erfahrung konnten wir im Rahmen einer Mitarbeiterschulung einer Einrichtung zum Thema „Grenzen religiöser Erziehung“ sammeln. Hier boten wir ein Hybridformat aus Vortrag und Mitarbeiterberatung an, das sich als interessante Möglichkeit für Intervention, Prävention und Weiterbildung erwies.

Im Laufe des Monats waren wir zudem sehr aktiv und hatten die Gelegenheit, an verschiedenen Veranstaltungen teilzunehmen. So besuchten wir ein Netzwerktreffen in Halle an der Saale des Bundesnetzwerks zu Verschwörungstheorien und hielten in Schriesheim einen Vortrag für die Grüne Liste zum Umgang mit Verschwörungstheorien. Darüber hinaus waren wir im Kellertheater in Rastatt zu Gast, wo wir einen Workshop über Verschwörungstheorien für Jugendliche durchführten. Ein weiteres Highlight war unser Besuch in Bregenz, wo wir an einem Netzwerktreffen zur Beratung im Themenfeld Weltanschauungsfragen im deutschsprachigen Raum teilnahmen.

Insgesamt hatten wir mehrere Presseanfragen und Auftritte, die unser Anliegen und unsere Arbeit weiter ins öffentliche Bewusstsein rücken.

MAI

Im Mai wurde es in der Beratungsstelle lebhaft, als eine gesamte Schulklasse angehender Jugend- und Heimerzieher uns in der

Gartenstraße besuchte. Zudem erschien auch ein Artikel von Sarah Pohl über Christfluencer bei der *BAG religiöser Extremismus* in Berlin.

Besonders gefreut haben wir uns über ein Interview zu Verschwörungstheorien, das in der Sendung „Brust Raus“ veröffentlicht wurde. In diesem Interview werden wichtige Hintergründe zum Umgang mit Verschwörungstheorien auf anschauliche Weise für Jugendliche erklärt.

Ende Mai lief zudem unser Schreibwettbewerb aus, an dem wir insgesamt etwa 140 Zuschriften aus ganz Deutschland, Österreich und der Schweiz erhielten. Wir sind begeistert über diese große Resonanz und haben mit viel Freude die kreativen und lösungsorientierten Kurzgeschichten gelesen.

Das Beratungsaufkommen stieg im Mai stark an, und wir hatten auch vermehrt Paare, die sich an uns wandten. Thematisch decken die Anfragen weiterhin ein breites Spektrum ab. Es zeichnet sich kein klarer „Spitzenreiter“ ab; vielmehr beschäftigen wir uns nach wie vor mit Coaching, dem Esoterikmarkt, selbsternannten Wunderheilern und sogenannten „Wohnzimmersekten“.

Außerdem nahmen wir an der 40-Jahr-Feier von Sekteninfo NRW teil, bei der Sarah Pohl eine kurze Rede hielt. Darüber hinaus waren wir erfreut, am Netzwerktreffen in Bregenz teilzunehmen.

JUNI

Im Juni nahmen wir an einer äußerst spannenden Tagung zum Thema „Toxische Psychotherapie“ teil, bei der wir zwei Fallvignetten präsentierte. Diese Erfahrungen bestätigen unsere Beobachtung einer signifikanten Zunahme an Anfragen zu diesen sensiblen Themen. Aus diesem Grund arbeiten wir derzeit an einem informativen Flyer sowie einem ausführlichen Blogbeitrag, um Ratsuchenden hilfreiche Informationen und Unterstützung anzubieten.

Darüber hinaus waren wir bei einer Dienstleistungsbesprechung in Stuttgart anwesend, die uns die Möglichkeit bot, aktuelle Entwicklungen zu präsentieren. In dieser Zeit war unser Team

stark ausgelastet, da wir zahlreiche Anfragen und Beratungen vor Ort bearbeiteten, darunter auch einige sehr akute Fälle. Um auf die Herausforderungen im Bereich schädlicher Psychotherapien einzugehen, erstellten wir einen Flyer, der es uns ermöglichen soll, relevante Informationen zusammenzustellen und entsprechendes Infomaterial für Ratsuchende zu entwickeln.

Neben diesen wichtigen Aktivitäten trafen wir uns auch, um neue Podcastfolgen aufzunehmen, in denen wir aktuelle Themen und Herausforderungen diskutierten. Außerdem arbeiten wir in Kooperation mit dem Ministerium an einem Flyer, der sich an junge Menschen richtet und ihnen helfen soll, schädliche Angebote auf Plattformen wie TikTok besser zu erkennen und zu vermeiden. Dieses Projekt ist ein wichtiger Schritt, um junge Menschen über potenzielle Gefahren aufzuklären und sie in ihrer Medienkompetenz zu stärken.

JULI

Im Juli fand unser jährlicher Teamtage statt, bei dem wir in diesem Jahr eine kreative Tonwerkstatt besuchten. Bei einem gemeinsamen Mittagessen tauschten wir uns über die Entwicklungen und Prozesse des vergangenen Jahres aus. Zudem nahmen wir am Netzwerktreffen des Netzwerks für Demokratiebildung in Stuttgart teil und hielten einen Vortrag an der Universität Stuttgart. Des Weiteren engagierten wir uns an einer Schule in Freiburg, wo wir bei den Projekttagen zum Thema Verschwörungstheorien mitwirkten. Im Rahmen der Jahresfachtagung 2024 der Initiative zur Hilfe gegen seelische Abhängigkeit und religiösen Extremismus sowie der Bayerischen Arbeitsgemeinschaft Demokratischer Kreise e.V. hielten wir zwei Vorträge. Diese Veranstaltungen boten uns auch wertvolle Gelegenheiten, unsere Netzwerkarbeit zu intensivieren.

Besonders erfreulich war der Abschluss der Rohversion unseres Schulhefts, das wir in Zusammenarbeit mit dem Verlag an der Ruhr erstellt haben. Es steht nun für das Lektorat bereit. Gleichzeitig arbeiten wir eng mit Frau Liebbrand von der Sekteninfo NRW an einer weiteren Veröffentlichung. Durch unsere

umfassende Aufklärungsliteratur erhoffen wir uns, dass die Themen Sekten, Psychogruppen und Esoterik sowie die damit verbundenen Schwierigkeiten und Probleme stärker ins öffentliche Bewusstsein rücken.

AUGUST

Im August nutzten wir die Zeit, um unsere begonnenen Projekte weiter voranzutreiben. Wir nahmen mehrere Podcastfolgen auf und führten zahlreiche Beratungsgespräche. Aufgrund der Sommerferien in Baden-Württemberg fanden im August keine weiteren Bildungsveranstaltungen statt, was uns die Gelegenheit gab, uns intensiver mit konzeptionellen und inhaltlichen Arbeiten zu beschäftigen.

Besonders freuen wir uns darüber, dass der Flyer zu TikTok erfolgreich fertiggestellt werden konnte. Darüber hinaus entwarfen wir ein kleines Büchlein mit dem Titel „Triumphe der Toleranz“, in dem die inspirierenden Gewinnergeschichten unserer letzten Ausschreibung gesammelt wurden. Dieses Projekt liegt uns besonders am Herzen, da es das Engagement und die Kreativität der Teilnehmenden würdigt und gleichzeitig ein Zeichen für Toleranz und Offenheit setzt.

SEPTEMBER

Im September kam es in Freiburg zu einem Skandal, als eine TikTokerin behauptete, in einem örtlichen Kindergarten würden Kinder systematisch sexuell missbraucht. Diese schwerwiegenden Anschuldigungen erregten große Aufmerksamkeit in der lokalen Presse, und auch ZEBRA wurde in die Berichterstattung involviert. Wir führten ein Interview mit der Badischen Zeitung, um unsere Sichtweise darzulegen und zur Aufklärung beizutragen. Passend dazu wurde unser TikTok-Flyer gedruckt, der sofort auf reges Interesse stieß. Wir sind froh, dass wir gemeinsam mit dem Ministerium einen wichtigen Beitrag zur Aufklärung leisten können.

Zusätzlich hielten wir einen Workshop für das gesamte Team der Jugendberatung in Freiburg zum Umgang mit Verschwörungstheorien ab.

Dies war eine wertvolle Gelegenheit für alle Beteiligten, sich über Strategien und Ansätze auszutauschen.

Wir freuten uns im September über die Unterstützung durch eine Praktikantin, die uns mit ihrer Expertise zu den Reichsbürgern bereicherte und mit uns einen informativen Podcast aufnahm. Zudem fand ein Treffen im Ministerium statt, bei dem wir unseren mündlichen Halbjahresbericht präsentierten.

Besonders erfreulich ist auch der Start des zweiten Durchlaufs unserer Gesprächsgruppe für Angehörige radikalisierter Menschen. Ein herzlicher Dank gilt hierbei dem Programm „Demokratie leben!“, das uns mit einem Zuschuss unterstützt und somit die Durchführung dieses wichtigen Projekts ermöglicht hat. Weitere Informationen dazu finden Sie weiter hinten im Bericht.

OKTOBER

Der Oktober war neben der intensiven Beratungsarbeit von zahlreichen Workshops und Vorträgen geprägt. Im Rahmen des Strategiepatenprogramms hielten wir einen Vortrag zum Umgang mit Verschwörungstheorien für die Polizei in Reutlingen. Außerdem besuchten wir das Stadtteil- und Jugendzentrum Weingarten in Freiburg, wo wir einen Workshop über Filterblasenkinder anboten. Ein besonderer Höhepunkt war der Fachtag zum Thema Filterblasenkinder in Zusammenarbeit mit dem FZKJ in Freiburg.

Ein weiterer wichtiger Vortrag fand am Regierungspräsidium Freiburg statt, wo wir über den Umgang mit Verschwörungstheorien informierten. Zudem waren wir zu Gast bei einer Podiumsdiskussion, die sich mit Weltanschauungsfragen in Beratung und Therapie beschäftigte. Beim Landratsamt in Freiburg hielten wir einen Vortrag zum Thema Kindeswohl in weltanschaulichen Gruppierungen.

Gegen Ende des Monats fand das halbjährliche Vernetzungstreffen des Bundesnetzwerkes Verschwörungstheorien in Essen statt. Diese Gelegenheit nutzten wir, um im Anschluss an das Treffen einen vertiefenden Austausch mit unseren Kollegen zu führen.

Im Oktober erhielten wir zudem zahlreiche weitere Vortragsanfragen, die wir aufgrund unserer Kapazitätsgrenzen jedoch nicht zeitnah bedienen konnten.

Ein besonderes Highlight war die Preisverleihung unseres Schreibwettbewerbs „Triumpher der Toleranz“, zu der wir knapp 50 Gäste in Freiburg begrüßen durften. Dazu mehr weiter hinten.

NOVEMBER

Im November nahmen wir an einem Netzwerktreffen der Freiburger Beratungsstellen teil. Zudem hielten wir bei Wildwasser ein kurzes Seminar, in dem wir unsere Beratungsstelle und unsere Ansätze vorstellten und das Thema Sexualität im Kontext von Weltanschauungsfragen beleuchteten. Bei der Bewährungshilfe führten wir einen Onlinevortrag durch und nahmen am Treffen des Forschungsprojekts Raison in Köln teil.

Der November war außerdem von einer Vielzahl neuer Anfragen geprägt, die sich insbesondere auf die Bereiche Esoterik und Coaching bezogen.

Besonders freuen wir uns, dass unsere Buchprojekte im November jeweils aus dem Lektorat zu uns zurückkamen. Anfang des kommenden Jahres werden diese erscheinen.

DEZEMBER

Wie bereits in den Vorjahren war auch in diesem Dezember viel los in unserer Beratungsstelle. Zahlreiche Anfragen von Ratsuchenden, die von innerfamiliären Konflikten berichteten, erreichten uns. Es scheint, dass Themen wie Einsamkeit und familiäre Zerwürfnisse in der Zeit rund um die Feiertage besonders intensiv und brisant werden. Diese Herausforderungen führen oft dazu, dass Menschen in Krisensituationen vermehrt Hilfe suchen.

Gleichzeitig waren wir mit den Vorbereitungen für den Jahresabschluss beschäftigt. Wir arbeiteten offene Anfragen ab, brachten unsere laufenden Projekte zu einem erfolgreichen Abschluss und planten gemeinsam die Stundenaufteilung für das kommende Jahr.

In diesem Zusammenhang reflektierten wir auch unsere bisherigen Erfahrungen und die Entwicklungen im Beratungsfeld. Unsere Gespräche über die geplanten Schwerpunkte für 2025 umfassten nicht nur die Fortführung bestehender Projekte, sondern auch die Idee, neue Themen aufzugreifen, die im Laufe des Jahres an Bedeutung gewonnen hatten. Wir möchten sicherstellen, dass wir den wachsenden Bedürfnissen unserer Ratsuchenden gerecht werden und unsere Angebote kontinuierlich weiterentwickeln.

Der Dezember bot uns somit nicht nur die Gelegenheit, das Jahr Revue passieren zu lassen, sondern auch die Weichen für die kommenden Monate zu stellen.

2. TEAMENTWICKLUNG UND WEITERBILDUNGEN

Im Folgenden stellen wir vor, wie sich unser Team im Lauf des vierten Jahres entwickelt hat. Außerdem zeigen wir hier, an welchen Weiterbildungen wir teamintern teilgenommen haben und berichten von unserer Teamtagung.

TEAMENTWICKLUNG

Wir stellen es unseren MitarbeiterInnen frei, ob sie Name und Bild im Internet und in Berichten veröffentlichen wollen, da wir in einem sensiblen Themenfeld beraten, in welchem der Schutz der eigenen Person ein wichtiges Anliegen sein kann. Mittlerweile haben sich einige MitarbeiterInnen dazu entschieden, auf der Homepage nur noch mit Initialen erwähnt zu werden bzw. unter Nutzung eines Pseudonyms zu arbeiten.

Unser Team

Weiterhin unterstützte uns **Dr. Olaf Laskowski** als freiberuflicher Mitarbeiter nach Bedarf. Er leitete außerdem unsere Angehörigengruppe, welche von „Demokratie leben!“ finanziert wird.

In diesem Jahr war auch **L. Simon** als freiberufliche Mitarbeiterin Teil unseres Teams und engagierte sich ebenfalls in der Angehörigengruppe.

Daneben besteht unser Kernteam von festangestellten Mitarbeiterinnen immer noch aus **Dr. Sarah Pohl, Luisa Heizmann, Caja Gröber und Corinna Ullmann**.

Es finden derzeit monatliche Teamsitzungen statt, in welchen wir gemeinsame Themen besprechen, Fallinterviews durchführen und uns gegenseitig auf den neusten Stand zu angefragten Gruppierungen, Phänomenen und anderen für unseren Themenbereich relevante Entwicklungen bringen. Im vergangenen Jahr waren es mehr Teamsitzungen, aber hier hat sich ein geringerer Bedarf ergeben. Regelmäßig werden in diesem Rahmen auch Neuerscheinungen vorgestellt, auf Weiterbildungen und Vorträge verwiesen und wir laden zu besonders wichtigen Themen auch immer wieder externe ReferentInnen ein.

Unsere Teamsupervision nehmen wir weiterhin bei Regine Kröner in Anspruch. Diese regelmäßige Supervision, welche meist außer Haus stattfindet, ist eine wichtige Maßnahme zur qualitätssichernden Beratung und internen Teambildung.

Alle Belange, welche Lohnbuchhaltung, Finanzbuchhaltung und Steuern betreffen, werden weiterhin von dem Steuerbüro unserer Wahl, Dr. Stilz, Behrens und Partner in Freiburg abgewickelt, was uns sehr entlastet und hilft, uns auf unsere inhaltliche Arbeit zu konzentrieren.

Die Betreuung unserer Homepage sowie die Wartung unserer Computer wird weiterhin von Severin Bienek übernommen.

Wir betreuten außerdem folgende PraktikantInnen:

- Schnupperpraktikantin Frau P. (Tagespraktikum)
- Praktikantin A. (Geschichte und Politikwissenschaft), 5 Wochen

TEAMTAGUNG IM SOMMER

Ende Juli fand unsere Teamtagung statt. Wir buchten einen gemeinsamen Kurs zur kreativen Teambildung mit Ton und gingen im Anschluss gemeinsam Mittagessen und besprachen unsere Projekte für das kommende Jahr. Außerdem evaluierten wir gezielt, welche Veränderungswünsche und neuen Bedarfe sich ergeben haben. Vor Weihnachten fand unsere mittlerweile traditionelle Weihnachtsfeier am 20.12.2024 statt, zu welcher wir auch ehemalige Teammitglieder einladen.

FACHTAGUNGEN/WEITERBILDUNGEN

An dieser Stelle listen wir Ihnen auf, welche teaminternen Fortbildungsveranstaltungen jeweils besucht wurden. Neben diesen Veranstaltungen, an denen wir Teilnehmende waren, konnten wir uns auch im Rahmen der zahlreichen Veranstaltungen, die wir zusätzlich auch als ReferentInnen besuchten, fortbilden. Diese finden Sie unter „Vorträge“.

- 01.02.2024, 11:00-12:00. WAS ESOTERIK MACHT. Vorstellung der Handreichung #2 und Diskussion. Online (Zoom).
- 18.09.2024, „Keine Angst vor Traumata im Beratungskontext“, Dr. Christian Virus. (Corinna Ullmann)
- 20.11.2024, Online-Workshop Sekteninfo NRW. Toxische Gemeinschaften: Geistlichen und emotionalen Missbrauch erkennen, verhindern und heilen. (Luisa Heizmann)

3. AUSWERTUNG UNSERES BERATUNGS- AUFKOMMENS

3.1 GESAMTZAHLN UND ANFRAGEN- STRUKTUR 2024

Wie in den Vorjahren unterschieden wir zwischen den folgenden Kategorien:

- **KlientInnenkontakte**
- **Kooperationskontakte**
- **Pressekontakte**
- **Vortragkontakte**

Im Jahresbericht haben wir auch in diesem Jahr die Kontakte in verschiedene Kategorien unterteilt, um die Vielseitigkeit und den Umfang unserer Arbeit besser abzubilden. Die einzelnen Kategorien sind wie folgt definiert:

KlientInnenkontakte

Diese Kategorie umfasst alle direkten Kontakte, die wir mit Ratsuchenden hatten. Dazu zählen sowohl Erstberatungen als auch Folgegespräche, in denen wir individuelle Unterstützung und Beratung anbieten. Die KlientInnenkontakte spiegeln nicht nur die Anzahl der Anfragen wider, sondern auch die thematische Vielfalt der Anliegen, die von den Ratsuchenden an uns herangetragen werden. Hierbei dokumentieren wir, welche spezifischen Themen wie Esoterik, religiöse Radikalisierung oder persönliche Konflikte behandelt wurden. Diese Auswertung ermöglicht uns, die Bedürfnisse unserer KlientInnen besser zu verstehen und unsere Beratungsangebote entsprechend anzupassen. **2024 verzeichneten wir insgesamt 513 Erstkontakte mit Ratsuchenden.** Diese werden wir später genauer aufschlüsseln und auch auf die Zahl der Folgekontakte eingehen.

Kooperationskontakte

In dieser Kategorie erfassen wir alle Kontakte, die im Rahmen unserer Netzwerkarbeit und Kooperationen mit anderen Organisationen, Institutionen und Fachstellen entstanden sind. Diese Kontakte sind essenziell für den Austausch von Informationen, die Entwicklung gemeinsamer Projekte und die gegenseitige Unterstützung in unseren jeweiligen Arbeitsfeldern. Dazu gehören beispielsweise Treffen mit anderen Beratungsstellen, Fachkonferenzen

und gemeinsame Veranstaltungen. Durch die Auswertung dieser Kontakte erhalten wir Einblick in die Stärke und Reichweite unseres Netzwerks, was uns dabei hilft, strategische Partnerschaften auszubauen. **2024 verzeichneten wir insgesamt 199 Kooperationskontakte.** Auch hier findet sich weiter hinten eine genauere Darstellung, v. a. der Kooperations-treffen.

Pressekontakte

Diese Kategorie dokumentiert unsere Interaktionen mit Medienvertretern und Journalisten. Pressekontakte sind wichtig, um über unsere Arbeit, Themen und Anliegen in der Öffentlichkeit zu informieren und eine breitere Sensibilisierung für relevante Themen zu schaffen. Hierzu zählen Interviews, Pressemitteilungen und Anfragen von Journalisten. Durch die Analyse dieser Kontakte können wir die mediale Präsenz unserer Arbeit besser einschätzen und identifizieren, in welchen Bereichen weiterer Informationsbedarf besteht. **Hier hatten wir Kontakt zu insgesamt 50 PresservertreterInnen.** Auch hier finden Sie eine genauere Darstellung unserer Pressearbeit mit Pressespiegel weiter hinten.

Vortragkontakte

In dieser Kategorie fassen wir alle Kontakte zusammen, die im Rahmen von Vorträgen, Workshops und Schulungen entstanden sind. Diese Kontakte beinhalten sowohl die Veranstaltungen, bei denen wir als Vortragende aufgetreten sind, als auch die Anfragen von Institutionen oder Organisationen, die an unseren Angeboten interessiert sind. Die Auswertung der Vortragkontakte ermöglicht uns, die Themen und Zielgruppen zu identifizieren, die besonders nachgefragt werden, und hilft uns, unser Fortbildungsangebot weiterzuentwickeln. **2024 hielten wir insgesamt 39 Vorträge.** Eine genaue Darstellung findet sich weiter hinten.

Durch die differenzierte Betrachtung dieser Kategorien können wir die Entwicklung unserer Arbeit nachvollziehen, Trends erkennen und gezielt auf die Bedürfnisse unserer KlientInnen und KooperationspartnerInnen eingehen.

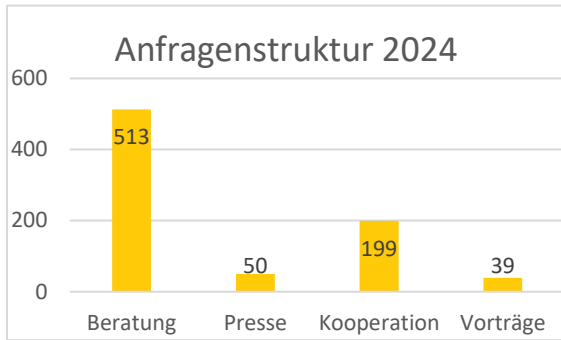


Abbildung 1 Anfragestruktur 2024 N-804

Vergleichen wir nun diese Zahlen mit den Vorjahren.

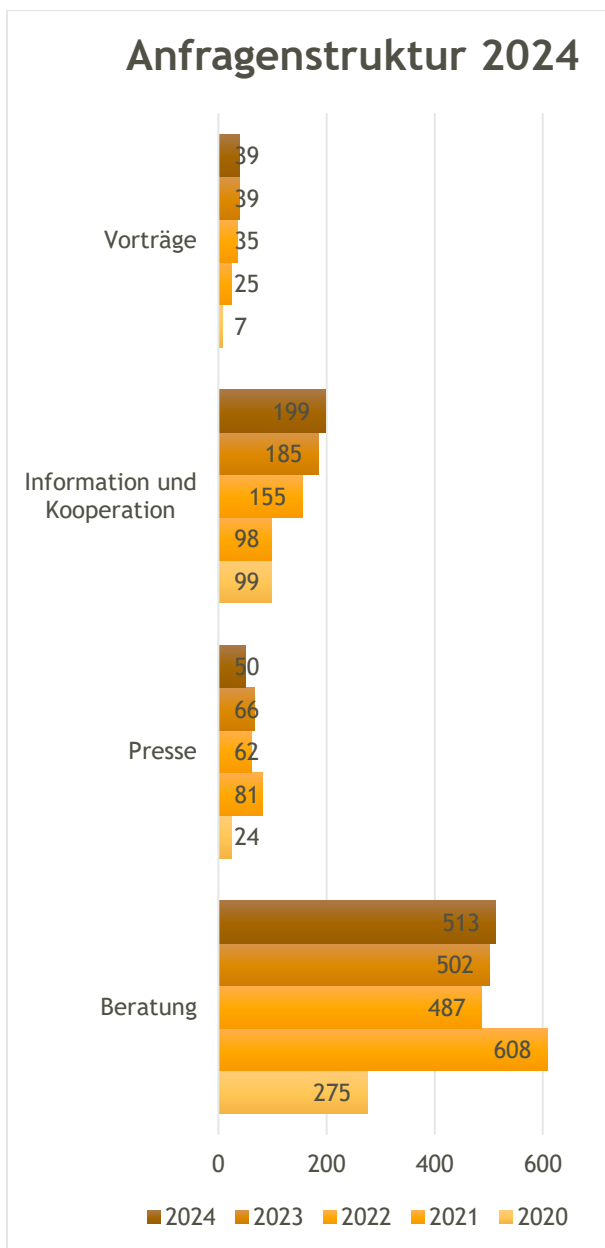


Abbildung 2 Anfragenentwicklung der letzten fünf Jahre

Wir stellen mit Blick auf die vergangenen fünf Jahre fest: In den vergangenen drei Jahren blieben die Vorträge, die wir hielten, ungefähr stabil. Für dieses Jahr verzeichneten wir deutlich mehr Anfragen, waren aber aufgrund personeller Kapazitäten nicht in der Lage, mehr Vorträge zu halten. Da mittlerweile die meisten Vorträge wieder analog stattfinden, sind diese mit einem deutlich größeren Zeitumfang verbunden. Dennoch schätzen wir die Möglichkeit, wieder analoge Fortbildungen anzubieten, da sich im direkten Kontakt oft methodisch intensiver arbeiten lässt. Die Kooperationskontakte nahmen in den vergangenen Jahren jeweils zu. Die Presseanfragen bewegen sich in einem ähnlichen Bereich im Vergleich zu den Vorjahren.

3.2 KLIENTINNENANFRAGEN

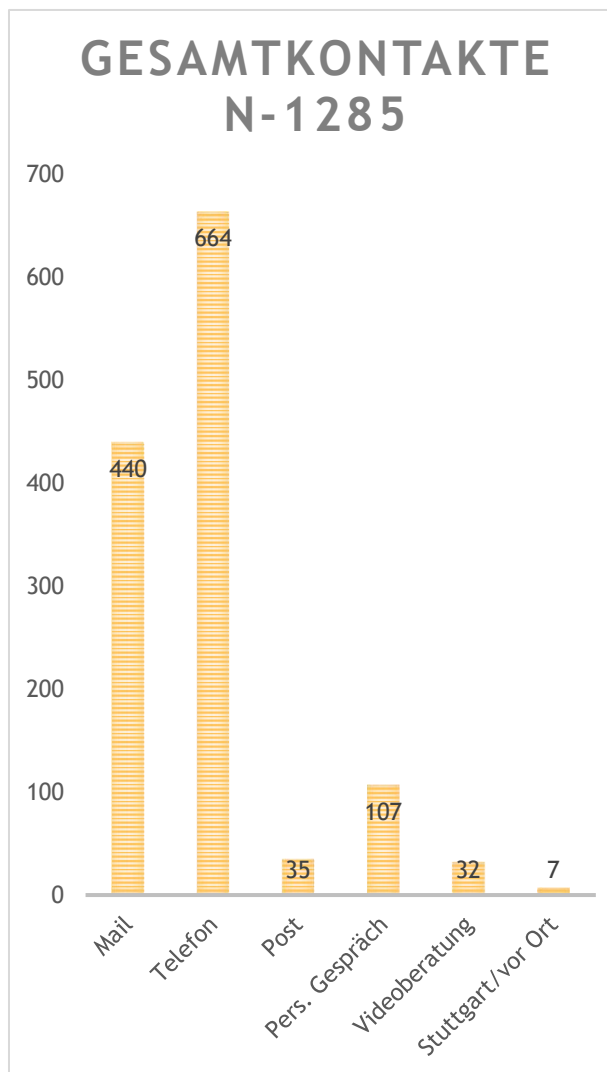


Abbildung 3 Gesamtkontakte und Unterteilung nach Art der Kontakte N-1285

Richten wir nun unseren Blick auf den zentralen Arbeitsschwerpunkte bei ZEBRA/BW: die Anfragen von KlientInnen. Auch im fünften Jahr stellen wir fest, dass die Anfragen, die uns erreichen, sehr vielfältig sind. Zunächst aber zur Entwicklung der Gesamtzahlen und Kontakte in diesem Bereich:

Im Jahr 2024 konnten wir insgesamt **513 Erstkontakte** verzeichnen, was etwas mehr sind als im Vorjahr, wo es 502 waren. Insgesamt bestehen verschiedene Möglichkeiten, mit uns Kontakt aufzunehmen und fortzuführen (per E-Mail, Telefon, persönlich bei ZEBRA, postalisch oder durch Hausbesuche). Insgesamt verzeichnen wir im Jahr 2024 **1285 Kontakte**. Die telefonische Beratung war dabei mit **664 Kontakten** die häufigste Form der Kommunikation,

gefolgt von der Kontaktaufnahme und -pflege per Mail mit **440 Kontakten**. Es gab zudem **107 persönliche Gesprächstermine in den Räumen von ZEBRA/BW**. Darüber hinaus führten wir **32 Videoberatungen durch** und hatten **35 postalische Kontakte**. Zudem berieten wir in 7 Fällen am Wohnort der KlientInnen bzw. in Stuttgart.

Besonders auffällig war, dass in Stuttgart weiterhin keine Beratungen vor Ort durchgeführt wurden. Wir beobachteten, dass KlientInnen es bevorzugen, entweder eine aufsuchende Beratung oder intensiviertere Termine in der Beratungsstelle zu vereinbaren, da dies zeitnah möglich ist. Die Beratung in Stuttgart ist im Rahmen der vorhandenen Kapazitäten mit einer Wartezeit von ein bis zwei Monaten und einem hohen logistischen Aufwand verbunden, der aufgrund der vielen Anfragen nur mit viel Vorausplanen realisierbar ist. Die Mehrheit der KlientInnen zieht es vor, ihre Anliegen sofort am Telefon zu klären, oder einen Termin per Videoberatung oder in Freiburg zu vereinbaren.

Das Format der Intensivberatungen bleibt hingegen nach wie vor ein Erfolg. Hier erhalten KlientInnen, die weiter anreisen müssen, die Möglichkeit, an einem Tag drei Stunden Beratung in Anspruch zu nehmen. Diese intensive Beratung ermöglicht eine vertiefte Auseinandersetzung mit den Anliegen und stellt für viele KlientInnen eine wertvolle Erstintervention dar. Zudem stellen wir fest, dass es für viele Menschen eine positive Erfahrung ist, sich einen Vormittag „frei“ zu nehmen, um sich den entsprechenden Problemen zu widmen.

Bei unseren Gesamtkontakten erheben wir nicht solche Kontakte, die lediglich einer Terminabsprache dienen.

FÄLLE AUS DEN VORJAHREN

2024 kontaktierten uns 47 Menschen, die bereits in den Vorjahren mit uns Kontakt hatten. Die verbleibenden 466 KlientInnen nahmen zum ersten Mal Kontakt zu uns auf.

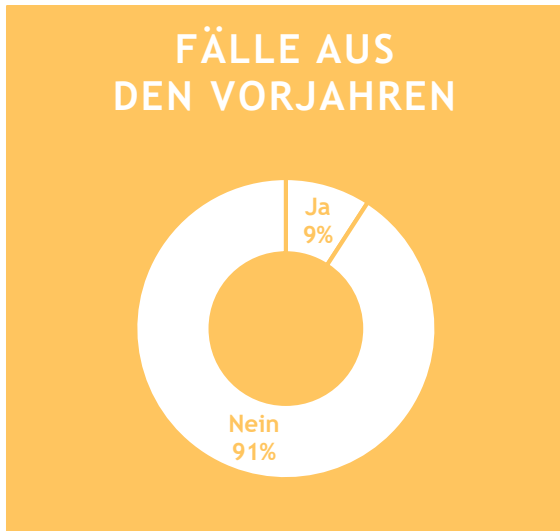


Abbildung 4 Vorjahresfälle vs. Erstkontakte 2024 N-513

HÄUFIGKEIT DER KONTAKTE

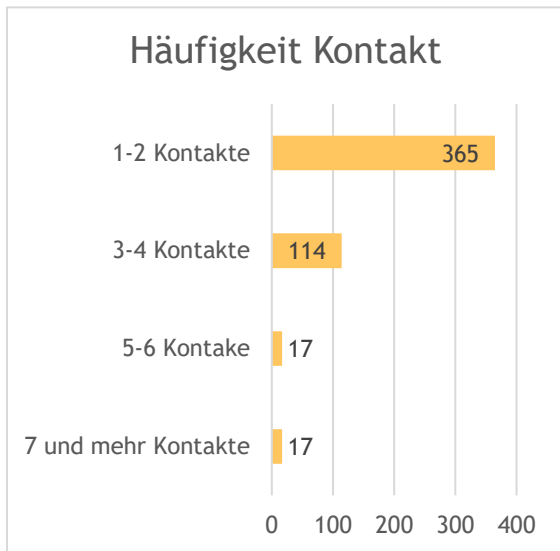


Abbildung 5 N- 513 Häufigkeit der Kontakte

Die vorliegende Tabelle zeigt uns, dass die meisten Menschen nur ein- oder zweimal mit uns in Kontakt treten, genauer gesagt **365** der insgesamt 513 Erstkontakte. Dies ist für uns von großer Bedeutung, da es unserem Ansatz entspricht, keine Therapien zu verhindern. Wir wissen, dass unsere Beratungsressourcen begrenzt sind und wir bereits an den Grenzen unserer Kapazitäten arbeiten. Deshalb sehen wir es als besonders wichtig an, dass viele KlientInnen ihre Anliegen im Rahmen unseres Angebotes mit uns besprechen und anschließend ggf. in therapeutische Hilfsangebote übergehen können.

Dennoch zeigt die Tabelle auch, dass es **114** Personen gibt, die **3 bis 4 Gespräche** mit uns geführt haben, und dass wir mit weiteren **17** Menschen **zwischen 5 und 6 Mal** im Austausch standen. Weitere 17 Menschen waren noch häufiger mit uns in Kontakt. In diesen Fällen nehmen wir uns besonders viel Zeit und begleiten diese KlientInnen teils sehr intensiv. Bei solchen häufigeren Beratungen stellen sich uns wichtige Fragen: Sind diese Menschen weiterhin gut in einem rein beratenden Kontext aufgehoben oder gibt es Anzeichen, dass eine therapeutische Unterstützung besser für ihre Situation geeignet wäre? Dies zu klären, ist entscheidend, um den KlientInnen den bestmöglichen Support zu bieten.

In Fällen, in denen wir mehr als 5 bis 6 Beratungen anbieten, gehen wir in der Regel einen Schritt weiter und supervidieren den Fall. Supervision bedeutet, dass wir den Beratungsprozess regelmäßig überprüfen und kritisch hinterfragen. Auf diese Weise stellen wir sicher, dass wir die richtigen Entscheidungen treffen, wenn es darum geht, ob weitere Beratungsgespräche zielführend sind. Es ist uns wichtig, die Menschen nicht unnötig in einem Beratungskontext zu halten, wenn dies ihre Bedürfnisse langfristig nicht erfüllt. Gleichzeitig möchten wir auch sicherstellen, dass niemand in einer Schleife von immer wiederkehrenden Beratungsgesprächen verbleibt, wenn sie von einer professionellen Therapie mehr profitieren könnten.

Diese sorgfältige Abwägung ist nicht nur aus fachlicher Sicht wichtig, sondern auch im Hinblick auf die Verantwortung, die wir gegenüber den KlientInnen tragen. Unsere Arbeit soll dazu beitragen, dass die Menschen die für sie passende Hilfe erhalten, sei es durch eine weiterführende Therapie oder durch eine punktuelle Beratung, die ihre Anliegen aufgreift. Das Ziel ist immer, eine nachhaltige Unterstützung zu gewährleisten, die den individuellen Bedürfnissen gerecht wird.

ERSTKONTAKT DURCH

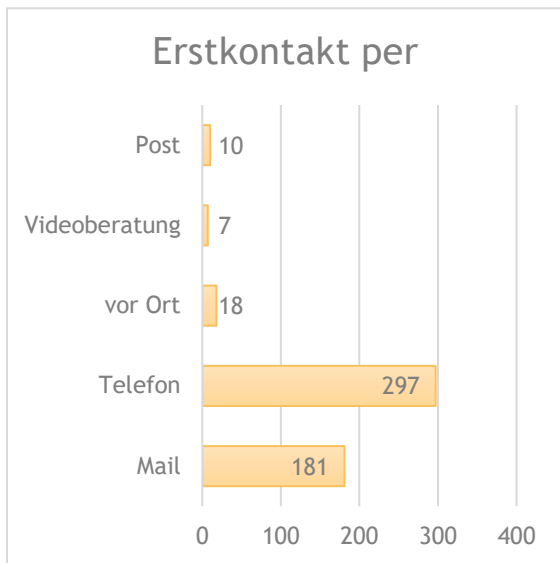


Abbildung 6 N-513 Erstkontakt per

Wir stellen fest, dass die meisten Menschen für einen Erstkontakt zum Hörer greifen, nämlich **297**. **181** Menschen bevorzugen es, mit uns per Mail in Kontakt zu treten. Wenn der Erstkontakt vor Ort oder per Videoberatung stattfand, dann handelt es sich meist um Angehörige oder Umfeld, welche von einer anderen Person mitgebracht wurden.

ANGABEN ZUM ORT

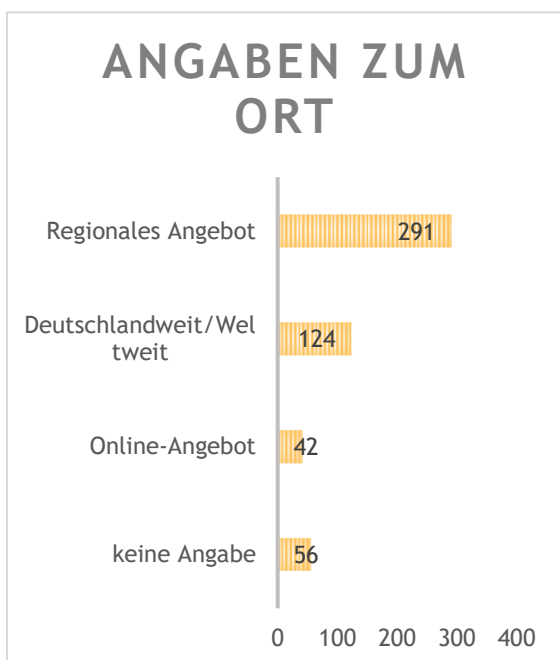


Abbildung 7 N-513 Angaben zum Ort

Wie auch in den Vorjahren bemühen wir uns, anhand der Kategorisierung der Anfragen

herauszufinden, ob es bestimmte „Hotspots“ gibt, also Orte oder geografische Regionen, die besonders häufig in den Anfragen der KlientInnen auftauchen. Dies könnte auf ein verstärktes Interesse oder einen höheren Beratungsbedarf in bestimmten Städten, Regionen oder sogar spezifischen Stadtteilen hinweisen. Durch die Identifizierung solcher Hotspots erhoffen wir uns, gezielt auf die Bedürfnisse in diesen Bereichen einzugehen und unsere Angebote gegebenenfalls anzupassen.

Jedoch zeigt sich auch in diesem Jahr, dass wir, wie bereits in den Vorjahren, in einem Bereich tätig sind, der eine gewisse Unschärfe zulässt. Es ist nicht immer einfach, klare geografische Trends in Baden-Württemberg zu erkennen, da sich die Anfragen der KlientInnen oft sehr individuell und breit gefächert darstellen. Es gibt keine eindeutig abgrenzbaren Hotspots, die kontinuierlich im Vordergrund stehen. Wir erkennen vielmehr, dass die Beratungsanfragen eine hohe geografische Streuung aufweisen oder dass der Bedarf nicht ausschließlich in einem bestimmten Gebiet konzentriert ist. Diese Vielfalt an Orten innerhalb von Baden-Württemberg, an denen KlientInnen Unterstützung suchen, ist einerseits eine Herausforderung, bietet jedoch auch ein wertvolles Bild von den unterschiedlichen Lebensrealitäten der Menschen, die mit uns in Kontakt treten.

Ein auffälliger Trend, den wir jedoch in diesem Jahr beobachten konnten, ist der deutliche Rückgang der Anfragen aus rein digitalen Quellen. Es scheint, dass Menschen wieder verstärkt den direkten Bezug zu persönlichen Netzwerken suchen. Das bedeutet, dass viele KlientInnen wieder verstärkt Unterstützung in ihrem physischen Umfeld oder in ihrem direkten Wohnumfeld suchen, sei es in bestimmten Stadtteilen oder durch weltanschauliche Angebote in ihrer unmittelbaren Umgebung.

SOZIODEMOGRAPHISCHE DATEN

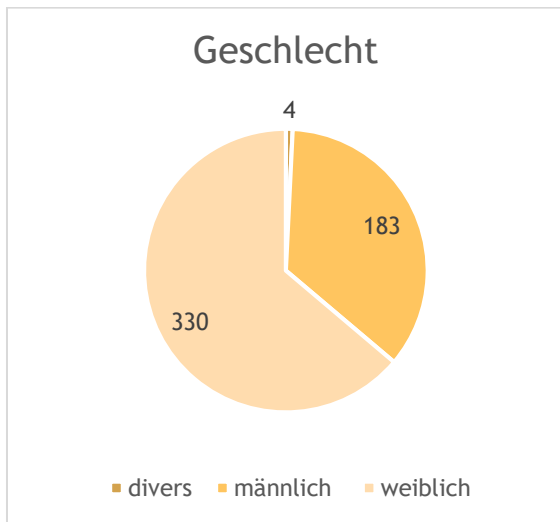


Abbildung 8 N-513 Geschlecht

Wie auch in den Vorjahren zeigt sich erneut, dass Frauen deutlich häufiger Beratung in Anspruch nehmen als Männer. Dies lässt sich in den aktuellen Zahlen ablesen: Insgesamt haben sich **330 Frauen, 183 Männer und 4 diverse Personen** an uns gewandt. Das bedeutet, dass **63,4 %** der KlientInnen weiblich sind, **35,7 %** männlich und **0,8 %** sich als divers identifizieren.

Diese Zahlen spiegeln einen langfristigen Trend wider, der auch in anderen Bereichen der sozialen und psychologischen Beratung beobachtet wird. Es gibt mehrere mögliche Gründe, warum Frauen häufiger zu Beratungsdiensten greifen als Männer:

Gesellschaftliche Normen und Rollenbilder: In vielen Kulturen ist es immer noch eher akzeptiert, dass Frauen Unterstützung suchen, während Männer oft mit dem gesellschaftlichen Druck konfrontiert sind, ihre Probleme selbst zu bewältigen und emotionale Unterstützung weniger zu suchen. Männer erleben in vielen Kontexten möglicherweise mehr Widerstand, sich Hilfe zu holen, da dies als Zeichen von Schwäche oder Unzulänglichkeit wahrgenommen werden kann.

Emotionaler Ausdruck und Kommunikation: Studien zeigen, dass Frauen tendenziell eher bereit sind, über ihre Gefühle und Probleme zu sprechen. Sie haben häufiger den Zugang zu sozialen Netzwerken, in denen sie

Unterstützung finden und sind möglicherweise offener, wenn es darum geht, Hilfe zu suchen. Dies könnte ein weiterer Grund sein, warum sie häufiger Beratungsdienste in Anspruch nehmen.

Verantwortung für familiäre und soziale Aufgaben: Frauen übernehmen oft eine zentrale Rolle in der Familie und im sozialen Umfeld, was sie unter zusätzlichen emotionalen und organisatorischen Druck setzen kann. Sie fühlen sich möglicherweise eher verantwortlich, ihre eigenen emotionalen Bedürfnisse zu adressieren, um ihre Rolle als Mutter, Partnerin oder Freundin gut zu erfüllen.

Zusammenfassend lässt sich sagen, dass die höhere Zahl an Frauen, die sich an unsere Beratungsdienste wenden, nicht nur ein Trend in den aktuellen Zahlen, sondern auch ein Spiegelbild gesellschaftlicher Muster ist, die den emotionalen Ausdruck und das Suchen nach Unterstützung unterschiedlich zwischen den Geschlechtern fördern. Wir sehen hierin einen wichtigen Ansatzpunkt, um Beratungsangebote noch gezielter und geschlechterübergreifend weiterzuentwickeln.

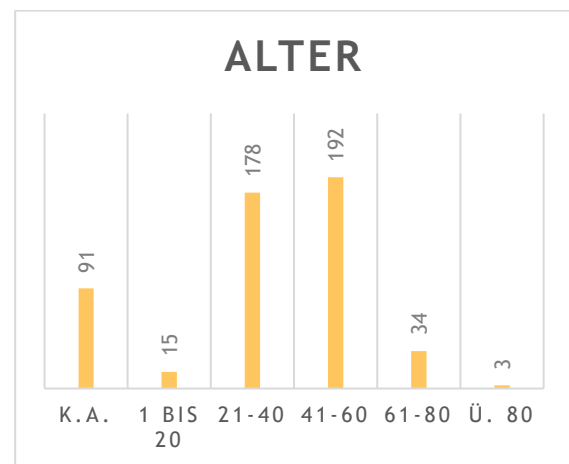


Abbildung 9 N-513 Alter

Wir erfassen das Alter unserer KlientInnen nur in groben Kategorien, um einen allgemeinen Überblick über die Altersstruktur der Anfragenden zu erhalten. Im Vergleich zum Vorjahr stellen wir jedoch fest, dass sich vermehrt jüngere Menschen unter 20 Jahren an uns gewandt haben. Trotz dieses Anstiegs in der Zahl der jüngeren KlientInnen bleibt die größte Gruppe nach wie vor jene der Menschen im Alter von 21 bis 60 Jahren. Diese Altersgruppe bildet weiterhin den Kern unserer Beratungsanfragen

und ist in jedem Jahr konstant stark vertreten. Die Vielzahl an Anfragen aus dieser Altersgruppe reflektiert möglicherweise eine besonders hohe Nachfrage nach Beratung bei Menschen, die in einem aktiven Lebensabschnitt stehen, sei es in Bezug auf Karriere, familiäre Verantwortung oder die Bewältigung von Lebenskrisen.

Ein bemerkenswerter Trend, der sich im Vergleich zu den Vorjahren zeigt, ist, dass ältere Menschen über 60 Jahre weniger häufig den Kontakt zu uns suchen. Diese Entwicklung könnte auf verschiedene Faktoren zurückzuführen sein, wie etwa eine geringere Bereitschaft oder Fähigkeit, Beratungsdienste in Anspruch zu nehmen, oder die Tatsache, dass ältere Menschen möglicherweise eher auf informelle Unterstützungsnetzwerke, wie Familie und Freunde, zurückgreifen. Zudem könnte auch die Zugänglichkeit und Bekanntheit unserer Angebote bei älteren Menschen eine Rolle spielen, da digitale Kommunikationsmittel und Online-Dienste, die für jüngere Generationen selbstverständlich sind, möglicherweise nicht immer die bevorzugte Wahl für ältere KlientInnen darstellen.

Insgesamt zeigt sich, dass die Altersstruktur der Menschen, die unsere Beratungsdienste in Anspruch nehmen, eine interessante Mischung aus verschiedenen Lebensphasen widerspiegelt, wobei jüngere Menschen zunehmend mehr Unterstützung suchen, während ältere Generationen weniger häufig den direkten Kontakt zu uns suchen. Dies stellt uns vor die Herausforderung, unser Angebot weiterhin so zu gestalten, dass es den unterschiedlichen Bedürfnissen aller Altersgruppen gerecht wird.

Diese Zahl verdeutlicht nicht nur die Wichtigkeit unseres Angebots für die Menschen in Baden-Württemberg, sondern auch den Bedarf an vergleichbaren Beratungsstellen in anderen Bundesländern. Es ist daher dringend erforderlich, dass auch in anderen Regionen Deutschlands ähnliche Beratungsstrukturen wie ZEBRA etabliert werden, um allen Menschen den Zugang zu qualifizierter Unterstützung zu ermöglichen. Die Nachfrage nach solchen Diensten geht weit über die Grenzen unseres Bundeslandes hinaus, was die Notwendigkeit unterstreicht, flächendeckende Beratungsangebote zu schaffen, die jedem Klienten und jeder

Klientin eine zügige und bedarfsgerechte Hilfe bieten können.

AUFMERKSAM GEWORDEN AUF UNS DURCH

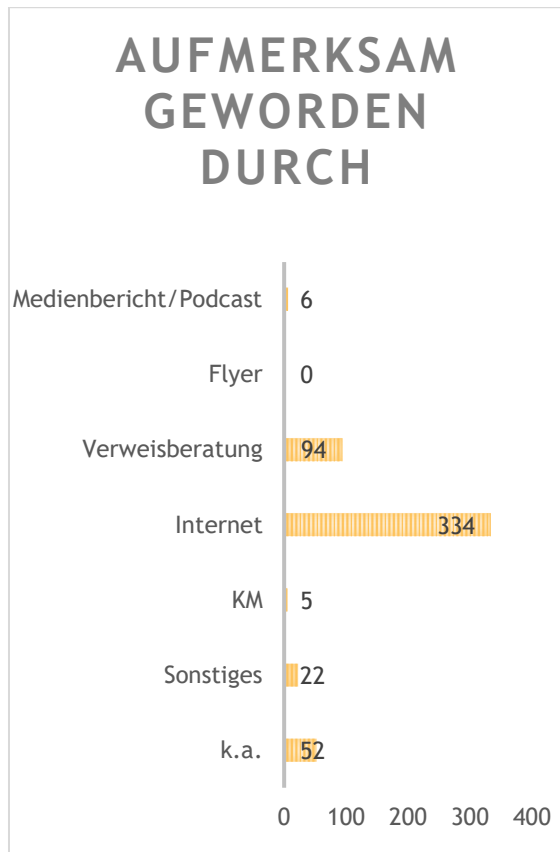


Abbildung 10 N-513. Aufmerksam geworden durch

Wie werden Menschen auf uns aufmerksam? Wir stellen fest, dass sich hier im Vergleich zu den Vorjahren wenig verändert hat. Nach wie vor spielt das Internet die wichtigste Rolle. Menschen googeln nach Angeboten und finden uns über Suchmaschinen oder durch Empfehlungen auf Websites und sozialen Medien. Diese digitale Sichtbarkeit bleibt ein zentraler Bestandteil unserer Arbeit, da sie den direkten Zugang zu den KlientInnen erleichtert und ermöglicht, dass diese gezielt nach den benötigten Informationen suchen können.

Allerdings hat sich auch gezeigt, dass die **Verweisberatung** eine zunehmend wichtigere Rolle spielt. Viele KlientInnen kommen durch Empfehlungen anderer Beratungsstellen, Fachkräfte oder durch das persönliche Umfeld zu uns. Das bedeutet, dass Netzwerke und Kooperationen mit anderen Organisationen und Institutionen von zentraler Bedeutung sind.

Im Vergleich dazu spielen **Medienberichte** offenbar nur eine geringere Rolle. Zwar nehmen immer wieder JournalistInnen Kontakt mit uns auf, um über bestimmte Themen zu berichten, doch zeigen unsere Auswertungen, dass Medienaufmerksamkeit nicht der Hauptfaktor ist, der die KlientInnen zu uns führt. Die Menschen suchen in der Regel gezielt nach Unterstützung und stoßen über direkte Recherchen oder durch Weiterleitungen aus anderen professionellen Netzwerken auf unsere Beratungsdienste. Dies verdeutlicht, dass unsere Präsenz und Sichtbarkeit in den relevanten Beratungskontexten und Netzwerken besonders wichtig sind.

Insgesamt lässt sich sagen, dass der direkte Kontakt und die Verweisberatung einen erheblichen Teil der Menschen erreichen, die unsere Unterstützung benötigen. Eine gut funktionierende Weitervermittlung und enge Zusammenarbeit mit anderen Beratungsstellen und Institutionen stellt sicher, dass die Menschen, die bei uns anfragen, schnell und zielgerichtet die Hilfe erhalten, die für ihre individuelle Situation am besten geeignet ist. Diese Art der Zusammenarbeit spielt eine zentrale Rolle in unserem Angebot, da sie es ermöglicht, für die KlientInnen die beste Lösung zu finden - auch wenn dies bedeutet, sie an andere Fachstellen weiterzuvermitteln.

GRUND ANFRAGE

In diesem Jahr beobachten wir einen interessanten Trend: Es wenden sich mehr primär betroffene Personen an unsere Beratung als sekundär Betroffene. War dieses Verhältnis in Zeiten von Corona noch umgekehrt, so sehen wir hier eine deutliche Verschiebung. Primär betroffene Menschen sind jene, die direkt von einem Problem oder einer Belastung betroffen sind, etwa weil sie selbst Teil einer Gruppierung sind oder waren, oder Angebote des Esotherikmarktes in Anspruch genommen haben.

Im Gegensatz dazu stehen die sekundär betroffenen Personen, wie zum Beispiel Angehörige, FreundInnen oder PartnerInnen, die indirekt mit den Problemen von primär Betroffenen konfrontiert sind und oft durch ihre enge Beziehung zu diesen betroffen sind. Sie wenden sich häufig an uns, weil sie selbst Hilfe brauchen, um mit den Herausforderungen

umzugehen, die durch das Leid oder die Schwierigkeiten der betroffenen Person entstehen.

Ein weiterer bemerkenswerter Trend in diesem Jahr ist die zunehmende Zahl der Anfragen im Arbeitskontext. Diese Anfragen kommen vermehrt von Institutionen wie dem Jugendamt, Schulen, Kitas oder auch von Unternehmen, die Unterstützung für ihre Mitarbeitenden oder KlientInnen suchen. Oft geht es auch um Fragen des Kindeswohls.

Die zunehmende Zahl solcher Anfragen zeigt einen wachsenden Bedarf an professioneller Beratung, die sowohl Betroffenen als auch den Institutionen hilft, mit schwierigen Situationen umzugehen. Hier zeigt sich, dass Beratung nicht nur eine individuelle, sondern auch eine systemische Aufgabe ist, die alle betroffenen Ebenen - sowohl primär als auch sekundär - miteinbezieht.

Zusammenfassend lässt sich sagen, dass die steigende Zahl an Anfragen aus dem Arbeitskontext und die wachsende Nachfrage seitens primär betroffener Personen wichtige Indikatoren für die zunehmend zentralere Rolle der Beratung in der Gesellschaft sind. Es wird immer klarer, dass professionelle Unterstützung nicht nur für die Betroffenen selbst von entscheidender Bedeutung ist, sondern auch für die Institutionen und Netzwerke, die in den komplexen Lebensrealitäten der Menschen eingebunden sind.

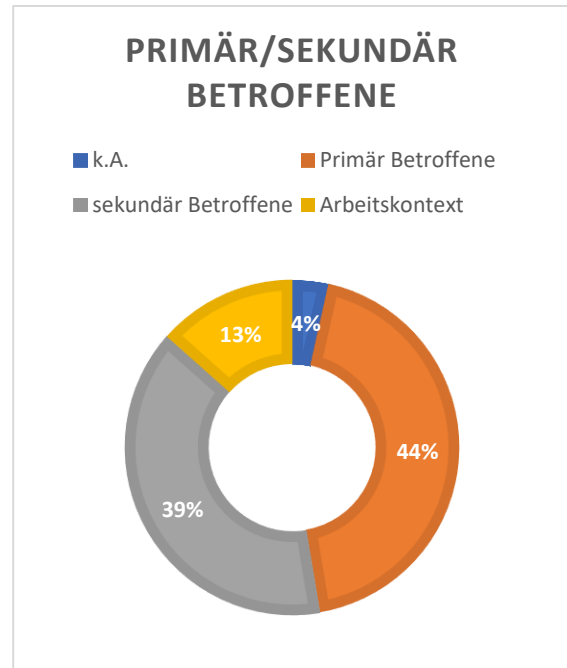


Abbildung 11 N-513 Primär/sekundär Betroffene

THEMENSCHWERPUNKTE

In diesem Jahr haben wir festgestellt, dass sich die Themenschwerpunkte unserer Anfragen entwickelt haben. Es gibt mehrere Überschneidungen und Kombinationen von Themen, die uns anvertraut wurden. Daher besteht hier die Möglichkeit von Mehrfachnennungen.

Esoterik war mit **125 Anfragen** der häufigste Themenbereich. Es ist bemerkenswert, dass sich viele Anfragen hier auf esoterische Praktiken und Überzeugungen beziehen, häufig in Kombination mit anderen Themen wie Coaching oder Verschwörungstheorien. Diese Kombinationen zeigen, dass esoterische Weltanschauungen oft als Teil eines umfassenderen Suchprozesses nach Antworten und Orientierung in verschiedenen Lebensbereichen gesehen werden.

An zweiter Stelle stehen **Verschwörungstheorien**, mit **112 Anfragen**. Im Vergleich zum Vorjahr gibt es einen leichten Anstieg in diesem Bereich, was darauf hindeutet, dass immer mehr Menschen mit Fragen und Sorgen bezüglich Verschwörungstheorien zu uns kommen. Die Anfragen aus diesem Bereich zeigen oft eine Vermischung von Verschwörungstheorien mit esoterischen Konzepten oder Coaching-

Ansätzen, was die Komplexität der betroffenen Personen und ihrer Anliegen verdeutlicht.

Ein deutlicher Anstieg ist auch im Bereich **Coaching** zu verzeichnen. Die Zahl der Anfragen stieg von **47 im vergangenen Jahr auf 78** in diesem Jahr. Coaching wird zunehmend als eine Methode gesehen, um sowohl berufliche als auch persönliche Herausforderungen zu bewältigen. Die Zunahme der Anfragen in diesem Bereich könnte darauf hindeuten, dass immer mehr Menschen Hilfe suchen, um ihre Lebensziele zu erreichen oder sich in ihrer beruflichen und persönlichen Entwicklung besser zu orientieren. Auch hier gibt es in vielen Fällen eine Kombination von Coaching mit anderen Bereichen, wie etwa Esoterik oder Verschwörungstheorien.

Evangelikale Gruppierungen liegen mit **88 Anfragen** auf dem dritten Platz. Dieser Bereich bleibt weiterhin von Bedeutung, da immer mehr Menschen nach Beratung suchen, die sich mit den Herausforderungen und Fragen im Zusammenhang mit religiösen Gruppierungen, die einen starken Einfluss auf ihr Leben haben, befassen. Die Beratung in diesem Kontext konzentriert sich oft auf den Umgang mit den Glaubensüberzeugungen und deren Auswirkungen auf das persönliche Leben.

In den Bereichen **Satanismus, Okkultismus und ähnliche Themen** hat sich wenig getan. Die Zahl der Anfragen ist hier im Vergleich zu den anderen Themenbereichen relativ konstant geblieben. Diese Themen spielen nach wie vor eine weniger zentrale Rolle in den Anfragen, was möglicherweise darauf hindeutet, dass sie weniger verbreitet oder schwerer zugänglich sind.

Als neue Kategorie haben wir Anfragen rund um den Islam eingeführt, da uns solche in diesem Jahr auch erreichten, v. a. in Bezug auf konvertierende SchülerInnen.

Zusammenfassend lässt sich sagen, dass sich die Themenlandschaft im Bereich der Beratung weiter diversifiziert hat. Die Mischung aus Esoterik, Verschwörungstheorien und Coaching zeigt, dass viele Menschen nach Antworten in verschiedenen Bereichen ihres Lebens suchen und dabei oft mehrere Themen miteinander verbinden. Die Zunahme von Coaching-

Anfragen und das wachsende Interesse an Themen wie evangelikale Gruppierungen und Verschwörungstheorien zeigen einen klaren Trend, bei dem es um die Suche nach Orientierung und Unterstützung in einer zunehmend komplexen und unsicheren Welt geht.

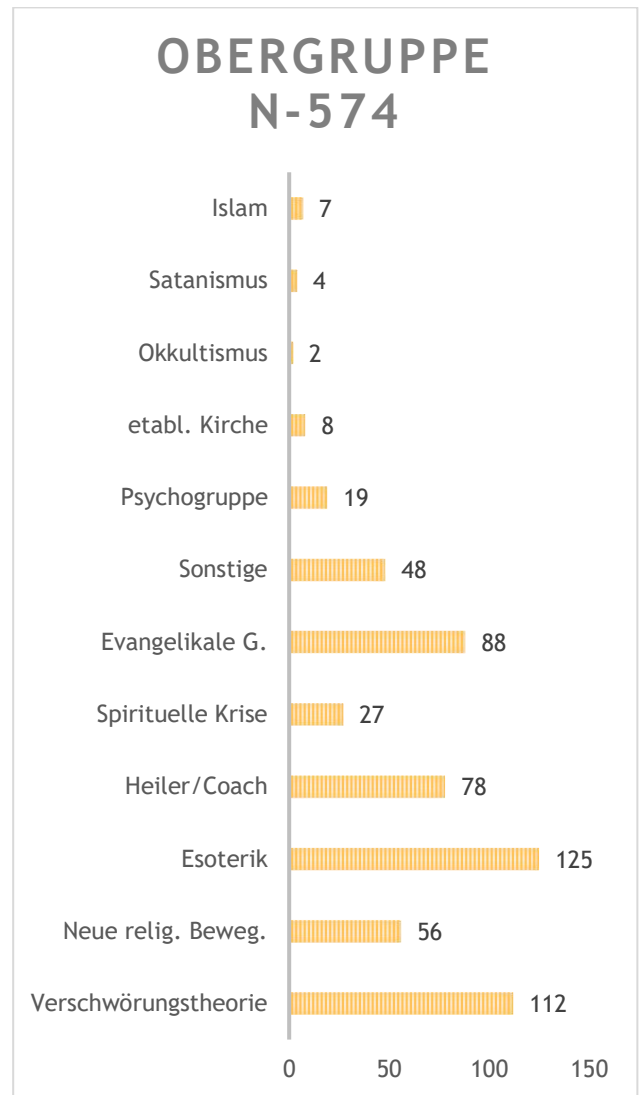
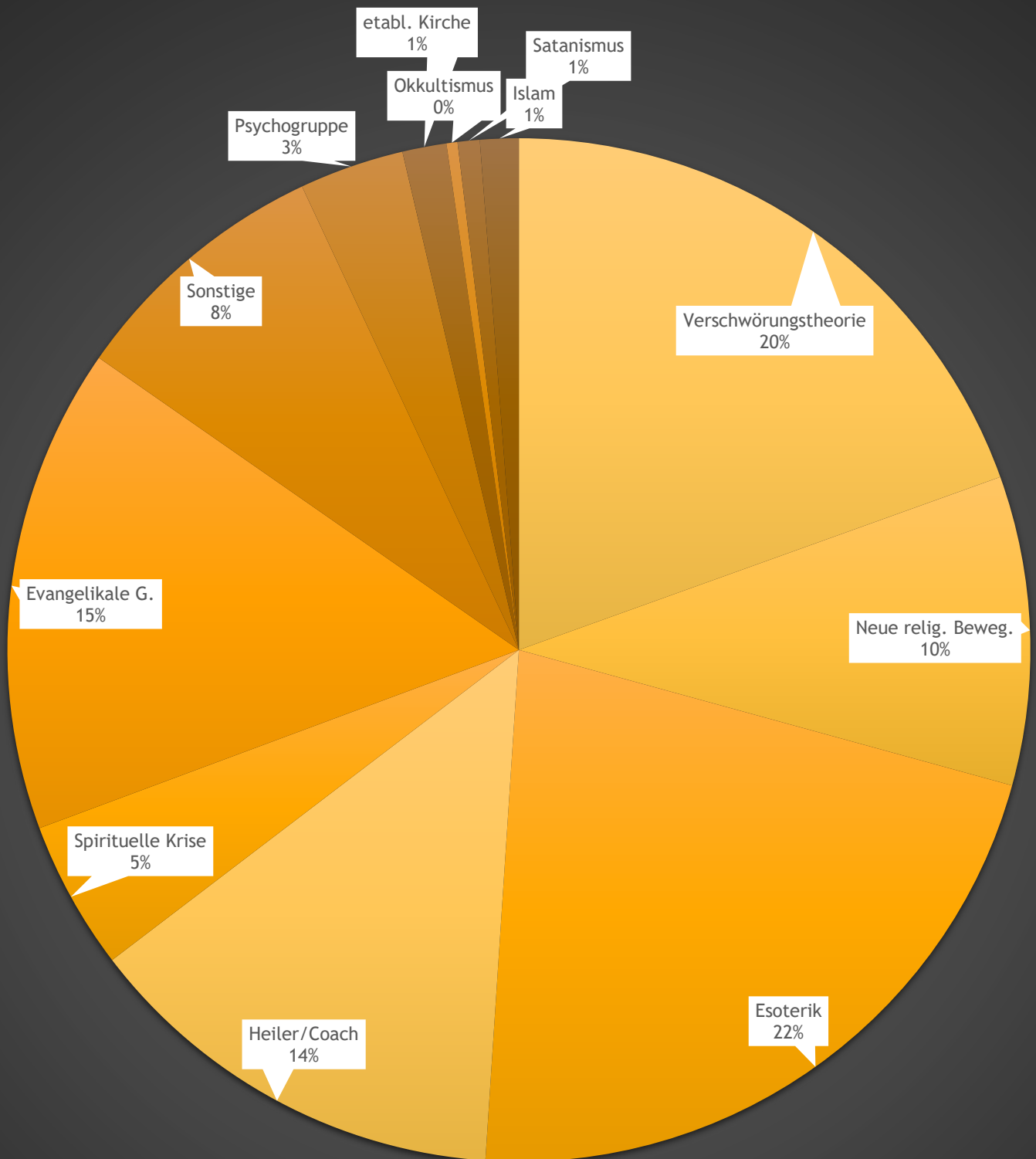


Abbildung 12 N-574 Mehrfachnennungen möglich auf der folgenden Seite ist dieselbe Statistik als Tortendiagramm dargestellt

Obergruppe in Prozent



- Verschwörungstheorie
- Neue relig. Beweg.
- Esoterik
- Heiler/Coach
- Spirituelle Krise
- Evangelikale G.
- Sonstige
- Psychogruppe
- etabl. Kirche
- Okkultismus
- Satanismus
- Islam

ESOTERIK

In den vergangenen Jahren verzeichnet ZEBRA BW eine Verschiebung der Anfragen hin zu esoterischen Themen. Während Verschwörungstheorien nach wie vor relevant sind, stellen wir fest, dass sich zunehmend mehr Menschen für esoterische Angebote interessieren und Unterstützung in diesem Bereich suchen. Diese Entwicklung spiegelt nicht nur den aktuellen Zeitgeist wider, sondern zeigt auch tiefere gesellschaftliche und gesundheitliche Herausforderungen auf, die zur erhöhten Nachfrage beitragen.

Der Esoterikmarkt boomt - von spirituellen Heilmethoden und Energiearbeit über Astrologie bis hin zu Tarot- und Wahrsagediensten. In Deutschland und auch in Baden-Württemberg hat sich Esoterik zu einem florierenden Wirtschaftszweig entwickelt. Zahlreiche Anbieter versprechen, den Weg zu Glück, Heilung oder Erleuchtung zu ebnen. Diese Angebote gewinnen besonders in Zeiten der Unsicherheit und Umbrüche immer mehr Zuspruch, was auch bei der Beratungsstelle ZEBRA BW spürbar wird: Die Zahl der Anfragen zu esoterischen Themen ist in den letzten Jahren kontinuierlich gestiegen.

Viele Menschen wenden sich der Esoterik zu, weil sie sich in ihrem Leben nach Orientierung, Sinn und Stabilität sehnen. In Zeiten persönlicher oder gesellschaftlicher Krisen - wie Krankheiten, Trennungen, beruflichen Herausforderungen oder auch der allgemeinen Verunsicherung durch weltweite Entwicklungen - suchen sie nach Antworten und Trost, die traditionelle Institutionen oft nicht bieten können. Gerade weil die Esoterik persönliche Wünsche anspricht und eine vermeintlich einfache, schnelle Lösung für komplexe Probleme verspricht, wirkt sie besonders anziehend.

Es sind jedoch nicht nur spirituelle Sinnfragen, die Menschen in die Esoterik führen. Oft spielen auch psychologische und soziale Faktoren eine Rolle: Gefühle von Einsamkeit, mangelnde Unterstützung im sozialen Umfeld oder eine generelle Skepsis gegenüber Wissenschaft und Schulmedizin lassen Menschen nach alternativen Angeboten suchen. Diese Tendenzen spiegeln sich in den Anliegen wider, die bei ZEBRA BW auflaufen. Die Beratungsstelle wird häufig

mit Fragen zu problematischen esoterischen Angeboten konfrontiert, etwa wenn hohe Kosten entstehen, Abhängigkeiten zu BeraterInnen entstehen oder Versprechen nicht gehalten werden.

Ein weiterer Faktor, der die verstärkte Nachfrage nach esoterischer Unterstützung erklärt, ist die Zunahme psychischer und physischer Belastungen. Der Krankenstand in Deutschland ist so hoch wie nie zuvor und immer mehr Menschen leiden unter Stress, Burnout und psychischen Erkrankungen wie Depressionen und Angststörungen. Diese Entwicklung belastet das Gesundheitssystem, das aufgrund knapper Ressourcen und langer Wartezeiten oft nicht in der Lage ist, allen Betroffenen rechtzeitig Hilfe anzubieten. Der hohe Bedarf an psychologischer und medizinischer Unterstützung bleibt vielfach ungestillt - es fehlt an therapeutischen Angeboten, und die Wartezeiten auf Therapieplätze sind enorm.

In dieser Versorgungslücke finden viele Menschen im Esoterikmarkt scheinbare Alternativen: Anbieter von esoterischen Heilmethoden werben mit „ganzheitlicher Heilung“ und oft schnellen Lösungen. Sie versprechen, sowohl körperliche als auch seelische Probleme zu lösen und bedienen damit eine starke Nachfrage. Besonders Menschen, die dringend Hilfe benötigen und bei denen das Gesundheitssystem sie nicht ausreichend unterstützen kann, greifen oft auf diese Angebote zurück.

ZEBRA BW bietet Betroffenen und deren Angehörigen Unterstützung an, wenn Unsicherheiten und Zweifel aufkommen oder wenn negative Erfahrungen mit esoterischen Anbietern gemacht wurden. Die Beratungsstelle hilft, esoterische Angebote kritisch zu hinterfragen, und möchte Menschen dazu ermutigen, informierte Entscheidungen zu treffen.

ZEBRA BW berät grundsätzlich auf Basis der Religions- und Meinungsfreiheit und respektiert die persönliche Entscheidung der Menschen, sich mit esoterischen Themen auseinanderzusetzen. Unser Anliegen ist es nicht, esoterische Weltbilder per se in Frage zu stellen. Vielmehr möchten wir Menschen dazu befähigen, mündige und gut informierte Entscheidungen zu treffen. Wir möchten es ihnen ermöglichen, kritisch zu hinterfragen, welchen Einfluss und

welche Wirkung esoterische Angebote auf ihr Leben haben können.

Denn der Esoterikmarkt birgt auch Risiken, über die wir aufklären: Ein häufiges Problem sind finanzielle Ausbeutung und teure Versprechen, die nicht eingehalten werden. Viele Anbieter verlangen hohe Summen für Kurse, Beratungen oder Heilmittel, die oft ohne wissenschaftliche Grundlage sind. Ein weiteres Risiko besteht in der psychologischen Abhängigkeit: Manche Menschen geraten in eine emotionale Abhängigkeit von sogenannten „spirituellen BeraterInnen“ oder „HeilerInnen“ und verlieren dadurch ein Stück ihrer Selbstbestimmung. Nicht zuletzt kann es zur Vernachlässigung medizinischer Versorgung kommen, wenn esoterische Heilmethoden als Ersatz zur Schulmedizin propagiert werden - ein Trend, der gefährlich sein kann, insbesondere bei ernsthaften gesundheitlichen Problemen.

ZEBRA BW ist daher eine wichtige Anlaufstelle, um Menschen in Baden-Württemberg über Chancen und Risiken der Esoterik aufzuklären und ihnen Unterstützung zu bieten, wenn sie negative Erfahrungen gemacht haben oder unsicher sind. Durch unsere Arbeit möchten wir zu einer aufgeklärten und sicheren Auseinandersetzung mit esoterischen Angeboten beitragen.

VERSCHWÖRUNGSTHEORIEN 18%

In den letzten Jahren hat die Beratungsstelle ZEBRA BW eine Vielzahl von Anfragen zum Thema Verschwörungstheorien erhalten. Insbesondere während der Corona-Pandemie erreichte uns ein Rekordhoch an Hilfesuchen von Angehörigen und Betroffenen, die mit Verschwörungsideologien konfrontiert waren. Auch wenn die Zahl dieser Anfragen seitdem zurückgegangen ist, bleibt das Thema nach wie vor präsent. Viele Menschen schildern, dass sich vor allem ihre älteren Angehörigen zunehmend radikalisiert haben. Diese Entwicklung zeigt, wie wichtig gezielte Aufklärungsarbeit - insbesondere für die Generation 50 plus - ist. Aus diesem Grund planen wir für das kommende Jahr die Veröffentlichung eines Buches, das Hilfestellung und Information für Betroffene und Angehörige bieten soll.

Verschwörungstheorien sind häufig ein Versuch, komplexe und verunsichernde gesellschaftliche Entwicklungen zu erklären. In einer zunehmend digitalisierten und globalisierten Welt, die oft als unübersichtlich empfunden wird, bieten Verschwörungstheorien scheinbar einfache Antworten und klare Feindbilder. Dies gilt insbesondere für Menschen, die in Krisenzeiten nach Orientierung suchen und sich von offiziellen Erklärungen nicht ausreichend verstanden fühlen. Verschwörungserzählungen liefern ihnen ein alternatives Weltbild, in dem es leicht nachvollziehbare Ursachen und Verantwortliche für ihre Sorgen gibt.

Besonders in älteren Generationen, die durch weniger medienkritische Erziehung und geringere digitale Erfahrung geprägt sind, verbreiten sich diese Theorien häufig über soziale Medien oder Messenger-Dienste. Dort fallen Falschinformationen und radikalisierte Inhalte oft auf fruchtbaren Boden, was die persönliche und politische Haltung drastisch beeinflussen kann.

Obwohl das Thema Verschwörungstheorien nach wie vor relevant ist, verzeichnen wir seit dem Abklingen der Corona-Pandemie einen Rückgang an direkten Anfragen. Dieser Trend könnte darauf hindeuten, dass einige Themen an Aktualität verloren haben oder dass die Menschen weniger in Panik geraten, wenn sie auf solche Ideologien stoßen. Dennoch bleiben Angehörige oft hilflos, wenn ihnen auffällt, dass ältere Verwandte zunehmend an Verschwörungstheorien glauben und sich radikalisieren. Viele berichten, dass es schwerfällt, konstruktive Gespräche zu führen und Verständnis füreinander aufzubringen, ohne Konflikte auszulösen.

In der Beratung von Angehörigen, die mit Verschwörungsgläubigen Familienmitgliedern umgehen müssen, spielt das Vermitteln von Strategien eine zentrale Rolle. Unsere Beratung hilft ihnen, wirksame Wege im Umgang mit den betroffenen Personen zu finden, um verhärtete Fronten zu vermeiden.

Die Beratung von Angehörigen bleibt ein wesentlicher Bestandteil unserer Arbeit. Durch sie tragen wir dazu bei, Radikalisierungen vorzubeugen und gleichzeitig das Verständnis füreinander innerhalb der Familien zu stärken.

Mit der geplanten Veröffentlichung unseres Buches möchten wir diese Strategien und weiteren wichtigen Informationen einem noch breiteren Publikum zugänglich machen und so einen nachhaltigen Beitrag zur Aufklärungsarbeit leisten.

PSYCHOGRUPPEN

Auch in diesem Jahr bleibt der Anteil der Anfragen zu **Psychogruppen** auf einem ähnlichen Niveau wie in den Vorjahren. ZEBRA/BW verfolgt einen klaren Ansatz, der auf differenzierte Beratung und Unterstützung abzielt, um Menschen zu helfen, die sich in oder mit psychisch belastenden Gruppenkonstellationen wiederfinden. Unser Ziel ist es, diesen Personen zu helfen, ihre Situation zu reflektieren und gegebenenfalls den Ausstieg zu wagen.

In unserer Arbeit setzen wir auf ein sensibles und einfühlsames Vorgehen, um den KlientInnen die notwendige Unterstützung zu bieten, ohne sie zu überfordern oder zu drängen. ZEBRA/BW verfolgt dabei einen **präventiven Ansatz**, der sowohl die persönliche Klärung von Überzeugungen als auch die Förderung der Selbstreflexion unterstützt. Wir bieten professionelle Beratung an, die den KlientInnen dabei hilft, ihre Erfahrungen zu verarbeiten und alternative Perspektiven zu entwickeln, um den Einfluss von psychologisch manipulativen Gruppen zu überwinden.

EVANGELIKALE GRUPPIERUNGEN

In den letzten Jahren hat ZEBRA BW eine deutliche Zunahme an Anfragen zu evangelikalen Gruppierungen verzeichnet. Auffällig ist, dass sich besonders viele junge Menschen, die aus diesen Gemeinschaften aussteigen möchten, an uns wenden. Diese Entwicklung spiegelt ein wachsendes Interesse an evangelikalen Gruppen wider, aber auch die Herausforderungen, die mit einem solchen Engagement einhergehen können.

Evangelikale Gruppierungen bieten vielen Menschen einen starken Zusammenhalt, klare moralische Orientierung und spirituelle Antworten, die sie in einer sich zunehmend verändernden und oft unübersichtlichen Welt als sehr wertvoll empfinden. Besonders junge

Menschen, die in einer Zeit der Umbrüche und Unsicherheiten aufwachsen, schätzen oft die klare Struktur und Gemeinschaft, die evangelikale Gruppen bieten. Diese Gemeinschaften stehen für verbindliche Werte und setzen sich für ein intensives Gemeinschaftsleben ein, was in einer oft individualisierten Gesellschaft viele Menschen anspricht.

Darüber hinaus finden viele Gläubige in evangelikalen Gruppen eine persönliche Beziehung zu Gott und fühlen sich in ihrer Spiritualität unterstützt und gestärkt. Diese Gruppierungen legen großen Wert auf die persönliche Erfahrung des Glaubens, was vielen Halt und Geborgenheit gibt. Zudem bieten sie häufig starke soziale Netzwerke und regelmäßige Aktivitäten, die eine Gemeinschaft mit stabilen Bindungen fördern.

Evangelikale Gemeinschaften bieten eine Reihe von positiven Aspekten, die für viele Menschen attraktiv sind. Sie fördern Engagement, Solidarität und Werte wie Nächstenliebe und gegenseitige Unterstützung. In einer Gesellschaft, in der häufig das Gefühl von Isolation und sozialer Kälte beklagt wird, bieten diese Gruppen Zugehörigkeit und eine feste soziale Struktur. Sie stellen Orte dar, an denen Menschen in Not aufgefangen und begleitet werden und wo eine enge Gemeinschaft gefördert wird.

Neben den Chancen gibt es jedoch auch Risiken, die häufig bei ZEBRA BW thematisiert werden, insbesondere von jungen Aussteigern. Ein wesentlicher Aspekt ist die oft stark autoritäre Struktur, die manche evangelikale Gruppen aufweisen.

Auch das soziale Umfeld außerhalb der Gruppe kann zum Problem werden: Manche evangelikale Gruppierungen fördern einen abgeschlossenen Lebensstil. Kontakte werden eher innerhalb der Glaubensgemeinschaft gepflegt. Dies führt oft zu einer Isolation von Menschen, die nicht Teil der Gruppe sind, was die soziale und emotionale Abhängigkeit von der Gemeinschaft weiter verstärkt.

Ein weiterer Aspekt ist der psychologische Druck. Besonders junge Menschen berichten, dass sie sich mit rigiden Glaubensanforderungen überfordert fühlen und Ängste oder

Schuldgefühle entwickeln, wenn sie diesen Normen nicht entsprechen können. Diese Situation wird besonders schwer, wenn sie später aus der Gemeinschaft austreten möchten, da dies in manchen Gruppen mit sozialer Ächtung und dem Verlust von nahestehenden Personen einhergeht.

Die Beratungsarbeit von ZEBRA BW ist für viele junge Menschen, die aus evangelikalen Gruppierungen aussteigen möchten, eine wichtige Unterstützung. Durch unsere Beratung helfen wir ihnen, sich mit den Herausforderungen der Abnabelung auseinanderzusetzen, und ihre persönliche Identität unabhängig von der Gruppe zu entwickeln. Gleichzeitig bieten wir Angehörigen von Gruppenmitgliedern Rat und Orientierung, um den Kontakt aufrechtzuerhalten und Unterstützung zu geben, ohne deren Entscheidungsfreiheit zu gefährden.

Unser Ziel ist es, Menschen dabei zu unterstützen, eine mündige und bewusste Entscheidung über ihren Glaubensweg und ihr soziales Umfeld zu treffen.

NEUE RELIGIÖSE BEWEGUNGEN

Immer wieder erreichen uns Anfragen von Menschen, die sich an solchen Gruppen orientieren oder über Angehörige besorgt sind, die dort aktiv sind. Neue religiöse Bewegungen bieten auf den ersten Blick eine spirituelle Heimat und versprechen persönliche Erleuchtung, Zugehörigkeit oder auch Heilung - Werte, die in einer individualisierten Gesellschaft, in der traditionelle Glaubensgemeinschaften oft an Bindungskraft verlieren, wieder an Bedeutung gewinnen.

Menschen suchen heute vermehrt nach spiritueller Erfüllung und individuellen Antworten auf existenzielle Fragen, die ihnen herkömmliche Religionen oder soziale Strukturen nicht immer bieten. In dieser Sinnsuche versprechen neue religiöse Bewegungen Gemeinschaft und eine klare Lebensausrichtung. Sie bieten oft intensive spirituelle Praktiken, klare Ideologien und feste Werte, die als Orientierungshilfe dienen und vielen das Gefühl geben, Teil eines „höheren Plans“ zu sein. Besonders Menschen, die sich in einer Krise befinden oder auf der Suche nach Identität und Zugehörigkeit sind, finden

in diesen Gruppen häufig ein intensives Gemeinschaftsgefühl, das sie woanders nicht finden können.

Neue religiöse Bewegungen neigen bisweilen zu straffen, hierarchischen Strukturen, in denen charismatische Anführer eine zentrale Rolle spielen. Diese Anführer können großen Einfluss auf die Entscheidungen und das Denken der Mitglieder ausüben und erwarten oft absolute Loyalität. Solche Machtstrukturen schaffen eine starke Bindung innerhalb der Gruppe, schränken jedoch häufig die individuelle Entscheidungsfreiheit der Mitglieder ein. Entscheidungen über das persönliche Leben oder auch den Kontakt zur Außenwelt werden oft indirekt oder direkt von der Führung beeinflusst.

Diese Hierarchien fördern die Entstehung einer geschlossenen Gruppenmentalität: Die Gruppe sieht sich oft als exklusive Gemeinschaft, die sich von der „unwissenden“ Außenwelt abgrenzt und deren Ansichten und Normen ablehnt. Diese Abgeschlossenheit kann für die Mitglieder eine sehr starke Unterstützung sein, da sie ihnen das Gefühl gibt, „Teil von etwas Besonderem“ zu sein. Gleichzeitig birgt sie jedoch die Gefahr, dass Zweifel an der Gemeinschaft oder Kritik nicht zugelassen werden, was zu psychischem Druck und manchmal zur Isolation von der Außenwelt führen kann.

Während es nach wie vor Anfragen zu typischen VertreterInnen neuer religiöser Bewegungen gibt - wie sog. Sekten und spirituellen Gemeinschaften mit festen Glaubenssystemen - beobachten wir bei ZEBRA BW zunehmend einen Trend zum „Religionshopping“. Viele Menschen tendieren dazu, sich nicht mehr langfristig an eine Gruppe zu binden, sondern sich flexibel von verschiedenen spirituellen Ansätzen und Traditionen inspirieren zu lassen. Dieses Religionshopping spiegelt den modernen Wunsch nach Selbstbestimmung und Unabhängigkeit wider: Viele Menschen suchen spirituelle Erfüllung ohne die strengen Verpflichtungen, die religiöse Bewegungen oft erfordern.

Bei ZEBRA BW möchten wir Menschen unterstützen, die sich unsicher sind, ob eine neue religiöse Bewegung für sie oder ihre Angehörigen die richtige Entscheidung ist. Wir helfen ihnen, die Strukturen und Dynamiken solcher

Gruppen zu verstehen und ihre eigene Situation reflektiert einzuschätzen. Dabei geht es uns nicht darum, Glaubensinhalte infrage zu stellen, sondern Menschen zu einer informierten Entscheidung zu befähigen und sie bei ihrer Suche nach Zugehörigkeit und Orientierung zu begleiten. Denn auch wenn sich viele Menschen flexibel verschiedenen spirituellen Traditionen zuwenden, bleibt der Bedarf an Unterstützung und Aufklärung über die Chancen und Risiken neuer religiöser Bewegungen bestehen.

Eine besondere Gruppe von Menschen, die sich mit Anfragen an ZEBRA BW wenden, sind jene, die in neue religiöse Bewegungen hineingeboren wurden. Diese Menschen stehen vor einzigartigen Herausforderungen, wenn sie sich entscheiden, die Gruppe zu verlassen. Für Hineingeborene sind die Glaubensinhalte und die Gemeinschaft die einzige Realität, die sie seit ihrer Kindheit kennen - die Werte, Regeln und Überzeugungen der Gruppe sind tief in ihr Denken und ihre Identität eingebettet. Ein Austritt bedeutet daher für sie nicht nur den Verlust eines sozialen Umfelds, sondern oft auch eine grundlegende Infragestellung ihres Selbstverständnisses und ihrer gesamten Lebenswelt.

Menschen, die in eine neue religiöse Bewegung hineingeboren wurden, haben meist wenig oder gar keinen Kontakt zur Außenwelt, da viele Gruppen den Kontakt zu „Außenstehenden“ einschränken oder gar verbieten. Diese Abgeschlossenheit erschwert es Hineingeborenen, sich eigenständige Perspektiven zu erarbeiten. Für sie ist die Gemeinschaft oft der einzige Ankerpunkt in ihrem Leben, der ihnen sowohl soziale Bindung als auch moralische Orientierung gibt. Sie haben möglicherweise nie gelernt, alternative Meinungen und Weltanschauungen kritisch zu hinterfragen oder eigene Entscheidungen unabhängig zu treffen.

Ein Austritt stellt sie daher vor immense praktische und psychologische Schwierigkeiten. Viele Hineingeborene erleben im Zuge des Austritts eine tiefe Identitätskrise, da sie zum ersten Mal in ihrem Leben eine Welt betreten, die sich grundlegend von der abgeschlossenen Gemeinschaft unterscheidet, in der sie aufgewachsen sind. Der Verlust von Bezugspersonen und sozialen Netzwerken ist oft schmerzhaft und kann zu Isolation und Unsicherheit führen.

Dazu kommt die Herausforderung, sich in der „Außenwelt“ zurechtzufinden, neue soziale Kontakte aufzubauen und grundlegende Lebensfähigkeiten zu erlernen, die sie bisher vielleicht nicht entwickeln konnten.

Bei ZEBRA BW unterstützen wir Menschen, die sich aus neuen religiösen Bewegungen lösen möchten, und bieten ihnen Hilfe bei der Bewältigung der oft überwältigenden Herausforderungen des Austritts. Wir bieten ihnen Raum, ihre Zweifel, Ängste und Fragen auszudrücken, und begleiten sie dabei, die Außenwelt Schritt für Schritt zu erkunden.

Unser Ansatz ist darauf ausgerichtet, den Menschen Mut zu machen und sie zu ermutigen, ihre eigenen Werte und Überzeugungen zu entwickeln. Dabei arbeiten wir häufig an der Bewältigung der emotionalen Belastungen, die mit dem Verlust der Gemeinschaft einhergehen, und fördern Strategien zur Integration in die Gesellschaft. Oft ist es für Hineingeborene auch notwendig, grundsätzliche soziale Fähigkeiten und Selbstvertrauen zu entwickeln, um ein selbstbestimmtes Leben außerhalb der Gruppe führen zu können.

SPIRITUELLE KRISEN

Eine spirituelle Krise ist ein tiefgreifendes und oft herausforderndes Erlebnis, das Menschen in unterschiedlichen Lebensphasen betreffen kann. Sie kann durch eine Vielzahl von Faktoren ausgelöst werden, wie etwa persönliche Verlustsituationen, gesundheitliche Probleme, Lebensübergänge oder das Gefühl, im Leben festzustecken. In solchen Krisen hinterfragen viele Menschen ihre Überzeugungen, ihren Lebenssinn und ihre spirituelle Orientierung. Diese innere Auseinandersetzung kann zu großer Verunsicherung, Angst und Verzweiflung führen, da die gewohnten Glaubenssysteme und Lebensmuster ins Wanken geraten.

Bei ZEBRA BW erreichen uns immer wieder Anfragen von Menschen, die in einer spirituellen Krise stecken. Sie suchen Hilfe, weil sie sich mit Fragen auseinandersetzen, die oft fundamental sind: Wer bin ich? Was ist mein Zweck? Gibt es einen Sinn hinter meinem Leiden? Diese Krisen sind häufig von einer tiefen inneren Zerrissenheit geprägt, in der die Menschen

zwischen alten Glaubensmustern und neuen, noch ungewissen Überzeugungen hin- und hergerissen sind.

Menschen wenden sich an ZEBRA BW, weil sie eine neutrale und unterstützende Anlaufstelle suchen, um ihre Erfahrungen und Gefühle zu reflektieren. Sie möchten verstehen, was ihre Krise ausgelöst hat und wie sie diese bewältigen können. Die Angst, in ihrem Umfeld nicht verstanden zu werden, führt oft dazu, dass sie eine professionelle Beratung in Anspruch nehmen, die sowohl Raum für ihre Fragen bietet als auch einen respektvollen Umgang mit ihren individuellen Glaubensüberzeugungen pflegt.

ZEBRA BW bietet Menschen in spirituellen Krisen einen geschützten Raum, um ihre Gefühle und Ängste auszudrücken. Unsere Beratung zielt darauf ab, einfühlsam zuzuhören und den Menschen dabei zu helfen, ihre innere Auseinandersetzung zu strukturieren. Wir nutzen verschiedene Methoden, um die Selbstreflexion zu fördern und den KlientInnen zu unterstützen, ihre eigene Wahrheit zu finden. Dabei respektieren wir die Vielfalt der Glaubensüberzeugungen und bieten einen offenen, wertfreien Austausch an.

Ein wichtiger Aspekt unserer Unterstützung ist die Förderung der Resilienz - der Fähigkeit, mit schwierigen Lebenssituationen umzugehen. Wir ermutigen die KlientInnen, ihre eigenen Ressourcen zu erkennen und zu nutzen. Oft geht es darum, alternative Perspektiven zu entwickeln, die es ermöglichen, aus der Krise herauszuwachsen und neue Wege zu finden, die persönliche Spiritualität zu leben.

Es wäre wünschenswert hier auch Gruppenangebote anzubieten, in denen sich Menschen in ähnlichen Situationen austauschen können. Der Kontakt zu Gleichgesinnten kann entlastend wirken und zeigt, dass sie nicht allein sind in ihren Erfahrungen.

SATANISMUS/OKKULTISMUS

Bei ZEBRA BW spielen Anfragen zum Thema Satanismus und Okkultismus eine sehr kleine Rolle. Es gibt zwar vereinzelte Anfragen zu diesem sensiblen Thema, doch insgesamt ist die Zahl der Menschen, die sich ernsthaft mit

satanistischen Praktiken oder Überzeugungen auseinandersetzen, relativ gering.

Junge Menschen sind zunehmend über soziale Medien in Kontakt mit Themen wie Okkultismus. Diese digitale Welt bietet Zugang zu einer Vielzahl von Informationen, die oft von einem Mix aus Küchenpsychologie und esoterischen Überzeugungen geprägt sind. Diese Mischung kann für viele als ein spannendes Experiment angesehen werden, das ihnen hilft, ihre persönliche Identität zu erforschen und neue Wege der Selbsthilfe zu entdecken.

Der Zugang zu solchen Inhalten kann positiv sein: Die Beschäftigung mit Affirmationen und anderen Selbsthilfetechniken bietet vielen Menschen die Möglichkeit, sich mit ihren eigenen Gefühlen auseinanderzusetzen und Strategien zur persönlichen Weiterentwicklung zu entwickeln. In einer Zeit, in der viele nach Selbstbestimmung und Emanzipation streben, ist dieser Trend auch als Ausdruck einer neuen Form der Selbstermächtigung zu verstehen. Junge Menschen erproben verschiedene Methoden und Philosophien, um ihr eigenes Leben aktiv zu gestalten und sich von gesellschaftlichen Normen zu emanzipieren.

Trotz der positiven Aspekte birgt diese Entwicklung auch Risiken. Die Verbreitung von Informationen über Okkultismus auf Social-Media-Plattformen geschieht oft unreguliert und kann leicht von Anbietern ausgenutzt werden, die unseriöse oder gefährliche Praktiken propagieren. Viele dieser Anbieter nutzen die Unsicherheit und den Wunsch nach Zugehörigkeit junger Menschen aus, indem sie ihnen Lösungen für komplexe Probleme anbieten, die simplifiziert oder sogar schädlich sein können.

Einige dieser Angebote können psychologisch bedenklich sein oder den Menschen schaden, indem sie falsche Hoffnungen wecken oder sie in manipulative Praktiken verwickeln. Daher ist es wichtig, dass junge Menschen und ihre Angehörigen einen kritischen Blick auf die Inhalte werfen, die sie konsumieren, und die Quellen ihrer Informationen hinterfragen.

Bei ZEBRA BW sehen wir unsere Aufgabe darin, Menschen, die sich für diese Themen interessieren oder die möglicherweise in problematische Angebote verwickelt wurden,

Unterstützung zu bieten. Wir fördern einen offenen Dialog über Okkultismus und die damit verbundenen Praktiken, um die Hintergründe besser zu verstehen und einen kritischen Umgang mit diesen Themen zu erlernen.

Wir ermutigen junge Menschen, ihre Erfahrungen zu reflektieren und helfen ihnen, zwischen hilfreichen Selbsthilfestrategien und potenziell schädlichen Angeboten zu unterscheiden. Auf diese Weise möchten wir dazu beitragen, dass sie informierte Entscheidungen treffen und sich selbstbestimmt auf ihrer individuellen Lebensreise bewegen können.

Die Rolle der sozialen Medien ist dabei nicht zu unterschätzen. Deswegen haben wir u. a. auch einen Flyer zum Thema TikTok herausgebracht, gemeinsam mit dem Ministerium für Jugend, Kultus und Sport.

ETABLIERTE KIRCHEN

Die Anfragen zu etablierten Kirchen und deren Lehren spielen in der Beratung von ZEBRA BW eine vergleichsweise geringe Rolle. Dies hat mehrere Ursachen, die sowohl in der Struktur des Beratungsangebots als auch in den Bedürfnissen der Menschen liegen.

Einer der Hauptgründe ist, dass es bereits zahlreiche kirchliche Beratungsstellen gibt, die sich speziell mit Fragen rund um etablierte Religionen und deren Glaubensgemeinschaften beschäftigen. Diese Einrichtungen bieten kompetente Unterstützung und Informationen für Menschen, die Fragen zu ihrer religiösen Zugehörigkeit, zu Glaubenskonflikten oder zu spezifischen kirchlichen Lehren haben.

Die Arbeit der kirchlichen Weltanschauungsberatungsstellen ist von enormer Bedeutung und sollte keinesfalls in Frage gestellt oder gekürzt werden. Sie leisten einen wichtigen Beitrag zur Aufklärung über religiöse Themen und fördern das Verständnis zwischen verschiedenen Glaubensrichtungen. Diese Beratungsstellen sind oft die erste Anlaufstelle für Menschen, die Unsicherheiten oder Konflikte im Zusammenhang mit ihrem Glauben erleben.

Die Expertise der kirchlichen Beraterinnen und Berater ermöglicht es ihnen, individuell auf die Anliegen der Ratsuchenden einzugehen und eine vertrauensvolle Umgebung zu schaffen.

Hier können Menschen ihre Fragen zu Glaubensinhalt, Lebensführung oder persönlichen Krisen offen ansprechen und erhalten Unterstützung, die ihren religiösen Kontext berücksichtigt.

3.3 KOOPERATIONS- UND INFORMATI- ONSKONTAKTE

Kooperations- und Netzwerkarbeit spielen eine zentrale Rolle bei ZEBRA BW und sind entscheidend für die Weiterentwicklung unserer Beratungsangebote. Durch die aktive und produktive Vernetzung mit verschiedenen Akteuren und Institutionen im Bereich von Verschwörungstheorien sowie mit kirchlichen Weltanschauungsberatungsstellen schaffen wir Synergien, die unsere Arbeit bereichern und die Qualität unserer Beratung verbessern. Diese Kooperationen ermöglichen es uns, voneinander zu lernen, Best Practices auszutauschen und gemeinsam auf gesellschaftliche Herausforderungen zu reagieren.

Ein besonders wertvolles Forum für den Austausch ist die Vernetzung auf Bundes- und Länderebene. Seit diesem Jahr sind wir eingeladen, an Gesprächen teilzunehmen, die es uns ermöglichen, Entwicklungen in Baden-Württemberg mit bundesweiten Trends abzugleichen. Diese Perspektive hilft uns nicht nur, unsere eigenen Strategien anzupassen, sondern auch, unsere Arbeit in den größeren Kontext gesellschaftlicher Entwicklungen zu stellen.

Darüber hinaus pflegen wir auch den Austausch mit anderen deutschsprachigen Beratungsstellen, was uns einen Blick über den Tellerrand hinaus ermöglicht. Solche internationalen Kontakte fördern den Ideenfluss und die Entwicklung innovativer Ansätze in der Beratung.

Die regionalen Netzwerktreffen sind ebenso von großer Bedeutung. Sie fördern den direkten Kontakt zu anderen Beratungsstellen, sozialen Einrichtungen und Akteuren, die ähnliche Zielgruppen ansprechen. Hier entstehen nicht nur neue Kontakte, sondern auch gemeinsame Publikationen, Schreibprojekte und Einladungen zu Veranstaltungen und Vorträgen.

Diese Netzwerkaktivitäten helfen uns, unsere Sichtbarkeit zu erhöhen und unsere Expertise in der Öffentlichkeit zu etablieren. Durch gemeinsame Projekte und Veranstaltungen können wir unser Wissen weitergeben, Aufklärungsarbeit leisten und ein größeres Publikum erreichen. Netzwerkarbeit ist somit nicht nur ein Mittel zur Ressourcenteilung, sondern auch ein strategischer Ansatz, um unsere

Botschaften und Anliegen effektiv zu kommunizieren und die Wirksamkeit unserer Arbeit zu steigern.

Insgesamt stärkt die Kooperations- und Netzwerkarbeit bei ZEBRA BW unsere Position als kompetente und verlässliche Beratungsstelle und trägt dazu bei, dass wir den komplexen Herausforderungen im Bereich von Weltanschauungen und sozialen Themen noch besser begegnen können.

Die Durchführung von ExpertInneninterviews, insbesondere mit Studierenden, ist zudem ein wesentlicher Bestandteil unserer Netzwerk- und Kooperationsarbeit bei ZEBRA BW. Diese Interviews bieten nicht nur eine wertvolle Möglichkeit, aktuelle Forschungsergebnisse und Perspektiven in unsere Arbeit zu integrieren, sondern fördern auch den Austausch zwischen Theorie und Praxis.

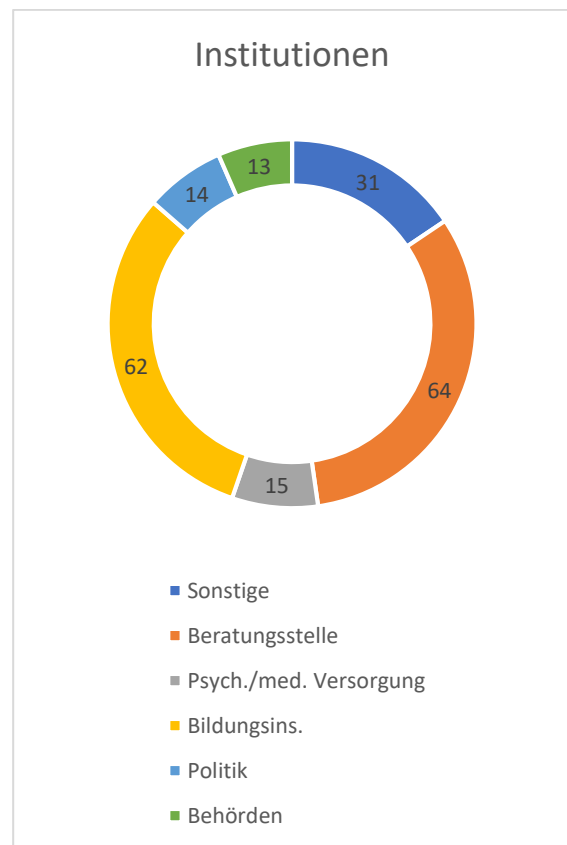


Abbildung 13 N-199 Kontakte mit Institutionen

Im Jahr 2024 verzeichnen wir einen erneuten Anstieg der Kooperationskontakte von 185 auf 199. Diese Zunahme und die wachsende Bedeutung von Kooperationen sind auch in unserem Arbeitsalltag zunehmend spürbar, da die Pflege und Weiterentwicklung von

Partnerschaften Zeit und Aufmerksamkeit erfordert. Am meisten wendeten sich Bildungsinstitutionen und andere Beratungsstellen an uns. In der folgenden Übersicht finden Sie eine detaillierte Auflistung der Treffen und Veranstaltungen, an denen wir teilgenommen haben.

Bedauerlicherweise mussten wir in diesem Jahr zu vielen Treffen „Nein“ sagen, da wir diese mit unseren personellen Kapazitäten nicht mehr stemmen können.

EXPERTINNENINTERVIEWS IM BILDUNGSSEKTOR

Wichtigkeit der ExpertInneninterviews:

1. **Aktualität und Relevanz:** ExpertInneninterviews ermöglichen uns, Einblicke in die neuesten wissenschaftlichen Erkenntnisse und Trends im Bereich von Weltanschauungen, Spiritualität und sozialen Phänomenen zu gewinnen. Studierende bringen oft frische Perspektiven und aktuelle Forschungsergebnisse mit, die unsere Beratungsansätze bereichern und anpassen können.
2. **Vernetzung mit der Wissenschaft:** Die Zusammenarbeit mit Studierenden und wissenschaftlichen Institutionen stärkt unsere Verbindungen zur akademischen Welt. Durch diese Netzwerke können wir unseren Austausch mit ForscherInnen und ExpertInnen intensivieren, was unsere Arbeit fundierter und evidenzbasierter macht.
3. **Praktische Anwendung von Forschung:** Die Interviews bieten eine Plattform, um theoretisches Wissen in praktische Anwendungen zu übersetzen. Studierende haben die Möglichkeit, ihre Erkenntnisse direkt in den Kontext der Beratung zu bringen, was zu innovativen Lösungsansätzen und Methoden führen kann.
4. **Förderung der wissenschaftlichen Neugier:** Durch die Einbeziehung von Studierenden in unsere Arbeit unterstützen wir deren akademische Entwicklung und fördern die wissenschaftliche Neugier. Diese Erfahrungen können wertvoll für ihre zukünftige berufliche Laufbahn sein und ihnen helfen, ein tieferes Verständnis für die Themen zu entwickeln, die wir bei ZEBRA BW behandeln.
5. **Feedback und Reflexion:** ExpertInneninterviews bieten die Gelegenheit, unsere eigenen Ansätze und Methoden zu reflektieren. Der Dialog mit Studierenden ermöglicht es uns, Feedback zu

erhalten und unsere Arbeit kontinuierlich zu verbessern.

6. **Öffentlichkeitsarbeit:** Schließlich können Ergebnisse und Erkenntnisse aus diesen Interviews auch in unsere Öffentlichkeitsarbeit einfließen. Sie tragen dazu bei, unsere Expertise und unser Engagement in der Beratungsarbeit zu unterstreichen und die Sichtbarkeit von ZEBRA BW in der Gesellschaft zu erhöhen.

Insgesamt sind ExpertInneninterviews eine wichtige Ergänzung zu unserer Netzwerk- und Kooperationsarbeit. Sie bereichern unsere Perspektiven, stärken die Verbindung zwischen Theorie und Praxis und fördern den kontinuierlichen Austausch von Wissen und Erfahrungen. Durch diese Zusammenarbeit stellen wir sicher, dass unsere Beratungsangebote stets aktuell und relevant bleiben und den Bedürfnissen unserer KlientInnen bestmöglich gerecht werden.

- 16.01.2024: Uni Passau. Anfrage wegen einem Interview zu rechter Esoterik.
- 18.01.2024: Walddorfschule Freiburg. Interview zu Verschwörungstheorien.
- 22.01.2024: Universität Passau. Interview mit zwei Studierenden zu rechter Esoterik zur Erstellung einer Infobroschüre.
- 26.01.2024: Modus ZAD. Interview zu Reichsbürgern, Selbstverwalten und zu *Anti-Authority Extremism* oder auch *verschwörungsideologischen Souveränismus*.
- 29.01.2024: Gymnasium Dresden-Pieschen, 10.Klasse. Interview zu sog. Sekten.
- 31.01.2024: St. Agnes Schule Stuttgart. Interview zu sog. Sekten mit drei Schülerinnen.
- 26.02.2024 Interview mit Schülerin (Klasse 11) zum Thema Austritt aus einer sog. Sekte.

- 26.02.2024 Interview mit Schülerin zum Thema Zeugen Jehovas und Kindererziehung. Sozialgymnasium Emmendingen.
 - 10.04.2024: Promotionsstudentin Uni Köln. Interview zu Affinität zu Verschwörungserzählungen.
 - 06.08.2024: Journalistin des BMBF. Fragen zu Raison.
 - 02.12.2024: StudentInneninterview zu Klimawandel und Verschwörungstheorien. Uni Salzburg.
 - 11.12.2024 ExpertInneninterview mit Uni Köln zum Umgang mit Verschwörungstheorien.
 - 12.12.2024 Gespräch mit VPN über unsere Beratungsstelle und unser Angebot.
- 8. **07.02.2024** - Onlinemeeting Bundesarbeitsgemeinschaft Weltanschauungsfragen. 1h Zoom.
 - 9. **08.02.2024** - Onlinemeeting Bundesnetzwerk Verschwörungstheorien.
 - 10. **13.02.2024** - Onlinemeeting Bundesnetzwerk Verschwörungstheorien.
 - 11. **28.02.2024** - Fachbeirat KONEX, Stuttgart.
 - 12. **05.03.2024** - Treffen mit Poliklinik Freiburg (vor Ort).
 - 13. **12.03.2024** - Netzwerktreffen DACHS, initiiert von der Bundesstelle für Sektenfragen in Österreich.
 - 14. **13.03.2024** - Onlinemeeting Bundesnetzwerk Verschwörungstheorien.
 - 15. **17.04.2024** - Onlinemeeting mit BAG Weltanschauungsfragen.
 - 16. **19.04.2024** - Netzwerktreffen Brengenz mit Kultusministerium, Österreich und Schweiz.
 - 17. **25.04.2024** - Treffen mit Auer-Verlag, Lektorat und Besprechung von Buchprojekt.
 - 18. **29.04-30.04.2024** - Netzwerktreffen in Halle an der Saale (Bundesnetzwerk Verschwörungstheorien).
 - 19. **14.05.2024** - Onlinetreffen mit dem Bundesnetzwerk Verschwörungstheorien.
 - 20. **15.05.2024** - Netzwerktreffen Bundesarbeitsgemeinschaft Weltanschauungsfragen.
 - 21. **16.05-17.05.2024** - Netzwerktagung Forschungsprojekt Raison Köln.
 - 22. **16.05-17.05.2024** - Bund-Ländergesprächskreis München.
 - 23. **24.05.2024** - Sekteninfo NRW 40 Jahresfeier. Jubiläum Essen.
 - 24. **11.06.2024** - Onlinetreffen mit DACHS.

NETZWERKTREFFEN

Wir nahmen an insgesamt 42 Netzwerktreffen teil. Diese finden Sie hier gelistet:

1. **10.01.2024** - Onlinemeeting Bundesarbeitsgemeinschaft Weltanschauungsfragen.
2. **11.01.2024** - Kooperationstreffen mit Vertreter des DGSF Freiburg).
3. **18.01.2024** - Onlinemeeting mit VERITAS.
4. **25.01.2024** - Netzwerksaustausch mit Kollegen von InfoSecta.
5. **26.01.2024** - Treffen mit den ProjektpartnerInnen von „Demokratie leben!“ in Freiburg.
6. **30.01.2024** - Führung durch das Institut für Grenzgebiete der Psychologie und Psychohygiene in Freiburg.
7. **05.02.2024** - Fachforum psychosoziale Beratungsstellen in Freiburg. Netzwerkaustausch bei Pro Familia.
8. **07.02.2024** - Onlinemeeting Bundesarbeitsgemeinschaft Weltanschauungsfragen. 1h Zoom.
9. **08.02.2024** - Onlinemeeting Bundesnetzwerk Verschwörungstheorien.
10. **13.02.2024** - Onlinemeeting Bundesnetzwerk Verschwörungstheorien.
11. **28.02.2024** - Fachbeirat KONEX, Stuttgart.
12. **05.03.2024** - Treffen mit Poliklinik Freiburg (vor Ort).
13. **12.03.2024** - Netzwerktreffen DACHS, initiiert von der Bundesstelle für Sektenfragen in Österreich.
14. **13.03.2024** - Onlinemeeting Bundesnetzwerk Verschwörungstheorien.
15. **17.04.2024** - Onlinemeeting mit BAG Weltanschauungsfragen.
16. **19.04.2024** - Netzwerktreffen Brengenz mit Kultusministerium, Österreich und Schweiz.
17. **25.04.2024** - Treffen mit Auer-Verlag, Lektorat und Besprechung von Buchprojekt.
18. **29.04-30.04.2024** - Netzwerktreffen in Halle an der Saale (Bundesnetzwerk Verschwörungstheorien).
19. **14.05.2024** - Onlinetreffen mit dem Bundesnetzwerk Verschwörungstheorien.
20. **15.05.2024** - Netzwerktreffen Bundesarbeitsgemeinschaft Weltanschauungsfragen.
21. **16.05-17.05.2024** - Netzwerktagung Forschungsprojekt Raison Köln.
22. **16.05-17.05.2024** - Bund-Ländergesprächskreis München.
23. **24.05.2024** - Sekteninfo NRW 40 Jahresfeier. Jubiläum Essen.
24. **11.06.2024** - Onlinetreffen mit DACHS.

25. **15.06.2024** - Verus-Klinik Todtmoos. Symposium „Toxische Psychotherapie eine gesellschaftliche Herausforderung“.
26. **05.07.2024** - Netzwerktreffen mit KOKO. Kostenlose Mediation in Freiburg. Austausch zu Verweismöglichkeiten.
27. **08.07.2024** - Netzwerktreffen mit dem Fachforum Freiburger Beratungsstellen.
28. **11.07.2024** - Einladung zum Austausch bei KOKO.
29. **12.07.2024** - Sommersitzung des Landesnetzwerks für Menschenrechte und Demokratieentwicklung in Stuttgart.
30. **19.07.2024-21.07.2024** - Jahresfachtagung 2024. Initiative zur Hilfe gegen seelische Abhängigkeit und religiösen Extremismus und der Bayerischen Arbeitsgemeinschaft Demokratischer Kreise e.V.
31. **10.09.2024** - Netzwerktreffen DACHS, initiiert von der Bundesstelle für Sektenfragen in Österreich.
32. **23.09.2024** - Gesprächstermin am Ministerium für Kultus, Jugend und Sport zu einem Austausch und Halbjahresbericht.
33. **09.10.2024** - Netzwerktreffen BAG.
34. **23.10.2024** - Austausch „Drei-Länder“ (online).
35. **28.10-29.10.2024** - Netzwerktreffen der Bundesarbeitsgemeinschaft für Verschwörungstheorien in Essen.
36. **30.10.2024** - Netzwerktreffen mit den Kollegen von Sekteninfo NRW.
37. **08.11.2024** - Bund-Länderaustausch (Online).
38. **28.11-29.11.2024** - RaisonN Forschungswerkstatt in Köln.
39. **03.12.2024** - Netzwerktreffen DACHS, initiiert von der Bundesstelle

für Sektenfragen in Österreich (online).

40. **06.12.2024** - Netzwerktreffen mit den Weltanschauungsbeauftragten der Kirchen in BaWü.
41. **10.12.2024** - Netzwerktreffen mit der Kripo Freiburg, Ofek, Leuchtlinie.
42. **11.12.2024** - Bundesarbeitsgemeinschaft Weltanschauungen.

Wir stellen an dieser Stelle mit Bedauern fest, dass wir sehr viele Netzwerktreffen aufgrund personeller Kapazitäten absagen mussten. Es freut uns sehr, dass ein so großes Interesse an Netzwerktreffen mit uns besteht und wir so viele Einladungen erhalten, doch unsere Kernaufgabe bleibt die Beratung von Menschen.

MITGLIEDSCHAFT BEI NETZWERKEN

In folgenden Netzwerken sind wir nun mittlerweile offiziell Mitglied:

FACHFORUM BERATUNG FREIBURG

Seit Beginn des Jahres 2023 sind wir aktiver Teil des Fachforums Beratungsstellen in Freiburg. Es finden zwei Treffen jährlich statt. Wir schafften es, an einem dieser Treffen teilzunehmen und haben in diesem Rahmen die Möglichkeit auch vor Ort auf unsere Themen aufmerksam zu machen und auf unser Beratungsangebot zu verweisen.

BUNDESWEITES NETZWERK FÜR VERSCHWÖRUNGSTHEORIEN

Wie bereits in den beiden vergangenen Jahren fanden auch 2024 diverse Netzwerktreffen des Bundesnetzwerkes für Verschwörungstheorien statt.

Wir nahmen an beiden Treffen teil und reisten dafür nach Halle an der Saale. Zu einem weiteren Treffen kamen wir nach Essen in die Räumlichkeiten der Sekten Info NRW. Der Austausch in diesem Netzwerk bezieht sich v. a. auf den Umgang mit Verschwörungstheorien und ist für uns in vielerlei Hinsicht sehr gewinnbringend und erkenntnisreich. In diesem Rahmen können wir u. a. feststellen, dass sich Trends, die es in Baden-Württemberg gibt, auch in anderen Bundesländern gibt (etwa die

Altersradikalisierung). Gleichzeitig bieten diese Treffen auch eine Möglichkeit der internen Fortbildungen. In diesem Jahr gab es u. a. einen spannenden Vortrag zu Reichsbürgern und Fragen des Kindeswohls.

LANDESNETZWERK FÜR MENSCHENRECHTE UND DEMOKRATIEENTWICKLUNG

Seit Juli 2022 ist ZEBRA/BW Mitglied des Landesnetzwerkes für Menschenrechte und Demokratieentwicklung.

2024 nahmen wir leider an nur einem Treffen teil. Aus Gründen der Kapazität war uns die Teilnahme an weiteren Treffen leider zeitlich nicht möglich.

FECRIS

Wir freuen uns, seit 2023 auch Mitglied bei FECRIS (Federation Européenne des Centres de Recherche et d'information sur le Sectarisme) zu sein. Bedauerlicherweise konnten wir in diesem Jahr nicht an der Tagung teilnehmen.

FACHBEIRAT KONEX

Seit Ende 2023 sind wir Mitglied im Fachbeirat des Kompetenzzentrums gegen Extremismus in BW (KONEX BW). In seiner Sitzung am 21.09.23 erachtete der Lenkungsausschuss KONEX ZEBRA als geeignetes neues Mitglied, um die Expertise des Fachbeirats gewinnbringend zu erweitern. Die erste Sitzung des Lenkungsausschusses fand am 28.02.24 in Stuttgart statt.

BUNDESARBEITSGEMEINSCHAFT WELTANSCHAUUNGSFRAGEN

Frau Kargl und Herr Buschborn von IUVENES initiierten die Gründung dieses Netzwerkes bei dem Fachtag in Berlin 2023. Es fanden im Anschluss mehrere Onlinetreffen zum Austausch statt. Ein gemeinsames Positionspapier entstand. Auch 2024 trafen wir uns mehrfach mit dem Bundesnetzwerk. Es fand im Rahmen der Tagung von Udo Schuster auch ein Vor-Ort-Treffen statt.

BUND-LÄNDER-GESPRÄCHSKREIS

Wir waren in diesem Jahr erstmalig als Teilnehmende zum Bund-Ländergesprächskreis nach München eingeladen, was uns sehr freute. Bei einem weiteren Termin im Oktober nahmen wir an einem Online-Austausch teil.

BAG RELEX

Besonders freuen wir uns auch darüber, seit diesem Jahr in die Bundesarbeitsgemeinschaft gegen religiös begründeten Extremismus aufgenommen worden zu sein. <https://www.bag-relex.de/>

3.4 PRESSEKONTAKTE

Die Öffentlichkeitsarbeit nimmt bei ZEBRA BW eine zentrale Rolle ein, da sie es uns ermöglicht, unsere Anliegen, Angebote und die Herausforderungen, mit denen wir konfrontiert sind, in die Öffentlichkeit zu tragen. Dadurch können wir nicht nur über unsere Beratungsleistungen informieren, sondern auch Bewusstsein für die Themen schaffen, die uns am Herzen liegen - sei es im Bereich von Weltanschauungen, spirituellen Krisen oder der Auseinandersetzung mit Verschwörungstheorien.

Allerdings stehen wir in der Öffentlichkeitsarbeit vor einem Dilemma: Viele JournalistInnen wünschen sich den direkten Kontakt zu Betroffenen, um authentische Geschichten und Perspektiven in ihre Berichterstattung einfließen zu lassen. Hier müssen wir jedoch unsere ethischen Grundsätze und datenschutzrechtlichen Verpflichtungen wahren.

Dieses Vorgehen ist nicht nur eine gesetzliche Vorgabe im Sinne des Datenschutzes, sondern auch ein Ausdruck unseres Verantwortungsbewusstseins gegenüber den Menschen, die sich an uns wenden. Wir möchten sicherstellen, dass sich unsere KlientInnen in einem geschützten Raum bewegen, in dem ihre Privatsphäre respektiert wird.

Zudem sehen wir in manchen Fällen die Gefahr, dass eine Kontaktaufnahme mit der Presse kontraproduktiv sein kann, insbesondere wenn sich die Betroffenen noch mitten in Konfliktprozessen befinden. Ein frühzeitiger medialer Fokus kann zu einer weiteren Eskalation führen und den betroffenen Personen zusätzlichen Druck ausüben, was ihre Situation noch komplizierter machen könnte. Wir möchten daher die Integrität und das Wohlbefinden der Menschen, die sich uns anvertrauen, schützen und sie ermutigen, sich zunächst stabil zu fühlen, bevor sie möglicherweise ihre Geschichten öffentlich teilen.

Trotz dieser Herausforderungen bleibt die Öffentlichkeitsarbeit ein essenzieller Bestandteil unserer Mission. Durch Aufklärung, Information und Sensibilisierung möchten wir das Bewusstsein für die Anliegen und Herausforderungen, die wir behandeln, schärfen. Wir engagieren uns aktiv dafür, dass unsere Stimme in der

öffentlichen Diskussion Gehör findet, während wir gleichzeitig die Rechte und Bedürfnisse unserer KlientInnen stets an erste Stelle setzen.

Sollten Ratsuchende explizit einen Pressekontakt wünschen, geben wir entsprechend Kontakte weiter. Denn für manche Menschen, die in Krisensituationen sind oder sich mit sensiblen Themen auseinandersetzen, kann die Presse ein hilfreiches Medium sein, um Gehör zu finden und ihre Anliegen in die Öffentlichkeit zu tragen.

Die Berichterstattung kann dazu beitragen, das Bewusstsein für gesellschaftliche Probleme zu schärfen, die oft im Verborgenen bleiben. Durch das Teilen ihrer Geschichten können Betroffene nicht nur ihre individuelle Perspektive vermitteln, sondern auch auf Missstände aufmerksam machen, die möglicherweise vielen anderen Menschen ebenfalls widerfahren sind. Dies kann nicht nur eine kathartische Wirkung für die Betroffenen haben, sondern auch andere ermutigen, sich zu melden und ihre eigenen Erfahrungen zu teilen.

Wenn wir Kontakte vermitteln, ist es entscheidend, dass die Privatsphäre und die Würde der Betroffenen gewahrt bleiben. Hier sind einige wichtige Punkte, die beachtet werden sollten:

1. **Einwilligung und Informiertheit:** Bevor Betroffene ihre Geschichten mit den Medien teilen, sollte sichergestellt werden, dass sie vollständig über die möglichen Auswirkungen der Berichterstattung informiert sind und ihre ausdrückliche Zustimmung gegeben haben. Dies ist besonders wichtig, um sicherzustellen, dass sie sich mit der Veröffentlichung wohlfühlen und die Kontrolle über ihre eigene Geschichte behalten.
2. **Schutz vor Eskalation:** Wie bereits erwähnt, kann eine vorzeitige mediale Aufmerksamkeit in Konfliktsituationen kontraproduktiv sein. Die Presse sollte darauf achten, dass die Berichterstattung nicht zu einer weiteren Eskalation der Situation führt und dass die betroffenen Personen ausreichend geschützt werden.

3. **Sensibilität für die Thematik:** Journalistinnen und Journalisten sollten sich der Sensibilität der Themen bewusst sein, die sie behandeln. Eine respektvolle und einfühlsame Herangehensweise ist notwendig, um die Erfahrungen der Betroffenen authentisch darzustellen, ohne sie weiter zu traumatisieren oder zu stigmatisieren.
4. **Vermittlung von Kontext:** Berichterstattung sollte den Kontext der Erfahrungen der Betroffenen angemessen darstellen. Es ist wichtig, dass die Geschichten nicht isoliert oder sensationalisiert werden, sondern in einem breiteren gesellschaftlichen Rahmen betrachtet werden.

Im Folgenden stellen wir Ihnen unsere Pressekontakte von 2024 zusammen.

PRESSESPIEGEL

- **11.01.24:** RTL EXTRA. *Recherche* zum Esoterikmarkt Hintergrundgespräch. Frage nach Strukturen, Einschätzungen und Betroffenen.
- **11.01.24:** SWR. *Recherche* zu sog. Achtsamkeitscamps. Hintergrundinformationen und Kontakt zu Betroffenen.
- **11.01.2024:** TU Dortmund. *Recherche* zu El Yunque.
- **11.01.2024:** Studentenradio München M94.5. *Interview* zu sog. Sekten und zur Definition des Sektenbegriffes.
- **16.01.2024:** Badische Zeitung. Veröffentlichung unsere Pressemitteilung: <https://www.badische-zeitung.de/der-bera-tungsbedarf-bei-esoterik-steigt-auch-in-freiburg>
- **29.01.2024:** SWR. *Hintergrundgespräch* zu Nebenwirkung und Risiken von Meditation.
- **30.01.2024:** Südbaden TV. *Fernsehinter-view* zu unserem Jahresbericht. <https://www.baden-tv-sued.com/media-thek/video/sinnkrisen-und-co-vier-jahre-beratung-in-freiburg/>
- **30.01.2024:** Südbaden TV. *Fernsehinter-view* zu unserer Gesprächsgruppe
- **30.01.2024:** Südbaden TV. *Fernsehinter-view* zum Buch Filterblasenkinder.
- **30.01.2024:** Verband Bildungsmedien, Ankündigung: [Forum Unterrichtspraxis 2024 - Verband Bildungsmedien](#)
- **30.01.2024:** Berghof Foundation. Podcast Filterblasenkinder. [1. Filterblasenkinder • Gefangen im Netz - gute Ideen gegen extreme Ansichten \(spotify.com\)](#)
- **07.02.2024:** Westfalenpost: Interviewgespräch zur Entwicklung von Esoterik. <https://www.wp.de/region/sauer-und-sieger-land/ich-bin-eine-kraeuter-hexe-id241604436.html>
- **08.02.2024:** Süddeutsche. *Hintergrundgespräch* zu Multilevelmarketing.
- **15.02.2024:** SWR. Brust Raus. *Interview* zum Umgang mit Verschwörungstheorien. YouTube (14.05.2024) Entführte Kinder & geklonte Stars: Was steckt hinter Verschwörungstheorien? <https://www.youtube.com/watch?v=l8eq2izpaZg>
- **27.02.2014:** WDR. *Radiobeitrag* zu Astrologie und Jugendlichen. *Interview*. <https://www1.wdr.de/radio/wdr5/sendungen/lebenszeichen/index.html>
- **01.03.2024:** KURIER Medienhaus *Interview* zum Thema Esoterik.
- **05.03.2024:** Stuttgarter Zeitung. Anfrage zu ManKindProject. Hintergrundgespräch
- **12.03.2024:** Stuttgarter Zeitung. *Interview* zu unserem Jahresbericht [Sekten, Coaches und Co. in Baden-Württemberg: Was sind die bedenklichsten Psychogruppen im Land? - Baden-Württemberg \(stuttgarter-zeitung.de\)](#)
- **19.03.2024:** ZDF Magazine Royal. Sexuelle Übergriffe in hierarchischen Gruppen. <https://www.youtube.com/watch?v=7F45HwAkc1A>
- **28.03.2024.** Sindelfinger Zeitung: <https://www.szbz.de/nachrichten/artikel/was-sind-die-bedenklichsten-psychogruppen-im-land>
- **05.04.2024:** ZDF Magazine Royale. Hintergrundgespräch zu astrologischer Lebensberatung.
- **16.04.2024** Mix Talk ARD. Hintergrundrecherche zu Esoterik.
- **30.04.2024** Corrigenda. Anfrage zu Islam und Kindern. *Interview*. <https://www.corrigenda.online/trend/der-instagram-islam-auf-eroberungsfeldzug>
- **02.05.2024** Stuttgarter Zeitung. *Interview* zu Männlichkeits- und Weiblichkeitscoaches. [https://www.stuttgarter-zeitung.de/inhalt.coaching-szene-meistens-ist-das-nur-etwas-bessere-kuechenpsychologie.390dc48a-943b-4ba0-a023-735ed53ec196.html](https://www.stuttgarter-zeitung.de/inhalt/coaching-szene-meistens-ist-das-nur-etwas-bessere-kuechenpsychologie.390dc48a-943b-4ba0-a023-735ed53ec196.html)
- **07.05.2024** Rhein-Neckar-Zeitung. https://www.rnz.de/region/rhein-neckar_artikel,-Verschwoerungsmymen-Wie-soll-man-

[mit-Abdriftenden-umgehen-
_arid,1331822.html](https://www.ard.de/mediathek/audio/ard/mediathek_audio-1331822.html)

- 14.05.2024: Bayerischer Rundfunk. Anfrage zu Mr. X. Recherche.

- 15.05.2024: BNN Interview zum Esoterikmarkt <https://bnn.de/mittelbaden/baden-baden/human-design-was-steckt-hinter-dem-esoterik-trend>

- 27.05.2024 Stuttgarter Zeitung: Interview. <https://www.stuttgarter-zeitung.de/inhalt.halt.coaching-szene-meistens-ist-das-nur-etwas-bessere-kuechenpsychologie.390dc48a-943b-4ba0-a023-735ed53ec196.html>

- 28.05.2024: RTL EXTRA Hintergrundgespräch zu Marc Galal

- 24.05.2024: Unicross Freiburg: [Mit Esoterik durch die Krise? » UniCROSS \(uni-freiburg.de\)](https://www.uni-freiburg.de/uni-cross/magazin/2024/05/24/mit-esoterik-durch-die-krise-uni-cross-uni-freiburg-de)

- 04.06.2024: SWR. Recherche zum Coachingmarkt. Bitte um Vermittlung von Kontakten

- 05.06.2024: SRF-. Recherche zum Coachingmarkt. Hintergrundgespräch zu Risiken und Nebenwirkungen von Coaching.

- 11.06.2024: Anfrage SWR zu Falung Gong. Recherche.

- 11.06.2024: Anfrage WDR Coaching. Recherche.

- 04.07.2024: SWR. Interview zum Thema Manifestation.

- 09.07.2024: WDR. Anfrage zum Thema Moderne Hexen. Recherche.

- 18.07.2024 WDR: Interview Wichtok.

- 06.08.2024: WDR. Suche nach Betroffenen von Verschwörungserzählungen.

- 06.08.2024 Stuttgarter Zeitung. Anfrage zu ritueller Gewalt.

- 13.08.2024: Bundesministerium für Bildung und Forschung: [Empirische Befunde zu den Auswirkungen von Verschwörungsideologien auf den sozialen Nahraum | Geistes- & Sozialwissenschaften \(geistes-und-sozialwissenschaften-bmbf.de\)](https://www.bmbf.de/empirische-befunde-zu-den-auswirkungen-von-verschwuerungs-ideologien-auf-den-sozialen-nahraum-geistes-und-sozialwissenschaften-geistes-und-sozialwissenschaften-bmbf.de)

- 02.09.2024: ARD Hintergrundgespräch.

- 03.09.2024: Badische Zeitung. Interview zu TikTok.

- 25.09.2024: BADISCHE ZEITUNG: Kurz, emotional aus dem Kontext gerissen. Artikel zu TikTok mit Interview von Sarah Pohl.

- 8.10.24 Anfrage und Interview Südwestpresse zu Zeugen Jehovas. <https://www.swp.de/lokales/ehingen/zeugen-jehovas-in-der-kritik-fotograf-andy-reiner-gibt-aussteigern-eine-stimme-77582300.html>

- 6.11.2024: Scheinheilig. Interview für den Kongress Scheinheilig. <https://www.youtube.com/watch?v=Q1y108Nrlm0>

- 25.11.2024: Psychologie Heute. Interview zu Filterblasenkindern.

- 03.12.2024 Interview mit der Stuttgarter Zeitung zur Entwicklung auf dem weltanschaulichen Markt. <https://www.stuttgarter-zeitung.de/inhalt.dubiose-coaches-und-wunderheiler-im-land-bei-misserfolg-heisst-es-du-bist-nicht-offen-genug.98d951cf-5df6-43b8-b372-507a72f46617.html>

- 03.12.2024 Presseanfrage SWR zu Scientology. Recherche.

- 05.12.2024: Interview Podcast Susanne Tanneberger.

- 09.12.2024: SWRFernsehen zum esoterischen Markt und Kirche. Interview.

- 12.12.2024: Jungle World. Interview zum Esoterikmarkt.

- 16.12.2024 Deutschlandfunk. Recherchegespräch Coachingmarkt.

3.5 VORTRÄGE

2024 hielten wir insgesamt 39 Vorträge und Workshops. Diese möchten wir im Folgenden listen und verzichten hier auf eine statistische Darstellung.

Insgesamt erreichten wir bei unseren Vorträgen mehr als 1200 interessierte Zuhörerinnen und Zuhörer. Teils ließ sich die Teilnehmerszahl nur grob schätzen.

- **17.01.2024: KHG und Coexisters Freiburg.** Workshop zum Thema: Umgang mit schwierigen Meinungen. 19-21.30. KHG Freiburg. 30 TN.



Abbildung 14 Titel Vortrag Coexisters

- **23.01.2024 Jugendamt Böblingen und Leonsberg:** Vortrag zur Vorstellung von ZEBRA/BW zu dem Umgang mit Grenzfällen im Kontext Kindeswohl. 1,5 h 25 TN. Zoom.
- **25.01.2024 Polizeipräsidium Stuttgart.** Strategiepaten. Vortrag zum Thema: Umgang mit Reichsbürgern, Extremisten und Verschwörungstheoretikern. 2 h 40 TN.
- **08.02.2024 Bundesnetzwerk Verschwörungstheorien.** Inputvortrag zu radikalisierten SeniorInnen. 8 TN.
- **28.02.2024 Fachbeirat Konex.** Kurzvorstellung ZEBRA BW. Ca. 15 TN.
- **28.02.2024 Theater Esslingen.** Input zum Umgang mit Verschwörungstheorien in Bezug auf ein Theaterstück, welches an Schulen gespielt werden soll. 6 TN.
- **14.03.2024 Deutscher Philologenverband:** Vortrag mit Mirijam Wiedemann zum Thema „Filterblasenkinder in der Schule“ (Online). 43 TN.
- **19.03.2024 Frauengruppe Offenburg.** Input zum Thema „Umgang mit schwierigen Meinungen“. 12 TN. 2 h.
- **20.03.2024 Dienstbesprechung der Schulleitungen im Bodenseekreis und im Landkreis Ravensburg.** Bad Waldsee. Der Umgang mit Kindern und Jugendlichen aus religiösen und weltanschaulichen Filterblasen. (Pohl/Wiedemann). 1h 20 TN.
- **20.03.2024 Dienstbesprechung der Schulleitungen im Bodenseekreis und im Landkreis Ravensburg.** Bad Waldsee. Der Umgang mit Kindern und Jugendlichen aus religiösen und weltanschaulichen Filterblasen. (Pohl/Wiedemann). 1h 23 TN.
- **22.03.2024 Buchmesse Leipzig. Forum Sachbuch und Wissenschaft.** „Zwischen den Welten. Filterblasenkinder verstehen und unterstützen“ 45 min- ca. 45 TN.
- **23.03.2024 Buchmesse Leipzig. Forum Bildungsmedien.** „Zwischen den Welten. Filterblasenkinder verstehen und unterstützen“ 45 min. Ca. 45 TN.
- **09.04.2024 DGSF Regionalgruppe Freiburg.** Vortrag zum Thema: Systemischer Umgang mit Verschwörungserzählungen. 15 TN.
- **11.04.2024 Kinderdorf Wahlwies.** Weiterbildung für Mitarbeitende zum Thema „Religiöse Erziehung. Chancen und Risiken“ 5 TN.
- **16.04.2024 Phönixtheater Rastatt.** Workshop zum Umgang mit Verschwörungstheorien. 2,5 h. 10 TN.
- **19.04.2024.** Kindeswohlgefährdung in religiösen und weltanschaulichen Gemeinschaften. EKD. Online. 87 TN. 3 h.
- **25.04.2024 Schriesheim.** „Wie Sie gelassener mit Verschwörungsgläubigen umgehen“. Grüne Liste Schriesheim. 2h. 60 TN.
- **02.05.2024 Freiburg SMD.** „Umgang mit schwierigen Meinungen“. Heilsarmee Freiburg. 3h. 17 TN.
- **14.05.2024 Freiburg ZEBRA/BW.** Besuch einer Klasse. Vorstellung unserer Beratungsarbeit. Fragerunde. 10.30 Uhr. 15 TN.

- **14.05.2024 Friedrich-Schiller-Universität JENA.** Online-Vortrag zum „Umgang mit schwierigen Meinungen. 20-21 Uhr. 18 TN.
- **24.05.2024 SEKTENINFO NRW.** Grußworte von Sarah Pohl anlässlich der 40 Jahresfeier in Essen NRW. 50 TN.
- **10.06.2024 Dienstbesprechung der Schulleitungen im Raum Stuttgart.** Der Umgang mit Kindern und Jugendlichen aus religiösen und weltanschaulichen Filterblasen. (Pohl/Wiedemann). 1h (10 TN).
- **10.06.2024 Dienstbesprechung der Schulleitungen im Raum Stuttgart.** Der Umgang mit Kindern und Jugendlichen aus religiösen und weltanschaulichen Filterblasen. (Pohl/Wiedemann). 1h (8 TN).
- **14.06.2024 Verus-Klinik Todtmoos. Symposium „Toxische Psychotherapie eine gesellschaftliche Herausforderung“.** Vortrag mit zwei Fallvignetten. Sarah Pohl und Luisa Heizmann. 40 TN.
- **11.07.2024 KOKO Freiburg.** Vorstellung der Beratungsstelle ZEBRA bei der Konstruktiven Konfliktbearbeitung <https://www.koko-freiburg.de/> 20 TN
- **12.07.2024 Universität Stuttgart.** Vortrag zum Thema „Umgang mit Verschwörungstheorien“. 1,5 h 20 TN.
- **17.07 Paula Fürst Schule.** Gestaltung eines Vormittages zum Thema Fake News und Verschwörungstheorien. 20 TN 4 h.
- **20.07.2024 Jahresfachtagung 2024.** Initiative zur Hilfe gegen seelische Abhängigkeit und religiösen Extremismus und der Bayrischen Arbeitsgemeinschaft Demokratischer Kreise e.V. Vortrag zum Thema: „Psychologische Aspekte der Zugehörigkeit zu einer geschlossenen religiösen Gruppierung“ 80 TN.
- **20.07.2024 Jahresfachtagung 2024.** Initiative zur Hilfe gegen seelische Abhängigkeit und religiösen Extremismus und der Bayrischen Arbeitsgemeinschaft Demokratischer Kreise e.V. Vortrag zum Thema „Zwischen den Welten: Filterblasenkinder verstehen und unterstützen. 80 TN.
- **17.09.2024 Jugendberatung Freiburg.** Umgang mit Verschwörungserzählungen. Workshop 4 Stunden. 20 TN. H und SP.
- **09.10.2024 Strategiepaten Reutlingen.** Umgang mit Verschwörungstheorien. 1,5 h. 40 TN.
- **15.10.2024 Jugendzentrum Weingarten/Freiburg.** Umgang mit schwierigen Meinungen.
- **17.10.2024 FZKJ. Freiburg.** Fachtag Brennpunkt. Umgang mit Filterblasenkinder und Kindeswohlgefährdung. 2 h 10 TN.
- **21.10.2024 Regierungspräsidium Freiburg.** Vortrag zum Umgang mit Verschwörungstheorien. 2 h. 150 TN.
- **22.10.2024. Podiumsdiskussion** zum Thema Weltanschauungen in Therapie und Beratung. IZRD. Online. 53 TN.
- **24.10.2024 Landratsamt Freiburg.** Workshop zum Thema Filterblasenkinder. 3h. 10 TN.
- **25.10.2024 Siegerehrung** und kurze Ansprache zu „Triumphe der Toleranz“ Freiburg. Haus 27. (30 TN).
- **08.11.2024 Seminar Wildwasser.** Freiburg. Thema „Sexualität in neureligiösen Bewegungen“ 2 h (15 TN).
- **13.11.2024 Bewährungs- und Gerichtshilfe Baden-Württemberg.** Online. „Umgang mit Verschwörungsgläubigen. 2 h. 20 TN.



Abbildung 16 Vortrag Grüne Liste

3.6 ZUSAMMENFASSUNG

Was zeigt die Auswertung unserer Zahlen?

Mit 513 Erstkontakten von Ratsuchenden verzeichnen wir einen weiteren Anstieg im Vergleich zum Vorjahr. Auch die Gesamtzahl der Beratungskontakte mit Ratsuchenden ist auf 1.285 gestiegen. Zudem beobachten wir eine weitere Verschiebung im Bereich primär/sekundär Betroffene. In diesem Jahr wurden wir deutlich häufiger von primär Betroffenen kontaktiert.

Thematisch lässt sich eine Zunahme im Bereich **Coaching** feststellen. Spitzenreiter bildet mit 125 Anfragen der Bereich **Esoterik**, gefolgt von 122 Anfragen zu **Verschörungstheorien**, 88 Anfragen zu **evangelikalen Gruppierungen** und dicht dahinter 78 Anfragen zum Bereich **Coaching**. Neue religiöse Gruppierungen belegen mit 56 Anfragen den 5. Platz.

Die Zunahme der Anfragen im Bereich **Coaching** führen wir zum einen auf die Unterversorgung im psychosozialen Markt und zum anderen auf ein weiterhin bestehendes Bedürfnis nach Orientierung, Sinn und Führung zurück, was insbesondere in Krisenzeiten verstärkt auftritt.

Die Anfragen zu **Verschörungstheorien** sind nicht, wie wir erwartet hätten, weiter zurückgegangen, sondern haben leicht zugenommen und belegen nun den 2. Platz. Dabei stellen wir fest, dass sich die Themen verschoben haben - es geht weniger um Theorien zu Gesundheit, sondern vermehrt um weltpolitische Themen.

Die weiterhin hohe Zahl an Anfragen zu **evangelikalen Gruppierungen** steht oft auch im Zusammenhang mit dem Aufwachen in solchen Gemeinschaften. Die Anfragen in diesem Bereich sind sehr heterogen, was darauf hinweist, dass die betroffenen Personen unterschiedliche Perspektiven und Erfahrungen mitbringen. Es bleibt abzuwarten, wie sich die Anfragen in diesem Bereich im kommenden Jahr entwickeln werden.

Insgesamt beobachten wir weiterhin einen Trend zu spirituellem **Coaching**, Heilmethoden und esoterischen Angeboten.

Der Bedarf an Workshops und Vorträgen ist enorm, und wir würden gerne besser auf diese Bedürfnisse eingehen. Leider ist dies im Rahmen der derzeit verfügbaren Ressourcen nicht mehr in dem Maße möglich, wie wir es uns wünschen. Viele Vorträge sind mit langen Anreisen und Übernachtungen verbunden, was uns an den Rand unserer personellen Kapazitäten bringt - und teilweise auch darüber hinaus. Leider konnten wir 2024 nicht mehr alle Anfragen nach Vorträgen und Workshops gerecht werden. Wir versuchen, bevorzugt Anfragen von Schulen und Bildungseinrichtungen zu bearbeiten.

Es wäre jedoch sehr wünschenswert, wenn mehr finanzielle Ressourcen zur Verfügung stünden, um unser Angebot in diesem Bereich auszuweiten. Damit wir mit dieser für uns unbefriedigenden Situation besser umgehen können, haben wir uns dazu entschlossen, ehrenamtlich und mit hohem persönlichen Aufwand Bildungsmaterialien zu erstellen. Gemeinsam mit dem Verlag an der Ruhr wird im kommenden Jahr Unterrichtsmaterial entwickelt, das auf unseren „Best Practices“ und den in unseren Seminaren erprobten Methoden basiert. So können wir - falls weiterhin viele Anfragen bestehen - auf dieses Material zurückgreifen und es als Alternative oder Ergänzung zu persönlichen Workshops und Vorträgen anbieten.

In der Beratung konnten wir ein gleichbleibendes Niveau aufrechterhalten. Wir sind bestrebt, die Qualität unserer Beratungsangebote zu sichern und weiter auszubauen, um den Bedürfnissen der Ratsuchenden gerecht zu werden. Gleichzeitig ist es uns ein großes Anliegen, die Öffentlichkeit über unsere besonderen Themenfelder und Beobachtungen zu informieren. Dies geschieht in der Regel schriftlich, beispielsweise durch die Veröffentlichung von Büchern und Flyern, die unsere Erkenntnisse und Erfahrungen zusammenfassen.

Die Kooperationskontakte übersteigen bei Weitem unsere Kapazitäten. Daher mussten wir auch in diesem Jahr gezielt auswählen, an welchen Veranstaltungen wir teilnehmen können. Allein 42 Netzwerktreffen, die teils ein oder mehrere Tage dauerten, strapazierten unsere personellen Ressourcen und konnten nur durch hohes ehrenamtliches Engagement durchgeführt werden. Wir bedauern dies sehr, sehen

jedoch kaum eine Möglichkeit, an noch mehr Netzwerkveranstaltungen teilzunehmen. An dieser Stelle möchten wir uns bei allen NetzwerkpartnerInnen entschuldigen, deren Veranstaltungen wir nicht besuchen konnten. Dies liegt keinesfalls an mangelndem Interesse, sondern schlichtweg an der hohen Auslastung unserer Beratungsstelle.

Erfreulicherweise finden manche Veranstaltungen auch online statt. Dies entlastet uns insofern, dass die Zeiten für An- und Abreise entfallen. Wichtig ist uns jedoch, dass wir durch Netzwerktreffen keinesfalls die Quantität und Qualität unserer Beratung beeinträchtigen möchten. Daher verzichten wir insbesondere auf Netzwerktreffen, wenn das Beratungsaufkommen besonders hoch ist.

2024 fanden etwas weniger Pressekontakte statt. Allerdings konnten wir in einigen sehr wichtigen Formaten Stellung beziehen, wie etwa bei ZDF Magazin Royal, in der Psychologie Heute oder gleich mehrfach in der Stuttgarter Zeitung.

4. WEITERE ARBEITSFELDER UND PROJEKTE

An dieser Stelle möchten wir all die weiteren Projekte, Veränderungen und Ergebnisse, welche 2024 initiiert wurden, vorstellen.

Im Jahr 2024 haben wir bei ZEBRA BW verschiedene spannende Projekte und Arbeitsfelder etabliert. Ein besonderes Highlight war der Schreibwettbewerb, den wir veranstaltet haben. Die eingereichten Texte wurden in einem kleinen Buch veröffentlicht, das nicht nur die kreativen Stimmen der Teilnehmenden widerspiegelt, sondern auch eine Plattform bietet, um wichtige gesellschaftliche Themen zu diskutieren. Zur Feier der besten Beiträge führten wir eine feierliche Siegerehrung durch, die großen Anklang fand.

Darüber hinaus haben wir mit Fördermitteln von „Demokratie leben!“ eine Gesprächsgruppe für Angehörige von verschwörungsgläubigen und radikalisierten Menschen etabliert. Dieses Angebot bietet Betroffenen die Möglichkeit, sich in einem geschützten Rahmen auszutauschen und Unterstützung zu finden.

Wir haben auch neues Flyermaterial herausgegeben, um unsere Informationsarbeit zu erweitern und gezielter auf unsere Themen aufmerksam zu machen. In diesem Zusammenhang arbeiteten wir an mehreren Publikationen, die unsere Erkenntnisse und Erfahrungen dokumentieren und verbreiten.

Zusätzlich haben wir unsere Podcastreihe fortgesetzt und weitere Folgen veröffentlicht, um eine breitere Öffentlichkeit über aktuelle Themen und Herausforderungen zu informieren.

Ein weiterer wichtiger Schritt in unserer Arbeit ist die Partnerschaft mit der Technischen Hochschule Köln im Projekt Raison, in dessen Rahmen wir Forschungsergebnisse und praktische Erfahrungen miteinander verknüpfen, um effektive Präventionsstrategien zu entwickeln.

Diese vielfältigen Projekte und Initiativen zeigen unser Engagement, relevante Themen anzugehen und die Öffentlichkeit zu sensibilisieren, während wir gleichzeitig Unterstützung für Betroffene und ihre Angehörigen bieten.

4.1 ZEITSCHRIFTENARTIKEL UND BÜCHER

- Sarah Pohl, 2024: Parallelwelt Esoterik. Zum Umgang mit Betroffenen und Angehörigen. S. 38-41. In: Zentrum Liberale Moderne: Was Esoterik macht?. <https://libmod.de/narrativ-check/was-esoterik-macht/>.
- Sarah Pohl: Heiliger Schein? Herausforderungen und Kontroversen rund um Christfluencer*innen. Impuls #11. Bundesarbeitsgemeinschaft religiös begründeter Extremismus. <https://knix.de/download-publication/12997>
- ZEBRA/BW (Herausgeber): Triumphe der Toleranz. 2024.

4.2 GESPRÄCHSGRUPPE FÜR ANGEHÖRIGE RADIKALISierter MENSCHEN

Wir reichten im Herbst 2023 einen Projektantrag für eine Gesprächsgruppe für Angehörige radikalisierten Menschen bei einer Ausschreibung von „Demokratie leben!“ in Freiburg ein. Wir freuten uns sehr, als uns noch Ende 2023 die Zusage für die Finanzierung der Gruppe erreichte. Wir bekommen über „Demokratie leben!“ eine Projektsumme von insgesamt 6200 Euro, mit der wir v. a. die zusätzlich anfallenden Arbeitsstunden über freiberufliche MitarbeiterInnen finanzieren können sowie Werbung und Flyer für die Gruppe. Die Gruppe selbst findet in den Räumen von ZEBRA statt.

An dieser Stelle möchten wir in Kürze einen Überblick über den zeitlichen Verlauf unseres Projektes geben. Nachdem die Gelder bis Ende 2023 noch nicht bewilligt waren, lag der Projektstart zunächst auf Eis. Wir freuten uns, dann jedoch die Bewilligung erhalten zu haben.

1.1 Gestaltung eines Flyers und Bewerbung des Projektes

Wir gestalteten den folgenden Flyer für das Projekt. Diesen Flyer ließen wir ausdrucken und verteilten ihn an diverse Beratungsstellen und Privatpersonen. Außerdem setzten wir den Flyer auf unsere Homepage und verschickten Links dorthin.

Zudem machten wir in folgenden Netzwerken aktiv Werbung für unser Projekt und schickten unseren Flyer dorthin:

- Netzwerk Freiburger Beratungsstellen
- IEZW
- Uniklinik
- Selbsthilfebüro

Als weitere niederschwellige Möglichkeit, Betroffene direkt anzusprechen, ohne Umwege über Beratungsstellen oder andere Projekte, sahen wir mit:

- Einer Anzeige in der Badischen Zeitung

- Eine kurze Anzeige in der App Nebenan.de



Abbildung 15 Instagram Post



Abbildung 16 Flyer Gesprächsgruppe

Parallel zur Bewerbung unseres Angebots begannen wir mit der inhaltlichen Planung unserer Gesprächsgruppe. Dazu erstellten wir zunächst ein Grundkonzept und ein ritualisierter Ablauf für jedes Treffen. Außerdem gaben wir den jeweiligen Abenden thematische Überschriften.

Wir planten folgenden ritualisierten Ablauf der einzelnen Gruppenabende:

1. Vorbereitung des Raums, Bereitstellung kleiner Snacks, Tee kochen und Absprache mit dem Co-Leiter

2. Gruppenregeln transparent machen und auslegen, Einverständnis von jeder teilnehmenden Person holen zu Verschwiegenheit, respektvollem Umgang etc.
3. Einstieg über die Landkarte der Befindlichkeiten (FOTO)
4. Kurze Runde zum Austausch über die akuten Befindlichkeiten und Entwicklungen
5. Einstieg in das jeweilige Thema mit kurzem Input
6. Selbsterfahrungspart
7. Austausch zum Input in ritualisierter Form
8. Abschlussrunde, Ausblick auf die nächste Stunde

4.3 PROJEKT PODCAST

Auch in diesem Jahr hatten wir die Freude, über spannende Themen mit tollen GästInnen zu sprechen. Die Arbeit rund um das Projekt „Podcast“ umfasste neben der Aufnahme der Gespräche auch in diesem Jahr wieder intensive Rechercharbeit, die Rekrutierung von InterviewpartnerInnen, Vor- und Nachbesprechungen, Schnitt der Audios, Veröffentlichung und Bewerbung der Folgen sowie eine Vielzahl weiterer Schritte. Wir haben dieses Jahr 8 Folgen veröffentlicht, die wie immer auf unserer Website (www.zebra-bw.com/podcasts/) und auf gängigen Streaminganbietern zu finden sind.

Unsere im Jahr 2024 erschienenen Folgen im Überblick:

Folge: Der weltanschauliche Markt aus der Perspektive von sektenwatch

Veröffentlicht am: 29.01.24

In dieser Folge lernt ihr einen Verein kennen, der sich schon seit den 70er Jahren mit sogenannten „Sekten“ bzw. konfliktträchtigen Gruppierungen auseinandersetzt. Die Elterninitiative zur Hilfe gegen

seelische Abhängigkeit und religiösen Extremismus e.V. (Website Name: sektenwatch) stellt auf ihrer Internetseite umfangreiche Informationen bereit und berät sowohl Betroffene als auch Angehörige. Unser heutiger Gast - Udo Schuster - ist ehrenamtliches Mitglied des Vereins und wird uns neben der Vereinstätigkeit einen kurzen Ausflug über die Geschichte der „Sektenbewegung“ in Deutschland vorstellen.

Link zur Website des Vereins: Startseite | Initiative zur Hilfe gegen seelische Abhängigkeit und religiösen Extremismus (sektenwatch.de)

Folge: Jahresrückblick ZEBRA 2023

Veröffentlicht am: 30.01.24

Wir möchten euch einladen zu einer gemeinsamen Rückschau auf das ZEBRA Jahr 2023. In dieser Folge erfahrt ihr, welche Themen uns 2023 beschäftigt haben, wie sich unser Beratungsaufkommen im Vergleich zu den vorherigen Jahren verändert hat und welche Hypothesen wir dazu haben. Zudem wollen wir mit euch unsere schönsten Momente teilen und schon Mal einen Ausblick wagen, was uns und euch im neuen Jahr so erwarten wird.

Link zu unserem Jahresbericht: Jahresberichte - zebra-bw

Link zu unserer Gesprächsgruppe: Gesprächsgruppe für Angehörige radikalierter Menschen - zebra-bw

Link zu unserem neusten Buch: Zwischen den Welten: Filterblasenkinder verstehen und unterstützen | Kinder / Jugendliche / Familien | Psychotherapie / Psychosoziale Beratung | Psychologie / Psychotherapie / Beratung | Themen entdecken | Vandenhoeck & Ruprecht Verlage (vandenhoeck-ruprecht-verlage.com)

Link zum Podcast „Toxic Church“: Toxic Church - Die Hillsong-Story | Podcast on Spotify

Folge: Psychologisches Gutachten: Kindeswohlgefährdung

Veröffentlicht am: 23.07.24

In dieser Folge sprechen wir mit Dr. Matthias Herzog, Psychotherapeut und Gutachter, der zuletzt damit beauftragt war eine Gruppierung genauer unter die Lupe zu nehmen, da es Hinweise auf eine Kindeswohlgefährdung gab. Nicht immer ist es leicht die teilweise subtilen Risikofaktoren erkennen und dementsprechend Handlungen ableiten zu können. Wir möchten euch in dieser Folge das genaue Prozedere bei der Gutachtenerstellung und kritische Merkmale einer Kindeswohlgefährdung vorstellen.

Mehr zu unserem Gast: www.matthiasherzog.at

Folge: Wie gründe ich eine Sekte?

Veröffentlicht am: 30.07.24

In dieser Episode tauchen wir in die Welt der Sektengründung ein und entlarven die manipulativen Taktiken, die oft hinter solchen Gruppen stecken. Dabei geht es uns nicht darum, ernsthafte Anleitungen zu geben, sondern die Gefahren und ethischen Fallstricke aufzuzeigen. Wir diskutieren, wie charismatische Führungspersönlichkeiten Anhänger*innen gewinnen und binden, welche psychologischen Tricks angewendet werden, um Kontrolle auszuüben, und welche sozialen Dynamiken in solchen Gruppen wirken. Zudem werfen wir einen Blick auf die Struktur und Hierarchie, die oft in Sekten zu finden sind. Unser Ziel ist es, ein Bewusstsein dafür zu schaffen, wie leicht Menschen in solche Strukturen geraten können und wie wichtig es ist, kritisch zu bleiben.

Link zur Checkliste religiös-weltanschauliche Angebote: [Zebra-bw-Checkliste-religioes-weltanschaulichen.pdf](#)

Folge: Reichsbürger

Veröffentlicht am: 02.10.24

In dieser Folge tauchen wir in die Welt der Reichsbürger ein. Wer sind sie, wie erkennt man sie, und was sollte man tun, wenn man ihnen begegnet? Wir sprechen mit unserer Geschichte- und Politikwissenschaft studierenden Praktikantin und

klären die wichtigsten Fragen rund um dieses hochaktuelle Thema.

Weitere Informationen zu dem Thema Reichsbürger auf unserer ZEBRA-BW Website: [Reichsbürger: Eine Gefahr für die Gesellschaft? - zebra-bw](#)

Link zur Broschüre des Verfassungsschutzes Sachsen: [Reichsb_Selbstverw_Neuauf-lage.pdf \(sachsen-anhalt.de\)](#)

Folge: Christfluencer

Veröffentlicht am: 14.10.24

In diesem Podcast sprechen wir darüber, wie Christfluencer ihre Plattformen nutzen, um über ihren persönlichen Glauben zu sprechen und um weitere Menschen mit christlichen Inhalten zu erreichen. Wir schauen uns an, welche Chancen damit verbunden sind, aber auch welche kritischen Aspekte erkennbar sind. Spannend ist auch die Frage, wie die Kirchen zu den Christfluencern stehen und wie sie mit kritischem Content umgehen oder umgehen könnten. Zu guter Letzt sprechen wir natürlich auch darüber, wie ihr für euch einen gesunden Umgang mit Christfluencern entwickeln oder beibehalten könnt und was Warnsignale sein können.

Nachfolgend findet ihr die Links zu den in der Folge angesprochenen Inhalten.

Link zu Daniela Alberts Kolumne: <https://eulemagazin.de/jung-radikal-und-sichtbar-die-toxischen-botschaften-der-christfluencerinnen/>

Link zum Video von Rezo: <https://youtu.be/Ywm-CohtQqu8?si=P0DDVEe5T1aYdJzO>

Link zum Video von Jan Böhmermann: https://youtu.be/uONjw11sclA?si=Wmwr-IASpvXyy_-aB

Link zu „the real life guys“: <https://www.youtube.com/@TheReal-LifeGuys>

Link zu „das Bodenpersonal“: <https://www.youtube.com/@DasBodenpersonal>

Zudem ein verschriftlichter Artikel zum Thema Christfluencer, inklusive der Studie der Uni Mainz: https://kn-ix.de/wp-content/uploads/2022/07/240424_KNIX-Impuls11-BAG-RelEx.pdf

Folge: Satanismus

Veröffentlicht am: 16.10.24

Heute sprechen wir mit Sarah Pohl über das Thema Satanismus und seine vielschichtigen Facetten. Es geht zum einen um verschiedene Formen des Satanismus, um das Thema Satanismus in den Medien und die typische Symbolik. Natürlich gibt es auch Antworten auf die Fragen: Gibt es beim düster erscheinenden Thema Satanismus auch konstruktive, positive Aspekte für Anhänger*innen? Und welche Risiken birgt der Satanismus?

Link zu einem Übersichtsartikel der Beratungsstelle Sekteninfo NRW zum Thema ritueller Missbrauch im Satanismus: Sekteninfo NRW | Ritueller Missbrauch im Satanismus ([sekten-info-nrw.de](https://www.sekten-info-nrw.de))

Folge: Toxische Spiritualität

Veröffentlicht am: 09.12.24

Unser Gast Hajo Michels war einige Zeit in einer spirituellen Gruppierung, die er aufgrund verschiedener Vorfälle verließ. Dies regte ihn an, zu reflektieren, welche Betrugsmaschen in unseriösen spirituellen Gruppierungen vorzufinden sind und weshalb er sich damals darauf eingelassen hat. Er berichtet von gewonnener Eigenverantwortung und Freiheit.

Bei jeder Folge publizieren wir Hinweise, wie die Hörer*innen mit uns in Kontakt treten können:

„Wenn ihr Anregungen, Rückmeldungen, Themenvorschläge oder Fragen zum Podcast habt, dann meldet euch via Mail an podcast@zebra-bw.de. Und natürlich freuen wir uns über positive Bewertungen bei Spotify oder beim Podcast-Streamer eures Vertrauens.

Falls ihr selbst eine kostenlose, neutrale, bei Wunsch anonyme Beratung zu einem

Weltanschauungsthema wünscht, könnt ihr zu unseren Sprechzeiten (<https://zebra-bw.com/Kontakt/>) unter +4976148898296 anrufen oder das Kontaktformular auf unserer Website nutzen.“

Ein herzliches Dank geht an alle Zuhörer*innen und Gäst*innen, die den Podcast ermöglichen und zu einem besonderen Erlebnis machen!

Auch im kommenden Jahr werden wir neue Folgen zu vielfältigen Themen veröffentlichen, um das breite Spektrum der Weltanschauungen gemeinsam mit unseren Zuhörer*innen weiter zu erkunden. Hören Sie gerne rein, um mehr über die Themen zu erfahren und unsere Beratungsstelle besser kennenzulernen!

Zudem freuen wir uns immer über Feedback, Fragen, Wünsche und Anregungen per Telefon 076148898296 oder Mail an podcast@zebra-bw.de.

Das Projekt „Podcast“ wurde durch die Globalsteuerreserve finanziert, die als Verwendungszweck die Bereitstellung von digitalen Informationen zu gefährlich religiös-weltanschaulichen Angeboten und zu Verschwörungstheorien vorsieht.



Abbildung 17 Logo des Podcasts

4.4 FORSCHUNGSPROJEKT MIT DER UNI KÖLN

Zu Beginn des Jahres 2023 erteilte uns die Nachricht, dass die Gelder für ein Forschungsprojekt, in welchem ZEBRA/BW eingebunden sein wird, bewilligt sind. Das Verbundprojekt „RaisonN - Radikalisierungsprozesse durch Verschwörungsideologien: Auswirkungen auf den Sozialen Nahraum als Herausforderung für die Bildungs- und Beratungsarbeit“ wird vom Bundesministerium für Bildung und Forschung gefördert.

Im Sinne partizipativer Forschung soll das Projekt gemeinsam mit mehreren PraxispartnerInnen umgesetzt werden. Wir bekundeten bereits 2022 *per letter of intent* unsere Mitwirkungsbereitschaft. Unsere Aufgabe in dem Projekt sieht vor, dass wir in der Rolle als PraxispartnerInnen unsere Beratungserfahrung und Expertise miteinbringen. Neben ZEBRA sind auch Veritas, die Amadeo Antonio Stiftung u. a. PraxispartnerInnen.

Die zur Verfügung gestellten Gelder investieren wir in:

- a) die Teilnahme an Forschungswerkstätten ca. zweimal im Jahr
- b) Unterstützung bei der Akquise von Betroffenen, die Verschwörungsgläubige im Verwandten- und/oder Freundeskreis haben und bereit wären für ein Interview
- c) Unterstützung bei der Akquise von Fachkräften der Beratungsarbeit und politischen Bildungsarbeit, die bereit wären für ein Interview - sowie ggf. Bereitschaft, selbst ein Interview zu geben
- d) Mitwirkung an der Erstellung von Fallporträts zu Beratungssituationen
- e) Beratung und Unterstützung, um aus den Forschungsergebnissen für die Bildungs- und Beratungspraxis nützliche Materialien zu erstellen und eine interaktive digitale Plattform (Website) zu erstellen
- f) Besuch von oder Mitwirkung an der Abschlussstagung

Folgende Veranstaltungen fanden im Rahmen des Forschungsprojektes 2024 statt:

- 16.05-17.05.24 Netzwerktagung RaisonN Köln
- Netzwerktag vom 28.11-29.11 in Köln RaisonN

Zudem wurden wir von einer Mitwirkenden für zwei Tage besucht und es fanden Interviews mit Angehörigen in den Räumen und auf Vermittlung von ZEBRA BW statt.

Jährlich wird das Forschungsprojekt für einen Zeitraum von drei Jahren mit 2389 Euro gefördert.

Wie halfen in diesem Jahr mit, geeignete InterviewpartnerInnen zu organisieren, standen selbst als solche zur Verfügung und vermittelten Kontakte zu betroffenen Angehörigen.

4.5 SCHREIBWETTBEWERB



Abbildung 18 Flyer mit Wettbewerbsinfos



Abbildung 19 GewinnerInnen



Abbildung 20 Siegerehrung

Bereits Ende des Jahres 2023 haben wir die Idee entwickelt, interessierte Menschen zu einem ganz besonderen Schreibwettbewerb einzuladen. In einer Welt, die scheinbar von Spaltung und Konflikten geprägt ist, wollten wir gezielt den „guten“ Geschichten Raum geben. Geschichten, die von Wachstum und

Entwicklung erzählen, von Prozessen, die in Gang gesetzt wurden, vom Hinterfragen eigener Wertesysteme, von Emotionen, von Gemeinsamkeiten und Verbundenheit. „Triumphe der Toleranz - Erfolgsgeschichten bei Meinungsverschiedenheiten“ lautet der Titel der Ausschreibung. Alle interessierten Personen konnten bis zum 31. Mai 2024 bis zu zwei Geschichten einreichen, die das vorgegebene Thema auf kreative und innovative Weise interpretieren.

Wir verbreiteten unsere Ausschreibung zum Schreibwettbewerb auf hierzu gängigen Websites, teilten diese auf unseren Social-Media-Kanälen sowie unserer Website und kontaktierten gezielt (Sprach-)Schulen sowie weitere Institutionen. Zudem gestalteten und druckten wir Flyer, die wir an öffentlichen Orten auslegten. Es erreichten uns über 150 Geschichten sehr diverser AutorInnen mit jeweils individueller und einzigartiger Stilart. Besonders freuten uns die Zusendungen eines Schreibkurses von Menschen mit Behinderung. Die Themenvielfalt reichte von persönlichen Erlebnissen über historische Erzählungen bis hin zu Visionen.

Die Jury, bestehend aus den MitarbeiterInnen der Beratungsstelle, hatte die anspruchsvolle Aufgabe, die besten Arbeiten aus einer Vielzahl von beeindruckenden Einsendungen auszuwählen. Der Auswahlprozess war geprägt von engagierten Diskussionen, die letztlich zur Auswahl der GewinnerInnentexte führte. Die Teilnehmenden wurden per Mail informiert, es wurden Rückfragen sowie Revisionen bearbeitet und weitere Informationen der AutorInnen zur Veröffentlichung ergänzt (Name, Homepage/ Social Media, Mail, Toleranz bedeutet für mich..., Schreiben ist..., Als nächstes werde ich...).

Die besten zehn Geschichten, ergänzt um ein einleitendes Vorwort unserer Beratungsstelle, wurden in einer Anthologie veröffentlicht. Das Coverdesign und das Layout des Buches wurden mit freundlicher Unterstützung von Jana Eckerle erstellt.

Der Höhepunkt des Schreibwettbewerbs war die feierliche Preisverleihung und Lesung, die am 25. Oktober 2024 im Stadtteilzentrum Vauban 037 e.V. stattfand. Hierzu wurden neben den Teilnehmenden des Schreibwettbewerbs

und den Mitarbeitenden der Beratungsstelle ebenso die SponsorInnen und die Presse eingeladen. Über persönliche Anschreiben per Brief oder Mail wurden die Einladungen verteilt. Für die Preisverleihung wurden ortsansässige Geschäfte kontaktiert und um Spenden geworben. Zudem wurden Urkunden gestaltet und in den Druck gegeben sowie Preise für die Preisverleihung organisiert.

In Vorbereitung der Veranstaltung wurden neben dem Catering und der Dekoration ein spannendes Rahmenprogramm entwickelt. So wurden die GewinnerInnen eingeladen, ihre Geschichten am Veranstaltungstag vorzulesen, Sarah Pohl formulierte einleitende Worte für die Begrüßungsrede und Frau Mirijam Wiedemann vom Kultusministerium Baden-Württemberg konnten wir für eine Einbettung des Themas „Triumphe der Toleranz“ in die aktuelle politische Situation gewinnen.

Am Veranstaltungstag war der Einlass bereits um 18 Uhr, sodass ein gemütliches Ankommen möglich war und man sich mit Snacks und Leckereien auf die Feierlichkeit einstimmen konnte. Bereits hier wurde rege miteinander diskutiert und ein informeller Austausch angeregt. Ab ca. 18.30 Uhr begann die Feierlichkeit mit der Begrüßungsrede durch Sarah Pohl und der sehr wertschätzenden Rede von Mirijam Wiedemann. Anschließend wurden die Preise verliehen und ebenso die vielen weiteren Menschen geehrt, die ihre Geschichten eingereicht hatten. Moderiert durch Olaf Laskowski und Luisa Heizmann durften die GewinnerInnen ihre Geschichten vor Publikum präsentieren und vertiefende Fragen zu ihrer Person, Motivation, Inspiration etc. beantworten. Besonders ist hier auch das Engagement des Publikums hervorzuheben, welches die Würdigung der AutorInnen mit spannenden Anekdoten, Nachfragen und persönlichen Impressionen für alle zu einem besonderen Erlebnis machte. Während der Pause mit Speis und Trank wurden die Gespräche weiter vertieft und Kontakte geknüpft. Einige der BesucherInnen kamen am Ende der Feierlichkeit auf uns zu, um weiteres Interesse an einem Austausch zu bekunden.

Die Veranstaltung war ein voller Erfolg und bot den GewinnerInnen die Möglichkeit, ihre Werke einem interessierten Publikum

vorzustellen. Die Veranstaltung fand in einer wertschätzenden Atmosphäre statt, die einen angeregten Austausch in den Pausen und das Knüpfen neuer Kontakte ermöglichte.

Der Erfolg des Schreibwettbewerbs und der Lesung ist das Ergebnis der engagierten Arbeit vieler beteiligter Personen. Ein herzlicher Dank geht an alle Teilnehmenden des Schreibwettbewerbs, Mirijam Wiedemann, Jana Eckerle, das gesamte ZEBRA-BW Team sowie FreundInnen/HelferInnen und unserem Sponsor Sparkasse Freiburg - Nördlicher Breisgau, deren Einsatz und Engagement diesen Schreibwettbewerb zu einem unvergesslichen Erlebnis gemacht haben.

Aufgrund der positiven Resonanz, interessierte Personen der Allgemeinbevölkerung in das kreative Schaffen unserer Beratungsstelle einzubeziehen, planen wir für das kommende Jahr eine weitere interaktive Veranstaltung. Gerne informieren wir darüber zeitnah auf unserer Website. Seien Sie gespannt!



Abbildung 21 Gedruckte Broschüre mit den Gewinnergeschichten



Abbildung 22 Siegerurkunden

4.6 FLYER TIKTOK

Gerade rechtzeitig zum Freiburger TikTok-Skandal erschien der TikTok-Flyer. Dieser findet bereits jetzt regen Absatz und wurde von unseren KooperationspartnerInnen mehrfach angefragt. Weiter hinten finden Sie einen ausführlichen Text dazu.



Abbildung 23 Die neue Checkliste

5. FACH- UND BLOGARTIKEL

An dieser Stelle möchten wir auf zwei unserer diesjährig veröffentlichten Blogartikel verweisen, die für viel mediales Echo und reges Interesse sorgten. Weitere Artikel finden Sie auf unserer Homepage unter der Rubrik „Aktuelle Neuigkeiten“.

FAKE NEWS AUF TIKTOK

Fake News auf TikTok erkennen

Viele jungen Menschen nutzen heutzutage TikTok um sich zu informieren, inspirieren oder unterhalten zu lassen. Grundsätzlich fördern soziale Medien die Verbreitung von Fake News, doch TikTok nutzt zusätzliche Mechanismen, die diese Verbreitung besonders begünstigen.

Mechanismen, die die Verbreitung von Fake News auf TikTok begünstigen

Emotionalisierung: Emotional ansprechende Nachrichten werden eher wahrgenommen und geteilt. Social Media-Plattformen belohnen solche Inhalte mit mehr Reichweite. Fake News nutzen diesen Mechanismus aus, indem sie Nutzer:innen mit stark emotionalen Inhalten ködern.

Empfehlungs-Algorithmus: TikTok verwendet einen Empfehlungsalgorithmus. Anstatt nur den Inhalten zu folgen, denen man aktiv folgt, schlägt der „For You“-Feed basierend auf den Interessen der Nutzer:innen ähnliche Inhalte vor. Wer beispielsweise mehrere skandalträchtige Falschmeldungen ansieht, wird mehr solcher Videos vorgeschlagen bekommen.

Kontextverlust: Auf TikTok gerät der Kontext eines Videos leicht in Vergessenheit. Die App zeigt hauptsächlich das Video selbst sowie eine kurze Beschreibung und Hashtags an. Informationen über das veröffentlichende Profil sind nur durch aktives Nachsehen zu finden und oft wenig aufschlussreich. Da TikTok-Nutzer:innen schnell durch viele Videos swipen, wird eine tiefere Hinterfragung der Inhalte oft vernachlässigt.

Bearbeitungsmöglichkeiten: Videos können auf vielfältige Weise bearbeitet werden. Was echt aussieht oder klingt, kann durch digitale

Effekte, geschickte Schnitttechnik oder Künstliche Intelligenz erzeugt sein. Es ist oft schwierig zu erkennen, ob oder in welchem Ausmaß ein Video bearbeitet wurde.

Obwohl TikToks Community-Richtlinien „un genau, irreführende oder falsche Inhalte“ verbieten und KI-generierte Inhalte kennzeichnen müssen, kommt die Moderation nicht mit der Masse an täglich hochgeladenen Videos hinterher. Zweifelhafte Videos sollten daher aktiv gemeldet werden.

Faktenchecker auf TikTok

Es gibt mehrere Faktenchecker-Kanäle auf TikTok, die über verbreitete Falschinformationen und Mythen aufklären:

- **Bait (@bait.faktencheck)**: Der Kanal des Digitalen Kompass klärt über Falschinformationen und virale Trends auf und erklärt, wie der Fake enttarnt wurde.
- **Fakecheck (@fakecheck_offiziell)**: Ein Kanal des öffentlich-rechtlichen Netzwerks Funk, der Falschinformationen überprüft und den Rechercheweg offenlegt.
- **Correctiv (@correctiv_faktencheck)**: Die deutsche Faktenchecker-Organisation ist auch auf TikTok aktiv und entlarvt Fake News.
- **Mimikama (@mimikama.at)**: Die österreichische Plattform klärt in kurzen Videos über Falschmeldungen auf.
- **Volksverpetzer (@volksverpetzer)**: Eine crowdfinanzierte Plattform, die Fake News und politisches Framing analysiert.

Tipps zum Erkennen von Fake News

1. Vorsicht bei reißerischen Titeln: Titel wie „Sie wollen nicht, dass du dieses GEHEIMNIS weißt!!“ sind oft ein Hinweis auf Fake News. Diese zielen darauf ab, mit emotionalen Inhalten Aufmerksamkeit zu wecken.
2. Kanal checken: Überprüfen Sie den Kanal, der das Video veröffentlicht hat. Schauen Sie, welche Videos der Kanal sonst veröffentlicht hat und ob er seriös wirkt.

3. Recherche: Googeln Sie, ob seriöse Medien über das Thema berichten. Überprüfen Sie Fakten, Zahlen oder Orte, die im Video genannt werden.
4. Faktencheck-Kanäle: Schauen Sie auf Faktencheck-Kanälen wie @bait.faktencheck oder @fakecheck_offiziell nach, ob das Video dort thematisiert wurde.
5. Rückwärts-Bildersuche: Nutzen Sie die Google-Rückwärts-Bildersuche, um die Quelle eines Bildes oder Videos zu finden. Ein Screenshot kann dabei helfen, den Ursprung des Materials zu ermitteln.
6. Hashtags genau anschauen: Achten Sie auf Hashtags wie #aigenerated, die auf KI-generierte Bilder oder Deepfakes hinweisen können.
7. Kommentare checken: Schauen Sie in die Kommentare, ob andere Nutzer:innen auf falsche Behauptungen oder Fakes hinweisen. Aber Vorsicht: Auch diese Behauptungen müssen nicht wahr sein.
8. Im Zweifelsfall nicht weiterverbreiten: Wenn Sie trotz Recherche unsicher sind, ob ein Inhalt wahr ist, teilen Sie ihn nicht weiter. Melden Sie den Inhalt bei Faktenchecker-Kanälen.

REICHSBÜRGER

Von Praktikantin A. S.

Text Reichsbürger

Spätestens nach dem Scheitern der Pläne rund um die Entführung Karl Lauterbachs und dem Plan, das politische System der Bundesrepublik Deutschland zu stützen, stehen Reichsbürger im Fokus der Öffentlichkeit. Auch wenn ihre politischen Ansichten teilweise vielleicht skurril anmuten, ist das Gefährdungspotenzial durch die Szene nicht zu unterschätzen. Auch deshalb wird die Reichsbürgerszene seit 2016 gesondert neben Feldern wie Rechts- und Linksextremismus durch den Verfassungsschutz beobachtet. (vgl. Rathje 2019, S. 159)

Die Reichsbürger - Eine heterogene Szene

Unterstrichen werden muss, dass es den typischen Reichsbürger nicht gibt. Die Reichsbürgerszene wird durch ein hohes Maß an Heterogenität gekennzeichnet. Die Szene ist tendenziell männlich geprägt, von den ca. 25.000 Szeneangehörigen waren 2023 43% weiblich (vgl. Verfassungsschutzbericht 2023, S. 133). Die Mitglieder waren 2020 durchschnittlich zwischen 40 und 60 Jahre alt (vgl. Pöhlmann 2021, S. 184). Auch wenn sich die Szene in einem Verjüngungsprozess befindet, ist das höhere Alter bemerkenswert, da Radikalisierung in Deutschland zumeist als ein Jugendphänomen bezeichnet wird (vgl. Fiebig, Köhler 2019, S. 28).

Die Szene selbst hat keinen hohen Organisationsgrad. Nach Keil kann man Reichsbürger grob in vier Gruppen aufteilen, wobei sich ein Reichsbürger auch durchaus mehreren Gruppen zuordnen kann. So spricht Keil zunächst von den klassisch nationalistischen Reichsbürgern. Diese orientieren sich, selbst im Vergleich zu anderen Reichsbürgern, im ideologischen Spektrum verstärkt an rechten Positionen. In der zweiten Gruppe, die Selbstverwalter, dominiert nach Keil ein Interesse an Bereicherung. Sie sehen die BRD als eine Firma an, aus der sie austreten können, weshalb sie dann eine Steuern etc. mehr zahlen müssten (vgl. Keil 2017, S. 54f.). Allgemein gibt es Hinweise darauf, dass finanzielle Probleme bei der Hinwendung zum Reichsbürgertum eine Bedeutung haben (vgl. Fiebig, Köhler 2019, S. 21). Als

dritte Gruppe benennt Keil selbsternannte Stifter oder Herrscher über vermeintliche Herrschaftsgebiete. Hier bestehe eine besonders enge Verknüpfung zu esoterischem Gedankengut. Abschließend beschreibt Keil auch die Gruppe derjenigen, die wirtschaftlich, beispielsweise durch den Verkauf von „Reichsbürger-Merch“ von der Szene profitieren und bei denen unklar ist, inwieweit sie die Positionen der Szene teilen (vgl. Keil 2017, S. 54f.). Der Verfassungsschutz spricht von dem Phänomenbereich „Reichsbürger“ und „Selbstverwalter“, verweist aber auch darauf, dass diese beiden Gruppen teils schwer voneinander abzugrenzen sind (vgl. Verfassungsschutzbericht 2023, S. 132).

Ideologische Grundpfeiler

Was die Szene vereint, ist die Ansicht, dass es sich bei der Bundesrepublik Deutschland nicht um einen legitimen Staat handelt. Diese Annahme steht im Kern ihrer ideologischen Vorstellungen. Weitergehende ideologische Elemente übernehmen sie aus dem rechten Spektrum. Verbunden wird die rechtsextreme Szene in Deutschland und die Reichsbürgerszene beispielsweise durch die weite Verbreitung antisemitischer Verschwörungserzählungen und eine revisionistische Haltung. Da ein weiter Teil der Reichsbürger der Auffassung ist, dass entweder die Verfassung von 1871 oder von 1937 noch Gültigkeit habe, unterstellen sie, dass sich das deutsche Staatsgebiet auch weit über seine heutigen Grenzen erstrecken würde. So würden unter anderem Elsass-Lothringen und große Teile Polens zum deutschen Herrschaftsbereich gehören. Derartige Vorstellungen sind auch innerhalb der rechtsextremen Szene verbreitet. Trotz dieser ideologisch rechten Orientierung sind die Reichsbürger von rechtsextremen Akteuren abzugrenzen, personelle Überschneidungen zwischen beiden Gruppen sind eher selten. Weitere für das eigene Weltbild bedeutende Vorstellungselemente werden aus dem esoterischen Bereich und aus Verschwörungserzählungen entnommen. Der Übergang ist an dieser Stelle zumeist fließend. (vgl. Pöhlmann 2021, S. 183-186)

Beachtet werden muss, dass sich einzelne Aspekte innerhalb des Weltbilds der Reichsbürger durchaus auch widersprechen können. So werden beispielsweise Entscheidungen des

Bundesverfassungsgereichts uminterpretiert, um die Behauptung zu stärken, die Bundesrepublik sei keine legitime Herrschaftsorganisation, während gleichzeitig die Institution „Verfassungsgericht“ gar nicht als legitim angesehen wird, da sie Teil des Herrschaftsapparats der Bundesrepublik ist. (vgl. Caspar, Neubauer 2017, S. 134)

Gefahrenpotenzial

Bei der Einschätzung, inwieweit von Reichsbürgern Gefahren für einzelne Personen oder die Gesellschaft ausgehen, ist wichtig zu beachten, dass in der Szene eine große Affinität zu Waffen besteht. Reichsbürger selbst dürfen jedoch keine Waffe besitzen, da die Gefahr besteht, dass diese zum Widerstand gegen die Staatsgewalt eingesetzt werden (vgl. Verfassungsschutzbericht 2023, S. 140f.). Gewalt wird durch die Reichsbürger auch primär gegen Mitarbeitende des Staats ausgeführt. Die Straftaten reichen von dem Missbrauch von Amtsbezeichnungen und Dienstbezeichnungen hin bis zu versuchtem Mord. Häufiger auftretende Vergehen sind zudem Urkundenfälschung, Fahren ohne die nötige Fahrerlaubnis und Verstöße gegen das Personalausweisgesetz (vgl. Neuwald 2023, S. 68ff.). Häufiger treten daneben aber auch (versuchte) Erpressungen und Nötigungen auf, in der Regel als Reaktion auf amtliche Schreiben (vgl. Fiebig, Köhler 2019, S. 19).

Die Gewalt gegen für den Staat arbeitende Personen und die Nichtbefolgung der Gesetze wird dadurch gerechtfertigt, dass der Staat nicht zu herrschen berechtigt sei, dass er seine Macht illegalerweise ausüben würde. Laut Verfassungsschutz befürworten 10 % der Szenemitglieder Gewalt oder wenden diese auch an (vgl. Verfassungsschutzbericht 2023, S. 133). Beachtet werden muss aber, dass sich gewalttätige und nicht-gewalttätige Szenemitglieder hinsichtlich ihrer sozialen und biographischen Eigenschaften wenig unterscheiden. Daraus folgt, dass nur unzureichend Prognosen darüber getroffen werden können, welche Szeneangehörige Gewalt anwenden könnten (vgl. Fiebig, Köhler 2019, S. 7).

Erkennen von Reichsbürgern und Gedanken- gut aus der Reichsbürgerszene

Direkt physisch erkennbar ist eine Affinität mit, beziehungsweise eine Zugehörigkeit zu der Reichsbürgerszene durch Fantasiedokumente. Anstatt eines Personalausweises, der einen der Vorstellung der Reichsbürger nach als Personal der vermeintlichen BRD GmbH ausweisen würde, wird ein „Personenausweis“ erstellt. Ein weiteres Beispiel für ein verbreitetes Fantasiedokument sind selbst erstellte Führerscheine. Teils werden auch Veränderungen an dem Kennzeichen vorgenommen, so bringt man beispielsweise die Farben rot und schwarz an, um einen Bezug auf das Deutsche Kaiserreich herzustellen (vgl. Ministerium für Inneres und Sport des Landes Sachsen-Anhalt 2021, S. 9, 27). Reichsbürger selbst machen auch im Rahmen des Kontaktes mit staatlichen Institutionen auf sich aufmerksam. Charakteristisch für die Szene ist das Versenden von langen Schreiben, in denen man sich auf vermeintlich gültige Rechtsvorschriften oder Ähnliches bezieht, mit denen man zu begründen versucht, weshalb man staatlichen Anforderungen, wie Steuerzahlungen, nicht nachkommen müsse (vgl. Keil 2017, S. 59). Diese Hinweise auf die persönliche Gesinnung sind recht offensichtlich. Subtiler sind die Verweise innerhalb eines Gesprächs auf Reichsbürgerthemen. Reichsbürger sprechen zum Beispiel davon, die Menschenrechte umsetzen zu wollen und beziehen sich häufiger auf die Vereinten Nationen. Ein genaues Hinhören kann sich empfehlen, wenn das Gegenüber im Rahmen des Gesprächs häufig und meist ausführlich bestimmte Rechtsvorschriften oder Verfassungsgerichtsurteile verweist und die eigene Souveränität überbetont (vgl. Ministerium für Inneres und Sport des Landes Sachsen-Anhalt 2021, S. 21-16).

Was tun:

- Informieren Sie den jeweils für Ihr Bundesland zuständigen Verfassungsschutz, falls Sie Kenntnis über den Waffenbesitz einer Person in ihrem Umfeld haben, die Reichsbürgerideen teilt.

- Inhaltliche Diskussionen mit Reichsbürgern sind nicht zielführend. Falls inhaltliche Fragen bei Ihnen aufkommen, ziehen Sie beispielsweise die im Literaturverzeichnis genannte Broschüre des Landes Sachsen heran. Dort werden gängige Argumente vorgestellt und entkräftet.
- Sollten Aussagen, wie beispielsweise die Leugnung des Holocaust, die rechtlichen Grenzen der Meinungsfreiheit überschreiten, können Sie diese zur Anzeige bringen.
- Sollten sie Fragen, Probleme und Sorgen im Umgang mit Reichsbürgern in Ihrem Umfeld haben, wenden Sie sich an eine professionelle Beratungsstelle, beispielsweise ZEBRA-BW, veritas oder sektenInfo NRW.

Literaturverzeichnis

Bundesministerium des Inneren und für Heimat: Verfassungsschutzbericht 2023, 2024, https://www.verfassungsschutz.de/Shared-Docs/publikationen/DE/verfassungsschutzberichte/2024-06-18-verfassungsschutzbericht-2023.pdf?__blob=publicationFile&v=172024, abgerufen am 24.09.2024.

Caspar, Christa/Neubauer, Reinhard: Durchs wilde Absurdistan. Was zu tun ist, wenn „Reichsbürger“ und öffentliche Verwaltung aufeinandertreffen. In: Wilking, Dirk (Hrsg.): „Reichsbürger“. Ein Handbuch, Demos-Brandenburgisches Institut für Gemeinwesenberatung, 3. Aufl., Potsdam 2021, S. 119-207, abrufbar unter: <https://publikationen.sachsen.de/bdb/artikel/25143>.

Fiebig, Verena/Köhler, Daniel: Taten, Täter, Opfer. Eine Studie der Reichsbürgerbewegung auf Grundlage einer Presseauswertung, 2019, https://www.konex-bw.de/wp-content/uploads/2019/10/RZ_konex_ReichsbuergerBroschuere_web.pdf, abgerufen am 24.09.2024.

Keil, Jan-Gerrit: Zwischen Wahn und Rollenspiel - das Phänomen der „Reichsbürger“ aus psychologischer Sicht. In: Wilking, Dirk (Hrsg.): „Reichsbürger“. Ein Handbuch, Demos-

Brandenburgisches Institut für Gemeinwesenberatung, 3. Aufl., Potsdam 2021, S. 54-118, abrufbar unter: <https://publikationen.sachsen.de/bdb/artikel/25143>.

Ministerium für Inneres und Sport des Landes Sachsen-Anhalt: „Reichsbürger“, „Reichsregierungen“ und „Selbstverwalter“. Informationen und Handlungsempfehlungen zur „Reichsbürgerszene“, 2021, https://mi.sachsen-anhalt.de/fileadmin/Bibliothek/Politik_und_Verwaltung/MI/MI/3_Themen/Verfassungsschutz/Reichsb_Selbstverw_Neuauf-lage.pdf, abgerufen am 23.09.2024.

Neuwald, Nils: Reichsbürger und Selbstverwalter. Rechtliche Maßnahmen und kriminalstrategische Handlungsoptionen im Rahmen alltäglicher Kontrollsituationen. In: Kriminalistik, Bd. 77 (2), 2023, S. 67-71.

Pöhlmann, Matthias: Rechte Esoterik. Wenn sich alternatives Denken und Extremismus gefährlich vermischen, Herder, Freiburg/Basel/Wien 2021.

Rathje, Jan: Eine neue rechtsterroristische Bedrohung? Souveränismus von „Reichsbürgern“ und anderen in Deutschland. In: Quent, Matthias/ Salzborn, Samuel/Salheiser, Axel (Hrsg.): Wissen schafft Demokratie. Schwerpunkt: Rechtsextremismus. Amadeo Antonio Stiftung, Berlin 2019, S. 158-167, abrufbar unter: https://www.idz-jena.de/fileadmin/user_upload/PDFS_WsD6/WEB_Idz_WsD_06.pdf.

Literaturempfehlungen: Reichsbürgerfamilien und der Umgang mit diesen

Becker, Kim Lisa/Meilicke, Tobias (2022): Das Kindeswohl im Kontext von Verschwörungserzählungen. In: KiTa aktuell Recht (3), 2022, S. 25-29.

Gollan, Anja: Aufwachsen mit Verschwörungserzählungen und Staatsablehnung. Kinderschutz im Kontext des „Reichsbürger-“, „Selbstverwalter-“ und „Delegitimierermilieus“. In: Zeitschrift für Religion und Weltanschauung, Bd. 87 (4), 2021, S. 255-275.

Gollan, Anja/ Riede, Sabine/Schlang, Stefan: Glaubensfreiheit versus Kindeswohl. Familienrechtliche Konflikte im Kontext religiöser und weltanschaulicher Gemeinschaften, Drei-W-Verlag, Köln 2018.

Pohl, Sarah/Wiedemann, Mirijam: Zwischen den Welten: Filterblasenkinder verstehen und unterstützen, Vandenhoeck & Ruprecht, Göttingen 2023.

Schriftliche Anfrage der Abgeordneten Katharina Schulze, Cemal Bozoğlu, Anna Schwamberger BÜNDNIS 90/DIE GRÜNEN vom 28.10.2021. Betrieb von illegalen Schulen und Lerngruppen aus dem Umfeld der Querdenken-Bewegung oder des Reichsbürgermilieus (Drucksache 18/19708), https://www.bayern.landtag.de/www/ElanTextAb-lage_WP18/Drucksachen/Schriftliche%20Anfragen/18_0019708.pdf, abgerufen am: 24.09.2024.

RISIKEN UND NEBENWIRKUNGEN VON PSYCHOTHERAPIE

Luisa Heizmann und Caja Gröber

Begriffsbestimmung: Wer macht eigentlich was?

Ein*e **Psycholog*in** hat Psychologie auf Diplom oder heute im Bachelor und im Master studiert. Ein*e Psycholog*in kann in der Diagnostik, der Wirtschaft, in Beratungsstellen oder im Gesundheitswesen arbeiten. Ein*e Psycholog*in darf keine Psychotherapie durchführen oder Medikamente verschreiben.

Ein*e (Ärztliche*r/ Psychologische*r) **Psychotherapeut*in** hat zusätzlich zum Studium der Medizin/ Psychologie eine mehrjährige Aus- bzw. Weiterbildung in einem Therapieverfahren durchlaufen. Von den Gesundheitskassen anerkannte und finanzierte Therapieverfahren sind aktuell die Kognitive Verhaltenstherapie, Systemische Therapie, Psychoanalyse und die Tiefenpsychologisch Fundierte Therapie. Zudem kann seit 2020 im Bachelor und Master Psychotherapie studiert werden. Für das Versorgungssystem der gesetzlichen Gesundheitskassen ist anschließend eine mehrjährige Weiterbildung erforderlich. Ärztliche und psychologische Psychotherapeut*innen führen Psychotherapien durch. Im Gegensatz zu ärztlichen Psychotherapeut*innen können psychologische Psychotherapeut*innen keine Medikamente verschreiben.

Ein*e **Psychiater*in** hat Medizin studiert und eine mehrjährige Weiterbildung zur*zum Fachärzt*in abgeschlossen. Psychiater*innen behandeln organische Ursachen von psychischen Störungen und können Medikamente verschreiben. Ebenso können Psychiater*innen Psychotherapien durchführen.

Ein*e **Heilpraktiker*in** hat eine Zulassung zur Ausübung des Berufes durch das zuständige Gesundheitsamt erhalten. Die Zulassung wird erteilt, wenn in einer Prüfung nachgewiesen wurde, dass durch die Ausübung der Heilkunde durch sie*ihn keine Gefahr für die Patient*innen besteht. Vor der schriftlichen und mündlichen Prüfung kann, muss aber keine Ausbildung absolviert werden. Heilpraktiker*innen dürfen Heilkunde bei körperlichen und psychischen Erkrankungen durchführen.

Als **Coach** kann sich prinzipiell jede Person bezeichnen, da dies kein geschützter Begriff ist. Häufig haben Coaches Seminare oder Kurse absolviert, um sich zu bestimmten Themen fortzubilden. Je nach Ausrichtung arbeiten Coaches beispielsweise im Bereich der Persönlichkeitsentwicklung, im Finanzwesen oder im Sport. Coaches können keine Psychotherapie anbieten oder Medikamente verschreiben.

Mögliche (normale) unerwünschte Nebenwirkungen von Psychotherapie (White Flags)

Eine Vielzahl von Studien belegt die Wirksamkeit von Psychotherapien, die von Psychotherapeut*innen und Psychiater*innen durchgeführt werden. Psychotherapie ist bei nahezu allen psychischen Störungsbildern klar indiziert und hilft bei deren Bewältigung. Allerdings ist die Wirkung von Psychotherapien nicht ausschließlich positiv, sondern kann auch unerwünschte Nebenwirkungen oder negative Effekte mit sich bringen. Um sich auf eine Therapie vorzubereiten oder eine laufende Therapie besser zu verstehen, werden hier mögliche Nebenwirkungen und Risiken aufgeführt. Diese können auch bei einer professionell durchgeführten Psychotherapie auftreten und sind teilweise auf dem Weg der Genesung unvermeidbar.

- zeitweise Verschlechterung des Zustandes (z.B. durch das Bewusstwerden von Problemen)
- veränderte Aufmerksamkeitslenkung (z.B. vermehrt auf eigene Gefühle, Gedanken, Verhaltensweisen)
- Veränderungen in Beziehungen (z.B. Kontaktpausen, Trennungen, Streits) mit Familienangehörigen, Partner*innen, Freund*innen (z.B. durch nun erlerntes Abgrenzen gegenüber anderen)
- Auftreten neuer Beschwerden & Symptomverschiebung
- Stigmatisierung (z.B. gesellschaftlich, im sozialen / familiären Umfeld)
- temporäre Abhängigkeit von den Ansichten, Meinungen, Erklärungen, Erläuterungen etc. des*der Therapeut*in

- Verschiebung der Normalität und Unsicherheiten im Selbst- und Weltbild (z.B. es können Verhaltensweisen, die zuvor als normal erlebt wurden, in Frage gestellt werden)

Tipps, um mit den unerwünschten Nebenwirkungen besser umgehen zu können:

- mit Therapeut*in über Nebenwirkungen sprechen und offen Rückmeldung geben
- Probleme und Herausforderungen antizipieren
- sich bewusstwerden, wofür sich die Anstrengung lohnt
- Eine aktive Rolle bei der Gestaltung des Therapieprozess übernehmen
- Akzeptanz, dass Veränderung auch schmerzvoll sein kann

„Technikfehler“ von Therapeut*innen (Yellow Flags)

Weiterhin gibt es einige Verhaltensweisen von Therapeut*innen, die als sogenannte Technikfehler bewertet werden. Hierbei kann es hilfreich sein, dies zeitnah anzusprechen und sich gegebenenfalls Unterstützung zu suchen.

- Therapeut*in kann nicht mit Kritik umgehen
- Überziehen oder Kürzen von Therapiestunden ohne Grund
- Therapiesitzungen außerhalb eines geschützten Rahmens
- Häufige Störungen der Sitzungen: Klingeln, Anrufe, Personen kommen in Therapieraum
- Häufige Terminausfälle oder Verschiebungen ohne Grund
- Honorarveränderungen ohne vorherige Ankündigung oder Einverständnis (z.B. bei Selbstzahler*innen)
- Duzen (Ausnahme: bei Kindern und Jugendlichen)

- Über längere Zeit am therapeutischen Vorgehen festhalten, auch wenn keine Fortschritte erkennbar sind

Unethisches oder strafbares Fehlverhalten von Therapeut*innen (Red Flags)

Es kann vorkommen, dass sich Therapeut*innen unethisch verhalten oder sogar Straftaten begehen. Nachfolgend sind Verhaltensweisen aufgelistet, die sich in ihrer Art und Schwere stark unterscheiden und entsprechend unterschiedlich damit umgegangen werden muss. In jedem Fall ist es hilfreich, sich schnellstmöglich Rat und Unterstützung zu suchen. Die Schweigepflicht in der Psychotherapie ist einseitig und gilt nur für die*den Psychotherapeut*in! Geeignete Anlaufstellen sind unter dem Punkt „Hilfsangebote“ aufgeführt.

- Erotische Aussagen, Flirten, zweideutige Andeutungen, (intime) Berührungen, sexuelle Belästigung oder Missbrauch, häufiges Trösten mit Körperkontakt
- Verbale oder körperliche Aggressionen, Gewalt
- Abwertende Bemerkungen gegenüber Ihrer Person, Ihren Äußerungen oder Ihren Handlungen
- Verletzung der Schweigepflicht, z.B. ohne Einverständnis mit Angehörigen über Patient*innen sprechen
- Privater Kontakt außerhalb des Therapierahmens, z.B. verabredete Treffen, Anrufe, Mails ohne therapeutischen Inhalt oder Zweck, dies gilt auch noch nach Beendigung der Therapie!
- Bitten um Gefälligkeiten von dem*der Patient*in, z.B. Handwerksarbeiten, Geld leihen, Putzen, Büroarbeit, Ratschläge bezüglich Finanzen einholen, Wohnung vermitteln
- Geschäftliche Beziehungen führen
- Fehlende Transparenz und Aufklärung über Methode, Dauer, Kostenübernahme. Es gibt eine Aufklärungspflicht!

- Die Annahme oder Überreichung großer Geschenke (über 50 Euro)
- Befangenheit des*der Therapeut*in aufgrund persönlicher Kontakte z.B. Therapeut*in behandelt eigene Familienangehörige, Freund*innen
- Unaufmerksamkeit, Desinteresse, Einschlafen des*der Therapeut*in
- Ausschweifendes Sprechen über persönliche Probleme oder Alltagsthemen der*des Therapeut*in
- Fehlende professionelle Distanz, Erreichbarkeit außerhalb der Bürozeiten, z.B. „Sie können mich jederzeit, auch im Urlaub oder an Feiertagen erreichen. Ich bin immer für Sie da!“
- Anhaltende Verschlechterung der psychischen Beschwerden
- Abrechnen von Leistungen, die nicht durchgeführt wurden
- Unrealistische Therapieversprechen z.B. „Hiermit wird es Ihnen für immer gut gehen.“
- Schwerwiegende Lebensentscheidungen werden durch die Einflussnahme der*des Therapeut*in getroffen, z.B. „Diese neue Arbeitsstelle ist genau das Richtige, auch wenn Sie gerade vielleicht daran zweifeln.“
- Schuldzuweisungen bezüglich der Behandlungssituation, z.B. „Wenn Sie meine Ratschläge nicht befolgen, wird es Ihnen nie besser gehen“
- Das Drängen auf Einsicht „Sehen Sie doch endlich ein, dass Ihre Mutter an allem Schuld hat.“
- Übernahme der Deutungshoheit (bezüglich Ihrer Biografie) z.B. „Doch, Ihnen ist das passiert! Sie können sich nur nicht erinnern.“
- Religiöse / weltanschauliche Konzepte des*der Therapeut*in werden dem*der

Patient*in übergestülpt z.B. „Der Glaube an XY wird auch Sie retten“

- Einsatz esoterischer Verfahren wie z.B. Kinesiologie, Schamanismus, Geistheilung oder „Energiearbeit“
- Suche nach angeblichen frühkindlichen Traumata durch Trance- oder Hypnosemethoden

Förderliches Verhalten von Therapeut*innen (Green Flags)

Nachfolgend sind Verhaltensweisen von Therapeut*innen aufgelistet, die sich positiv auf die Psychotherapie auswirken.

- Gemeinsame möglichst konkrete, realistische Zielvereinbarung
- Herausarbeiten von Ursachen der psychischen Belastung
- Ressourcen nutzen und Lösungen gemeinsam erarbeiten
- Wertschätzende Konfrontation mit unangenehmen Themen (z.B. Vermeidung bestimmter Themen wird thematisiert)
- Gespräch auf Augenhöhe
- Ermutigung und Unterstützung, auch als anstrengend erlebte Interventionen auszuprobieren, um langfristig zu profitieren (z.B. Expositionen)
- Abgesprochene Therapiebeendigung oder Therapiepause bei ausbleibenden Veränderungen
- Förderung eines eigenverantwortlichen Umgangs mit psychischen Beschwerden
- Raum geben für eigene Anliegen und Wünsche
- Persönlicher Umgang: empathisch, präsent, authentisches Auftreten, aufmerksam, interessiert, verständnisvoll

Rahmenbedingungen einer Psychotherapie

In den Kennenlernsitzungen einer Psychotherapie sollten nachfolgende Punkte gemeinsam durchgesprochen werden. Die*der Psychotherapeut*in hat eine Aufklärungspflicht! Die folgende Auflistung ist keinesfalls abschließend, kann jedoch wichtige Anhaltspunkte liefern, die weiter vertieft werden können:

- Aufklärung über das Psychotherapieverfahren und angewandte Methoden (z.B. Protokolle schreiben, freies Berichten von Gedanken, Einüben von Entspannungsverfahren)
- Informationen darüber, wie Psychotherapie bei den individuellen psychischen Beschwerden helfen kann
- Hinweise zu Nebenwirkungen der Psychotherapie
- Absprachen zu Rahmenbedingungen: Anzahl der Sitzungen, Dauer, Frequenz
- Aufklärung zu Finanzen und rechtlichen Aspekten z.B. Kosten bei Selbstzahler*innen, Schwierigkeiten bei der Verbeamtung, Nachteile bei der Beantragung einer Berufsunfähigkeitsrente
- Hinweis zu alternativen Behandlungs- und Hilfsangeboten: Medikamente, andere Therapieschulen, Beratungsstellen, Krisendienst, Telefonseelsorge, Selbsthilfegruppen, ambulante/stationäre/tagesklinische Behandlung
- Absprachen zu Therapiepausen und Erreichbarkeit: Urlaub, Schließzeiten der Praxis, E-Mail, Telefon
- Regelungen zu Absagen einer Therapiesitzung, ggf. Ausfallhonorar
- Absprachen während des laufenden Therapieprozesses: frühzeitige Absprachen über Verlängerung oder Beendigung der Therapie, Anzahl der noch offenen Sitzungen bis zum Therapieende, Rückmeldung zum Stand der Therapie, Fortschritte und Herausforderungen in der Therapie
- Diagnostik (ggf. mithilfe von Fragebögen) und Rückmeldung der Diagnosen

- Aufklärung über die diagnostizierte(n) psychische(n) Störung (Psychoedukation)
- Aufklärung vor Implementierung spezieller therapeutischer Verfahren

Hilfsangebote

- Ethikverein Psychotherapie: <https://ethikverein.de/>
- Aktionsbündnis Patientensicherheit: <https://www.aps-ev.de/>
- Beratungsstellen: www.zebra-bw.de, www.sekten-info-nrw.de
- Telefonseelsorge: www.telefonseelsorge.de

MEDITATION: WIRKUNGEN UND NEBENWIRKUNGEN

Luisa Heizmann

Meditation ist eine jahrtausendalte Praxis, die in verschiedenen (östlichen) Religionen und Kulturen ein zentrales Element darstellt und mittlerweile in einer Vielzahl von Studien wissenschaftlich untersucht wird. In der westlichen Welt findet Meditation als etabliertes Verfahren in der Psychotherapie seinen Platz, aber auch als Methode zur Stressbewältigung, in der präventiven Gesundheitsvorsorge oder als Lebensphilosophie im Kontrast zur schnelllebigen Welt. Es gibt unterschiedlichste Zugänge zur Meditationspraxis: in Gruppen, individuell, im Rahmen einer langjährigen Ausbildung, als Teil einer Psychotherapie, im Coaching, als Element spiritueller Praxis, mithilfe von Meditations-Apps usw. Wie jedes Verfahren kann auch die Meditation neben positiven Effekten unerwünschte Nebenwirkungen haben. Nachfolgend finden Sie Informationen zu möglich positiven und negativen Effekten und Tipps worauf für eine sichere Meditationspraxis zu achten ist.

In einer Vielzahl von Studien konnten die **positiven Auswirkungen** von Meditation auf nachfolgende Erlebnisbereiche bestätigt werden. Wichtig dafür ist, dass es Zeit bedarf die Technik kennenzulernen und sich die Effekte meist erst nach einer mehrwöchigen Übungsphase einstellen.

- Stressreduktion
- Gelassenheit
- Gesteigerte Genussfähigkeit
- Verbesserung der Selbstwahrnehmung
- Erleben von Verbundenheit/ Spiritualität/ Sinnhaftigkeit
- Unterstützung bei der Bewältigung körperlicher und psychischer Störungen: Angst, Depression, Schmerzen etc.
- Positiver Einfluss auf physiologische und biochemische Prozesse im Körper z.B. Herzschlag

- Zugang zu Kreativität
- Steigerung der Konzentration
- Verbesserung des Schlafs

Einige Menschen erleben aber auch unerwünschte **Nebenwirkungen** mit erheblicher Alltagsbeeinträchtigung. Diese können von vorübergehender Natur oder bis hin zu wochenlang andauernden Beschwerden sein. Insbesondere für Menschen mit psychischen Störungen ist es wichtig diese zu kennen, um gut darauf vorbereitet zu sein und entsprechende Anpassungen oder Stopps vornehmen zu können. Mittlerweile gibt es eine Vielzahl von Meditationsanbieter*innen, auch digital z.B. per App. Hierbei ist es wichtig die*den Anbieter*in kritisch zu prüfen: Ist das Angebot zertifiziert? Wird auf meine Bedürfnisse eingegangen? An wen kann ich mich wenden? Gibt es Hinweise und Informationen zu Nebenwirkungen? Wie geht es mir damit? Für manche Menschen kann ein zu intensiver Einstieg in die Meditationspraxis wie z.B. eine einwöchige Schweigemeditation überfordernd sein. Alarmierend sind Schuldzuweisungen gegenüber den Betroffenen, dass diese angeblich „falsch meditiert“, „zu früh abgebrochen“ oder „innere Widerstände noch nicht überwunden“ haben. Hilfreich ist die Entwicklung einer realistischen Erwartung an die Wirkung von Meditation. So ist Meditation kein Wundermittel, dass als einziges Verfahren gesellschaftliche Probleme, psychische und andere Erkrankungen mit meist komplexen Ursachenkonstellationen heilen kann. Zum Beispiel kann die Vorstellung, dass der Weltfrieden allein durch Meditationspraxis wiederhergestellt wird davon abhalten im realen Leben partizipativ mitzuwirken. Ebenso ist eine Meditations-App nicht dazu geeignet eine Depression zu heilen. Besonders gefährlich ist die falsche Vorstellung, dass die Nahrungs- und Flüssigkeitsaufnahme durch Meditation ersetzt werden kann. Aus medizinischer Sicht ist übrigens Meditation bei akuter Psychose und Suizidalität kontraindiziert.

Sie finden nun einige Nebenwirkungen aufgelistet, die durch Meditation auftreten können:

- Negative Gefühle werden verstärkt erlebt

Durch das „nichts-Tun“ und der Beschäftigung mit den eigenen Gedanken und Empfindungen, können Themen, die im Alltag eher weniger präsent sind, bewusst und erlebbar werden. Dies kann besonders bei unverarbeiteten Traumata oder stark negativen Gefühlen als belastend erlebt werden. Ebenso können körperliche Missempfindungen oder Schmerzen verstärkt in das Bewusstsein gelangen. In vielen Meditationspraktiken geht es darum sich selbst, die Gedanken, Empfindungen und Gefühle wertschätzend zu beobachten und anzunehmen. Bei zu überwältigenden Gefühlen, wie z.B. starker Angst oder Panikattacken, ist es hilfreich sich professionelle therapeutische Unterstützung hinzuzunehmen.

- Enttäuschung oder Konfusion

Wenn zu hohe Erwartungen an die Effekte der Meditation geschürt wurden oder keine ausreichende Einführung in die Meditationspraxis stattfand, kann es vorkommen, dass Sie beim Ausbleiben von gewünschten Effekten enttäuscht sind oder sich fragen, ob Sie alles richtig gemacht haben. Grundsätzlich gibt es beim Meditieren kein richtig oder falsch. Es ist normal, dass Gedanken abschweifen oder man auch mal einschläft. Es kann auch vorkommen, dass Meditation für Sie einfach nicht angenehm oder hilfreich ist. Menschliche Bedürfnisse sind verschieden. Sprechen Sie über Ihre Erfahrungen und klären Sie Fragen mit Ihrer* Ihrem Umfeld oder Meditationsanbieter*in.

- Entfremdungsgefühle oder Dissoziation

Es kann vorkommen, dass Sie während oder nach einer Meditation ein Gefühl der Entfremdung oder Unwirklichkeit erleben. So können sich einzelne Körperteile verändert anfühlen wie z.B. ein Kribbeln in den Fingern, Wärme in der Brust. Oder auch, dass der eigene Körper sich fremd anfühlt, das Zeitempfinden verändert wahrgenommen wird, das eigene Ich „verschwimmt“ oder die Umgebung als unwirklich erlebt wird. Dies wird auch als Dissoziation oder Depersonalisation/ Derealisation bezeichnet. Die meisten Menschen kennen einige dieser Empfindungen vorübergehend auch aus dem Alltag (wie z.B. eine Veränderte Zeitwahrnehmung während einer Zugfahrt) - was medizinisch unbedenklich ist. Sobald Sie den Eindruck haben, dass diese Empfindungen

belastend oder zu langanhaltend sind, sollten Sie sich Unterstützung suchen.

- Körperliche Beschwerden

Langes Innehalten in einer Sitz- oder Liegeposition kann dazu führen, dass Druckpunkte, Taubheitsgefühle oder Schmerzen entstehen. Besonders zu Beginn der Praxis kann es schwierig sein, eine angenehme Position für sich zu finden. Ebenso können körperliche Beschwerden wie Übelkeit, Schwindel oder Erbrechen auftreten. Es ist wichtig, gut auf die Signale des Körpers zu achten und bei Bedarf z.B. die Sitzposition zu wechseln oder eine Pause zu machen.

- Soziale Isolation und suchtartiges Verhalten

Wenn Meditation zu intensiv praktiziert wird, zunehmend den Alltag bestimmt und andere Lebensbereiche vernachlässigt werden, kann dies suchtartigem Verhalten gleichen. Der Rückzug in die innere Welt führt dann zur sozialen Isolation und wirkt sich langfristig negativ auf das Umfeld und das eigene Wohlbefinden aus. In diesem Fall sollten Sie dringend mit geschultem Personal sprechen.

Zusammenfassung und Tipps:

Nachfolgend finden Sie einige Tipps, die Ihnen dabei helfen Meditation auf eine sichere Weise praktizieren und von den Vorteilen profitieren zu können:

- Schaffen Sie sich eine Atmosphäre und einen Ort an dem Sie sich ungestört und wohl fühlen.
- Nehmen Sie sich Zeit für Ihre Meditationspraxis und auch Ihre weiteren Alltagsthemen.
- Entwickeln Sie realistische Erwartungen und machen Sie sich keinen Druck.
- Es kann hilfreich sein, sich zum Einstieg professionelle Unterstützung zu suchen und vor allem bei bekannten Vorerkrankungen vorab Kontraindikationen medizinisch abklären zu lassen.

- Beginnen Sie zunächst mit kurzen Übungen und steigern Sie die Zeit langsam.
- Achten Sie auf sich und machen Sie Pausen.
- Tauschen Sie sich mit nahestehenden Personen über Ihre Erfahrungen aus.
- Vertrauen Sie sich und Ihren Empfindungen, anstatt einem Guru, einer App usw.
- Beenden Sie Ihre Meditationspraxis bei anhaltenden Nebenwirkungen oder starkem Unwohlsein und wenden Sie sich an medizinisches Fachpersonal oder Beratungsstellen.

Quellen:

Britton, W. B., Lindahl, J. R., Cooper, D. J., Canby, N. K., & Palitsky, R. (2021). Defining and Measuring Meditation-Related Adverse Effects in Mindfulness-Based Programs. *Clinical Psychological Science*, 9(6), 1185-1204. <https://doi.org/10.1177/2167702621996340>

Chiesa A, Calati R, Serretti A. Does mindfulness training improve cognitive abilities? A systematic review of neuropsychological findings. *Clinical Psychology Review*. 2011;31(3):449-464. doi:10.1016/j.cpr.2010.11.003

Gu Q, Hou JC, Fang XM. Mindfulness Meditation for Primary Headache Pain. *Chinese Medical Journal*. 2018;131(7):829-838. doi:10.4103/0366-6999.228242

KABAT-ZINN, Jon. *Gesund durch Meditation. Das große Buch der Selbstheilung mit MBSR*. Knauer, München, 2013.

Medvedev ON, Cervin M, Barcaccia B, Siegert RJ, Roemer A, Krägeloh CU. Network Analysis of Mindfulness Facets, Affect, Compassion, and Distress. *Mindfulness*. Published online November 26, 2020. doi:10.1007/s12671-020-01555-8

SEDLMEIER, Peter. *Die Kraft der Meditation. Was die Wissenschaft darüber weiß*. Rowohlt, Reinbek bei Hamburg, 2016.

6. AUSBLICK

Im Namen des gesamten Teams von ZEBRA BW möchten wir uns herzlich beim Ministerium für Kultus, Jugend und Sport Baden-Württemberg für die wertvolle Unterstützung und Förderung bedanken. Ohne die Förderung des Ministeriums wäre unsere Arbeit in der Prävention, Beratung und Aufklärung nicht möglich. Wir sehen, dass unsere Arbeit auf großen Anklang stößt, viele Ratsuchende sich an uns wenden und uns ihre Sorgen und Nöte in Bezug auf Weltanschauungsfragen anvertrauen. Wir danken für dieses Vertrauen.

Im Jahr 2024 konnten wir fast 40 Veranstaltungen, Workshops und Weiterbildungen erfolgreich durchführen. Dabei sind wir jedoch an unsere Kapazitätsgrenzen gestoßen und sehen einen wachsenden Bedarf an zusätzlichen finanziellen Mitteln, um die hohe Anzahl von Vortragsanfragen zu stemmen. Wir sind deswegen auf der Suche nach Lösungen, um der hohen Anzahl von Anfragen in diesem Bereich gerecht zu werden.

Darüber hinaus halten wir eine intensivere Sensibilisierung für unsere Themen auch in den sozialen Medien für entscheidend, um eine noch breitere Öffentlichkeit zu erreichen und nachhaltig aufzuklären. Mit unserem Podcast haben wir hier wichtige Schritte in die richtige Richtung unternommen, sind aber der Ansicht, dass es noch einen großen Aufklärungs- und Informationsbedarf in jugendgerechter Ansprache bräuchte. Gerade der Esoterikmarkt fokussiert zunehmend auch auf junge Menschen (Stichwort: Witchtok, Coaching etc.). Um auf die fluiden und sich schnell veränderte Anbieterszene zu reagieren, wäre grundsätzlich über ein multimediales Angebot in niederschwelliger und jugendaffiner Form nachzudenken. Dies ist jedoch mit hohem Aufwand und Kosten verbunden.

Daneben wäre es wünschenswert, wenn unsere Themen verstärkt auch im Schulunterricht aufgegriffen werden. Dazu werden wir im kommenden Jahr Material für Lehrpersonen veröffentlichen. Es wäre dringend notwendig, in diese Richtung weiter zu planen. Deswegen wäre darüber nachzudenken, nicht nur für den Bereich Verschwörungstheorien und Fake News Unterrichtsmaterial zu erstellen, sondern

weiteres Material für andere Themen zu konzipieren.

Auch der Bereich Kinderschutz spielt eine verstärkte Rolle. Uns erreichten viele Anfragen von Jugendämtern. Hier wäre es überlegenswert, eine Handreichung für Mitarbeitende von Jugendämtern zu konzipieren. Damit dies gelingen kann, ist eine Vernetzung mit anderen Beratungsstellen sinnvoll, um Kapazitäten und Ressourcen gemeinsam und möglichst gebündelt einzusetzen.

Die Nachfrage nach Gesprächsgruppen bleibt dauerhaft hoch. Allerdings erreichen uns hier Anfragen aus verschiedenen Teilen des Landes und zu unterschiedlichen Themen. Es wäre wünschenswert, ein Online-Format auf die Beine zu stellen, um diesem Bedarf gerecht zu werden. Dazu stehen wir im Austausch mit IUVENES in Berlin.

Mittlerweile erreichen uns so viele Einladungen zu Netzwerktreffen, dass wir längst nicht mehr in der Lage sind, allen zu folgen. Daher müssen wir sehr gezielt auswählen, welche Netzwerkveranstaltungen für unsere Arbeit notwendig sind und welche nicht. Das bedauern wir sehr.

Abschließend möchten wir uns bei allen KooperationspartnerInnen für die hervorragende Zusammenarbeit bedanken. Gemeinsam ist es uns gelungen, wichtige Impulse zu setzen und Menschen zu sensibilisieren. Wir freuen uns darauf, mit Ihrer Unterstützung auch in Zukunft unseren Beitrag zu einem respektvollen und aufgeklärten Miteinander zu leisten.

Nicht zuletzt möchte ich die Gelegenheit auch nutzen, um meinen MitarbeiterInnen von ganzem Herzen Dank auszusprechen, für den hohen ehrenamtlichen Einsatz, den diese neben Ihrer Arbeit erbrachten. Gerade unser Schulmaterial ist nur auf dieser Basis realisierbar gewesen. Auch die Auswertung des Wettbewerbes wurde mit hohem Aufwand neben der Arbeitszeit bewerkstelligt. DANKE.

Unsere Arbeit wird für weitere zwei Jahre gefördert werden. Für dieses Vertrauen möchten wir unseren Dank an das Ministerium für Kultus, Jugend und Sport und die dort Zuständigen aussprechen.

