



# Landesarbeitskreis Ehe-, Partnerschafts-, Familien- und Lebensberatung in Bayern

Jahresbericht 2022



Landesarbeitskreis Ehe-, Partnerschafts-, Familien- und Lebensberatung in Bayern

## Inhalt

---

Rückblick 2022 .....	3
Der LandesArbeitsKreis Ehe-, Partnerschafts- Familien- und Lebensberatung in Bayern .....	5
Jahrestagung 2022 .....	6
Beratungsleistungen in Bayern 2022 .....	8
Förderung der EPFL-Beratung durch das Staatsministerium für Familie, Arbeit und Soziales .....	9
Beratung im Wandel .....	10
• Aus der Praxis: Aspekte der Diversität .....	10
• Junge Familien – keine Zeit für Beratung?! .....	12
• Das Körperwissen in der Paarberatung nutzen .....	14
Ausblick: Fachtag 2023 .....	16
Der Vorstand.....	17
Impressum .....	17
Aufnahmeantrag.....	18
In eigener Sache .....	19



## Rückblick 2022

---

### • Arbeitsbericht

Bevor die Einschränkungen durch die Corona-Pandemie langsam wieder abgenommen hatten, wurde auch im Berichtsjahr eine Vorstandssitzung noch als Videokonferenz durchgeführt.

Insgesamt haben fünf Vorstandssitzungen, ein Treffen einer Arbeitsgruppe zur LAK-Statistik und eine Zoom-Konferenz zur Erarbeitung eines Briefes an die sozialpolitischen Sprecher\*innen der Parteien im Landtag stattgefunden. Nach der Wahl des LAK-Vorstands in der Mitgliederversammlung im November 2021 wurden bei der ersten Vorstandssitzung 2022 Herr Christian Reisenberg zum ersten Vorsitzenden und Frau Elisabeth Simon zur zweiten Vorsitzenden gewählt. Herr Albert Knött wurde vom Vorstand zum Geschäftsführer bestellt.

Im Juli fand eine Sitzung mit den drei Trägervertreterinnen, Frau Elisabeth Simon (Diakonie Bayern), Frau Angelika Maucher (Diözese Augsburg für die Bayerischen Diözesen) und Frau Claudia Holtkamp (Paritätischer Wohlfahrtsverband) statt. Thema waren die Sparmaßnahmen der Träger im Zuge sinkender Einnahmen und gestiegener Kosten. Die Trägervertreterinnen und der Vorstand des LAK-EPFLB beschlossen, sich in Briefen an die Vertreter\*innen der Parteien im Sozialausschuss zu wenden.

Im Oktober 2022 fand ein Gespräch mit Herrn Zacherl und Herrn Höcherl vom Ministerium für Familie, Arbeit und Soziales sowie Frau Holtkamp, Frau Maucher und Frau Simon als Trägervertreterinnen statt. Herr Höcherl musste sich kurzfristig entschuldigen. Es wurde über die schwierige finanzielle Situation der EPFLB und die damit verbundenen Briefe an die sozialpolitischen Sprecher\*innen der Parteien berichtet. Außerdem wurde über die Herausforderungen der Beratungsstellen durch die demographische Entwicklung bei den Mitarbeitenden und den Fachkräftemangel gesprochen.

Infolge der Anschreiben im Sommer fanden im Herbst Gespräche der Trägervertreterinnen mit Landtagsabgeordneten verschiedener Parteien statt. Daran nahm auch je ein Vorstandsmitglied des LAK teil. Im Oktober fand ein Gespräch mit Herrn MdL Huber und Frau MdL Becker (CSU) statt. Im November folgte ein Gespräch mit Frau MdL Rauscher (SPD). Weitere Gespräche wurden geplant.

Es wurde der Jahresbericht 2022 erstellt, der allen LAK-Mitgliedern im Rahmen des digitalen Jahresversands zugeht. Auch Vertreterinnen und Vertreter verschiedener politischer und gesellschaftlicher Gremien und Einrichtungen auf kommunaler, regionaler und Landesebene haben ihn erhalten.

Der Vorstand hat die Mitgliederversammlung 2022 und den Fachtag zum Thema „Das Körperwissen in der Paarberatung nutzen - Focusing mit Paaren“ mit der Referentin Frau Christine le Coutre vorbereitet



## Landesarbeitskreis Ehe-, Partnerschafts-, Familien- und Lebensberatung in Bayern

und durchgeführt. Es war sehr erfreulich, dass der Fachtag vom 18.-19.11.2022 mit 78 Teilnehmer\*innen wieder in Präsenz stattfinden konnte und sowohl wertvolle Anregungen für die beraterische Arbeit als auch Raum für Austausch und Begegnung zwischen den Mitgliedern bot.

### • Mitglieder

Ende 2022 hatte der LAK EPFLB in Bayern insgesamt 399 Mitglieder (386 Einzelmitglieder und 13 Beratungsstellen).

### • Dank

Im Namen der bayerischen Ehe-, Partnerschafts-, Familien- und Lebensberatungsstellen dankt der Vorstand des LAK EPFLB dem Bayerischen Staatsministerium für Familie, Arbeit und Soziales herzlich für die finanzielle Förderung der Beratungsarbeit (s. Seite 9) für die vertrauensvolle Zusammenarbeit und für die wohlwollende und wertschätzende Unterstützung, die der EPFL-Beratungsarbeit und dem LAK entgegengebracht wird. Namentlich danken wir Herrn Ministerialrat Robert Höcherl und Herrn Rainer Zacherl vom Referat IV 3 (Familienförderung, Familienbildung, Schutz des ungeborenen Lebens), die uns verlässliche Ansprechpartner sind.

Der Dank des LAK gilt auch den Trägern der EPFLB-Stellen: den katholischen (Erz-) Diözesen, dem Diakonischen Werk Bayern, der pro familia, der AWO und Dem Paritätischen Bayern für die Unterstützung und Förderung der Beratungsarbeit – nicht zuletzt auch dafür, dass sie die LAK-Arbeit ermöglichen und somit dazu beitragen, dass sich die notwendige Vernetzung und Kooperation weiter entwickeln kann. Besonderer Dank gilt dem Bistum Würzburg, das seit 2022 die Kosten für die Sekretariatsarbeit der LAK-Geschäftsstelle übernimmt.

Wir danken auch Herrn Johannes Werkshage für seine Tätigkeit als Rechnungsprüfer für den LAK.

*Albert Knött, Geschäftsführer des LAK EPFLB in Bayern*

Die Ehe-, Partnerschafts-, Familien- und Lebensberatung leistet psychologische Beratung für Paare, Familien und Einzelne in krisenhaften Lebenssituationen. Sie deeskaliert das Streitverhalten der Paare, befähigt zur konstruktiven Konfliktlösung und fördert die Beziehungsfähigkeit der Ratsuchenden. Damit stärkt die EPFLB die Voraussetzungen zur Gründung und zum Erhalt von Ehen, Partnerschaften und Familien und fördert die gesunde Entwicklung der Kinder. In Fällen von Trennung und Scheidung unterstützt sie faire Konfliktlösungen und die bestmögliche Fortsetzung der elterlichen Sorge für die Kinder.



## Landesarbeitskreis Ehe-, Partnerschafts-, Familien- und Lebensberatung in Bayern

### Der LandesArbeitsKreis Ehe-, Partnerschafts-, Familien- und Lebensberatung in Bayern

---

Der LAK EPFLB in Bayern ist ein Zusammenschluss der Träger der Ehe-, Partnerschafts-, Familien- und Lebensberatungsstellen in Bayern, der Beratungsstellen selbst und ihrer Fachkräfte. Er wurde am 4. Dezember 1968 von Vertreterinnen und Vertretern der bayerischen Diözesen, dem Diakonischen Werk Bayern und der Deutschen Arbeitsgemeinschaft für Jugend- und Eheberatung e.V. (DAJEB) gegründet. Später kam der pro familia Landesverband Bayern hinzu.

Der LAK EPFLB in Bayern vertritt die Interessen der Ehe-, Partnerschafts-, Familien- und Lebensberatung gegenüber der Staatsregierung und der Politik. In regelmäßigen Gesprächen mit dem Sozialministerium und Sozialpolitikerinnen und Sozialpolitikern der Landtagsfraktionen setzt sich der LAK dafür ein, die Bedingungen für die Beratungsarbeit in Bayern zu verbessern. Der LAK kooperiert mit den Spitzenverbänden der Freien Wohlfahrtspflege und mit den Vertreterinnen und Vertretern der katholischen EPFL-Beratungsstellen in Bayern. Er veranstaltet jährlich eine Fachtagung mit Fortbildungscharakter.

Mitglieder des Arbeitskreises sind Fachkräfte der Ehe-, Partnerschafts-, Familien und Lebensberatung sowie Supervisorinnen, Supervisoren, Mentorinnen und Mentoren, die im Rahmen der Weiter- oder Fortbildung von Ehe-, Partnerschafts-, Familien- und Lebensberatung in Bayern tätig sind. Auch Ehe-, Partnerschafts-, Familien- und Lebensberatungsstellen in Bayern können als Einrichtungen Mitglieder im LAK sein. Die Mitgliedschaft ist kostenlos. Mitglieder erhalten den Jahresbericht, die Einladung zur Mitgliederversammlung und zur LAK-Jahresfortbildung sowie weitere Informationen im Sinne der LAK-Satzung. Die Teilnahmegebühr für die Jahresfortbildungen ist für Mitglieder ermäßigt.

Der Vorstand des LAK EPFLB in Bayern besteht aus neun Personen, von denen vier als Trägervertreterinnen bzw. -vertreter geborene Mitglieder sind. Die übrigen fünf Vorstandsmitglieder werden von der Mitgliederversammlung alle drei Jahre gewählt.

## Jahresfortbildung 2022 in München

### Das Körperwissen in der Paarberatung nutzen – Focusing mit Paaren

Die Jahresfortbildung in diesem Jahr befasste sich mit experientiellen, das heißt erlebensbezogenen, körperorientierten Methoden in der Paarberatung. Ist Focusing eine Methode, die man generell eher der Arbeit mit Einzelnen zuordnet, so konnte die Referentin, Frau Christine Le Coutre, anschaulich darstellen, dass auch Paare davon profitieren können.

Frau Christine Le Coutre ist Diplom-Psychologin, arbeitet als Leitung in einer integrierten Beratungsstelle in Schleswig-Holstein und hat langjährige Erfahrung in der beraterischen und therapeutischen Arbeit mit Paaren und Familien. Als ehemalige Leiterin des ebz in München und langjähriges Mitglied im LAK-Vorstand war sie vielen anwesenden Teilnehmenden bekannt.

So konnte sie mit ihrem Vortrag und den Übungen die Anwesenden gut abholen, weil sie die Praxis der Eheberatung kennt und gut einschätzen kann, was im Arbeitsfeld gebraucht wird und umsetzbar ist.

Als Ausgangspunkt für erlebensbezogene Methoden in der Paarberatung beschreibt Frau Le Coutre den Punkt, an dem Ratsuchende den Kontakt zu ihrem Erleben, ihren Gefühlen, und auch zum Partner, zur Partnerin verlieren. Sie haben dann oft das Gefühl, sich im Kreis zu drehen. Auch für die Beratenden sind diese Stellen im Prozess oft herausfordernd und werden als stockend erlebt.

Hier kann das Focussieren auf das körperliche Erleben dabei helfen, einen Schritt weiter zu kommen, die Beziehungen zu verändern oder nächste Schritte zu erkennen.

In der Paarberatung kann Focusing auf unterschiedliche Weise genutzt werden: Partner können sich gegenseitig im Focusing begleiten. Oder die Beratungsperson begleitet ein Paar im Beisein des Partners oder der Partnerin. Experientielle Angebote an **beide** beziehen sich auf das gemeinsame Erleben und die gegenseitigen Resonanzen eines Paares.

Die Referentin bot den Teilnehmenden verschiedene kleinere Übungen an, die den Vortrag nicht nur auflockerten, sondern das theoretisch Erklärte – ganz im Sinne des Themas – **erlebbar** machten.

Am zweiten Tag der Fortbildung wurde verstärkt mit Übungen gearbeitet. Hierzu wurden Gruppen gebildet, die sich in den Räumen des benachbart gelegenen ebz für Rollenspiele und Austausch zurückziehen konnten. Mit einer entsprechenden Anleitung versehen, konnten verschiedene Methoden der erlebensorientierten Beratung und des Focusing erprobt und erlebt werden.

Die Erfahrungen konnten im Anschluss an die Übungseinheiten im Plenum ausgetauscht und bei verschiedenen Fragestellungen auch von Frau Le Coutre erklärt oder eingeordnet werden.



Landesarbeitskreis Ehe-, Partnerschafts-, Familien- und Lebensberatung in Bayern

Die Resonanz auf diese Fortbildung war sehr positiv, der Beratungsansatz und die Methoden machten Mut, mithilfe der verschiedenen Methoden Paare und Einzelne dabei zu unterstützen, auf ihren Körper zu vertrauen und ihr inneres Erleben für sich und ihre Entwicklung nutzbar zu machen.

*Rosemarie Jell*



## Beratungsleistungen in Bayern 2022

Träger	Bayern gesamt 2022	Bayern ge- samt 2021 zum Vergleich	(Erz-) Diözesen	Diakonie	pro familia u.a.*
Beratungsstunden	141.854	148.348	112.304	12.140	17.140
Ratsuchende in Beratung	38337	34.162	25.922	7.451	4.964
davon männlich	15.910	13.761	10.262	3.360	2.287
davon weiblich	22.422	20.388	15.660	4.091	2.671
davon divers	6	10	0	0	6
Fälle	23.451	24.324	17.494	2.541	3.416
davon Fälle mit Partner- oder Fami- lienbezug**	20.927	Nicht erhoben!	16.318	1.766	2.843
Veranstaltungen in Stunden	1.047,5	511	127	598,5	322
Teilnehmende an Veranstaltungen	3.118	1.719	1.043	1.053	1.022
Beratungsstellen	108	117	85	14	9
Beratungs- fachkräfte	420	424	322	53	45

(1) \* pro familia Bamberg und Family Power Würzburg sind in der AWO organisiert; fünf weitere pro familia-Beratungsstellen sowie der Familiennotruf München und die Beratungsstelle des Verbandes binationaler Familien und Partnerschaften in München haben als Spitzenverband den Paritätischen.

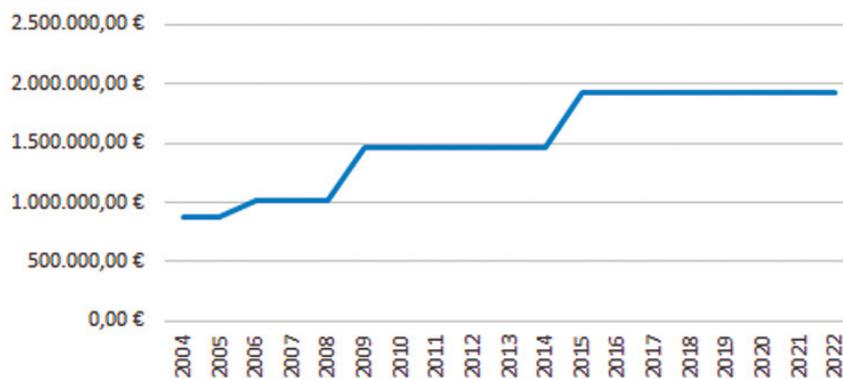
(2) \*\* Es werden ab 2022 alle Fälle mit Partnerschafts- und/oder Familienbezug gezählt. Das sind Fälle, in denen Ratsuchende in Partnerschaft leben und/oder Kinder haben, für die sie sorgen oder mit denen sie Umgang haben. Eine vergleichbare Zahl liegt für 2021 nicht vor.



Landesarbeitskreis Ehe- Partnerschafts-, Familien- und Lebensberatung in Bayern

## Förderung der EPFL-Beratung durch das Staatsministerium für Arbeit und Soziales

**Entwicklung der Förderung der EPFLB durch das bayerische StMAS**



Im Jahr 2022 förderte das Bayerische Staatsministerium für Familie, Arbeit und Soziales (StMAS) die Bayerischen EFPL-Beratungsstellen mit insgesamt 1.920.000 Euro für Fachpersonal. Der Zuschuss beläuft sich auf etwa 10 Prozent der Gesamtkosten. Der weitaus größere Teil der Kosten wird von den katholischen Bistümern, den diakonischen Trägern der Evangelischen Landeskirche und einigen Kommunen getragen. Hinzu kommen private Spenden, vor allem von Ratsuchenden, die einen wichtigen Beitrag zur Finanzierung der Beratungsarbeit leisten.



Bayerisches Staatsministerium für  
Familie, Arbeit und Soziales



Landesarbeitskreis Ehe-, Partnerschafts-, Familien- und Lebensberatung in Bayern

## Beratung im Wandel

### Aus der Praxis – Aspekte der Diversität

Gerne wäre ich mal im Iran gewesen, zu spannungsfreieren Zeiten. Ich mag es, wenn in einer Gesellschaft verschiedene Strömungen friedlich koexistieren, das Ursprüngliche und das Moderne, das Progressive und das Konservative, das Ruhige und das Wilde. Das Paar, das mir gerade gegenüber sitzt, stammt aus dem Iran – nicht beide sind aber dort aufgewachsen. Was ihr Erleben in der Gesellschaft, ihren Herkunftsfamilien, ihrer Partnerschaft und ihren Blick auf ihr gemeinsames Kind angeht, bin ich ziemlich blank und kann aus meinem Erfahrungshintergrund heraus kaum Ideen als Ansatz finden, um umfassender zu begreifen, zu welchem Erleben die Themen jeweils wirklich führen. Manches wird deutlich: Wünsche auf der Paarebene, Themen bezüglich der Erziehung – und manches ist mir fremd. Er will ihren Wünschen entsprechen und äußert gleichzeitig immer wieder extrem hierarchische Ideen bezüglich Familie. Sie ist beruflich wie familiär sehr engagiert, dabei aber regelmäßig wenig bereit, ihren Teil im Ringen um Gemeinsamkeit beizutragen. Was mache ich mit der Unterschiedlichkeit hinsichtlich kultureller, weltanschaulicher und persönlicher Prägung, die offenkundig da ist, deren Implikationen für das jeweilige Selbstgefühl ich aber in diesem Fall vermutlich schwerer ermessen kann als bei einem schwäbisch-niedersächsischen Paar?

So einfach ist es nicht. Denn das schwäbisch-niedersächsische Paar ist mit der Situation konfrontiert, gute Eltern sein zu wollen, während auf der Paarebene eine der beiden damit zu kämpfen hat, dass ihre Frau der gemeinsamen Beziehung gegenüber ambivalente Gefühle entwickelt hat. Beide lieben ihr Kind sehr.

Und dann ist da der Klient aus dem Umland, dessen persönliches und familiäres Leben gleichmäßig dahinlief, bis er über eine Hausdurchsuchung mit Beschlagnahmung seines Notebooks nicht mehr ausweichen konnte, seine Neigung und die in Verbindung mit ihr begangenen Straftaten zu reflektieren. Seine Frau ringt mit der Situation, will aber einen gangbaren gemeinsamen Weg finden.

Vor einiger Zeit war ein junges Paar da, beide mit ihrem verstrickten Beziehungsmuster beschäftigt. Sie konnten in einer Genauigkeit darüber sprechen, die ich bisher nur bei Paaren über 50 erlebt habe.

Die Konfrontation mit menschlicher Diversität zeigt: die Kategorisierungen, die ich gebildet habe, taugen wenig, um Menschen in ihrem wirklichen Erleben und ihren Beweggründen zu erfassen.

Das Problem mit Diversität ist wohl in erheblichem Maß ein Problem der Selbststabilität. Kann ich meiner selbst sicher sein, wenn ich nicht auf Resonanz treffe, mit der ich mich orientiert und sicher fühle? Niemandem ist erlebte Irritation in der Gegenwart deutlich anders geprägter Menschen vorzuzwerfen.

Erinnern wir uns an die Begeisterung, mit der wir als Jugendliche und junge Erwachsene Fremdes erkundet haben? Wir haben an solchen Situationen nicht unseren Wert verhandelt. Sondern wir wollten das Neue, und uns im Zusammenhang des Neuen erleben. Immer wieder haben wir auch Neugier und



Angstlust, die Freude am Abenteuer, höher priorisiert als Komfort.

Sind wir bereit, das Ungewisse im Kontakt zu erlauben? Können wir in ihm sogar eine akzeptable und positive Verunsicherung sehen, deren Durchschreiten wahrscheinlich unser Glück und unsere Verbundenheit mit dem Leben stärken kann?

Es ist dabei gut, wenn wir uns auf basale Werte verständigen können, denn dann ist die kulturell unterschiedliche Ausgestaltung des Lebens keine Bedrohung. Die Werte der Menschen, die in Beratung kommen, erschließen sich mir aber nur schrittweise. Ich muss mit einem Zugeständnis in Vorleistung gehen: ihr Leben darf in irritierendem Kontrast zu meinem stehen.

Auch die Arbeitsgemeinschaft zwischen Beratenden und Beratenen ist ja immer eine Gemeinschaft des Vielfältigen. Sie braucht besonders auf der Seite der Beratenden die Bereitschaft, Spannung auszuhalten. Einerseits die Spannung, den Sog der Kategorisierung zu hemmen, wo diese die Realität besonders des Gegenübers verwischen würde. Andererseits die Spannung, durch das Anders-Sein der Gegenüber in der eigenen vermeintlichen Eindeutigkeit relativiert zu werden.

Der von uns gestaltete Beratungskontext wirkt wesentlich auf das situative Selbsterleben und Beziehungsverhalten von Ratsuchenden. Können wir ihnen ihr So-Sein ohne Vorbedingung zugestehen, uns - bei klarer Werthaltung - interessieren für uns fremde Felder? Das ist wesentliche Voraussetzung dafür, ob sie mit uns eine Allianz zur tieferen Klärung ihrer Fragen eingehen. Nur wenn wir vollumfänglich und paritätisch Zugang zum Erleben unseres Gegenübers suchen, haben wir eine Chance auf das Zugeständnis der Beratung Suchenden an uns, sie – um der von ihnen selbst gewählten Entwicklung willen – zum Durchschreiten von Horizonten anregen zu können.

*Johannes Schauer*

## Nutzen für Staat und Gesellschaft

- Die Auswirkungen der Paarberatungsarbeit auf Kinder und Jugendliche kann man nicht hoch genug einschätzen. Längst hat man auch in der Familienforschung und der Entwicklungspsychologie erkannt, welch hohen Einfluss eine stabile, zufriedene und gewaltfreie Beziehung der Eltern auf eine gesunde psychische und physische Entwicklung der Kinder hat.
- Bei den Erwachsenen trägt eine stabile Beziehungsfähigkeit entscheidend zu Gesundheit und Resilienz bei und damit zum Erhalt ihrer beruflichen Leistungsfähigkeit und ihrer Fähigkeit, sich eigenverantwortlich um sich selbst und andere zu kümmern.
- Ein flächendeckender und niederschwelliger Zugang zur EPFL-Beratung zahlt sich buchstäblich aus: Kosteneinsparungen der Öffentlichen Haushalte ergeben sich durch die damit bewirkten Deeskalationsprozesse vor allem in der Jugendhilfe und im Gesundheitssektor, aber auch in der Arbeit von Polizei und Justiz.



Landesarbeitskreis Ehe-, Partnerschafts-, Familien- und Lebensberatung in Bayern

## Junge Familien – keine Zeit für Beratung?!

In der Recherche für diesen Artikel habe ich ausgezählt, wie viele der aktuell von mir beratenen Paare Kinder im Alter von 0-10 Jahren haben. Das sind tatsächlich mehr als die Hälfte. Diese Paare haben also offenbar Zeit für Beratung. Sie nehmen sich diese und nehmen oft erheblichen organisatorischen Aufwand in Kauf, um diese Zeit zu ermöglichen. Denn Zeit ist meist ein Luxusgut in dieser Lebensphase.

Was veranlasst junge Eltern dazu, sich an einer Ehe-, Familien- und Lebensberatungsstelle anzumelden und was erhoffen sie sich?

Die konkreten Beratungsanlässe sind unterschiedlich, dennoch sind einige belastende Faktoren bei den meisten Familien ähnlich. Die Doppelbelastung durch Familie und Beruf stellt für viele eine große Herausforderung dar. Der Familienalltag wird als sehr fordernd erlebt, je kleiner die Kinder, desto anstrengender. Junge Eltern berichten davon, dass sie ständig präsent sein müssen, abends erschöpft ins Bett fallen, dann aber auch nachts häufig raus müssen, wenn die Kinder nicht durchschlafen. Aber auch im Beruf – meist gehen beide Elternteile einer beruflichen Tätigkeit nach – sind sie gefordert, befinden sich oft in einer wichtigen Phase ihrer beruflichen Karriere, müssen und wollen Leistung bringen. Dazu kommt mitunter der Bau oder Kauf eines Hauses bzw. einer Wohnung, was zu zusätzlicher Belastung und finanziellen Zwängen führt.

Diese Faktoren können zu hohen individuellen Belastungen bis hin zur Erschöpfung führen, stellen aber auch die Paarbeziehung auf die Probe. So müssen die Paare mit der Familiengründung den Übergang von der Dyade zur Triade bewältigen, was gefühlt das bisherige Leben auf den Kopf stellt. Vor der Geburt des ersten Kindes hatte man in der Regel ausreichend Zeit zur freien Verfügung, um einerseits individuellen Interessen und Freizeitaktivitäten nachzugehen und damit für einen Ausgleich zu den beruflichen Anforderungen zu sorgen, und andererseits genügend Zeit für entspannte Zweisamkeit. Danach dreht sich fast alles nur noch ums Kind, das den gesamten Tages- und Lebensrhythmus bestimmt und kaum Zeit lässt für Entspannungspausen, geschweige denn gemeinsamen Auszeiten zu zweit. Gerade „frisch gebackene“ Eltern wollen ja auch alles besonders gut machen und setzen sich oft durch einen hohen Anspruch selbst unter Druck. So ist diese Zeit geprägt von Stress, Überforderung, Unsicherheiten und Ängsten rund um die neue Elternrolle. Dazu kommen die oben genannten sonstigen Anforderungen, z.B. im Beruf. In dieser schwierigen Phase wäre es eigentlich hilfreich und wichtig, zu spüren, dass man füreinander da ist und sich aufeinander verlassen kann. Doch zum einen hat der bzw. die andere oft selbst nicht die Kraft und Energie, um eine starke Schulter zum Anlehnen oder Ausweinen anbieten zu können, und zum anderen findet sich kaum Zeit zu zweit. Man verliert sich, fühlt sich allein, es kommt zu Missverständnissen und Konflikten.

Dementsprechend formulieren viele Paare zu Beginn der Beratung den Wunsch nach besserer Kommunikation und Konfliktlösung. Auf einer tieferen Ebene geht es jedoch häufig darum, Zweifel, Fragen und Verletzungen Raum zu geben: Warum siehst du mich nicht mehr? Wie wichtig bin ich dir noch? Liebst du mich noch? Diese Fragen und Zweifel herauszuarbeiten und die damit verbundenen Gefühle spürbar werden zu lassen, kann die Chance bieten, sich gegenseitig wieder mehr in den Blick zu nehmen, sich besser zu verstehen, destruktive Dynamiken bewusst zu machen und schrittweise zu verändern.



## Landesarbeitskreis Ehe-, Partnerschafts-, Familien- und Lebensberatung in Bayern

Keine Zeit für nichts und dann auch noch Termine bei der Eheberatung – wie soll das gehen? Dazu würde ich gerne von einem jungen Paar mit drei Kindern im Vor- und Grundschulalter berichten, das seit ca. zwei Jahren – jetzt in größeren Abständen – regelmäßig und zuverlässig die Paarberatungstermine wahrnimmt, trotz erschwerter Bedingungen. Die beiden haben keine Großeltern in der Nähe, sie müssen viele Arzt- und Therapietermine wahrnehmen aufgrund der Behinderung ihres ältesten Sohnes und einer Krebserkrankung der Frau. Dadurch, dass im Moment nur der Mann arbeiten kann, kommen auch finanzielle Sorgen dazu, zusätzlich sind erhebliche Belastungen durch die Coronapandemie entstanden (Kinderbetreuung und Homeschooling zu Hause, mehrmalige Infektionen aller Familienmitglieder mit Schwächung der Immunsysteme).

Beide formulieren, dass die Beratung die einzige Zeit ist, in der sie nur über sich als Paar nachdenken und sprechen würden. Diese Zeit wollten sie (noch) nicht missen, weil sie ihnen geholfen habe, sich als Mann und Frau wieder zu finden (was die Klientin übrigens von Anfang an als Wunsch formuliert hatte). Über lange Zeit hatten verschiedene Herausforderungen und Krisen fast ihre ganze Kraft gefordert, sie haben diese gemeistert, aber mit dem hohen Preis gegenseitiger Verletzungen. Mittlerweile geht es den beiden wieder gut, sie haben einen Weg gefunden, trotz weiter hoher Anforderungen im Alltag füreinander da zu sein.

*Annette Eder*

### Ziele der Ehe-, Partnerschafts-, Familien- und Lebensberatung

- Mobilisierung von Ressourcen zur Bewältigung von Problemen und Krisen in Ehe, Partnerschaft und Familie
- Verbesserung der Kommunikation in Partnerschaft und Familie
- Stärkung von Kontaktfähigkeit, Beziehungs- und Erziehungskompetenz
- Stärkung von Eigenverantwortung und sozialer Kompetenz
- Erarbeitung von Coping-Strategien bei Trennung und Scheidung
- Erarbeitung familien- und kindgerechter Lösungen bei Trennung und Scheidung
- Deeskalation in hochstrittigen Familien- und Partnerschaftskonflikten
- Vorbeugung und Verhinderung von häuslicher und sexueller Gewalt
- Überwindung von Sexualängsten und sexuellen Störungen
- Förderung der interkulturellen Sensibilität
- Befähigung zum besseren Umgang mit den unterschiedlichen Anforderungen von Familie und Arbeitswelt



## Das Körperwissen in der Paarberatung nutzen

Paare kommen oft wegen Kommunikationsproblemen in die Beratungsstellen. Sie lenken sich von ihren Belastungen mit konkreten Beschäftigungen (Sport, social media, TV u.a.m.) oder stimmungsverändernden Substanzen ab. Zunehmend verliert die Person dadurch den Kontakt zu sich selbst und in der Folge entfernen sich die Partner\*innen immer mehr voneinander, fühlen sich immer weniger verbunden. Es kommt vermehrt zu Streit oder auch latenten nicht offen ausgetragenen Konflikten.

Kommunikationstrainings sind dabei eine wichtige und notwendige „Notfall“-Intervention, die es ermöglicht, überhaupt wieder in den Kontakt zu kommen. Allerdings ist damit nur einem Teil der Problematik Rechnung getragen. Interpersonalen Konflikten liegen oft intrapersonale Schwierigkeiten zugrunde (Amodeo, 2014). Die mangelnde Verbindung mit sich selbst in der Beziehung führt dann schnell zu einem Erleben der Unverbundenheit in der Partnerschaft und so zu den sogenannten „Apokalyptischen Reitern“ (Klagen, Rechtfertigung, Verachtung, Rückzug, Machtdemonstration) nach Gottmann (Amodeo, 2014).

Focusing nach Eugene Gendlin (Gendlin, 2008) ist ein guter Weg, den Kontakt zu sich selbst wieder zu aktivieren und so wieder besser in Beziehung treten zu können. In verschiedenen deutschsprachigen Publikationen wird Focusing anschaulich erklärt und durch Übungen erlebbar gemacht (z.B. le Coutre, 2016, Kersig, 2020 oder Renn, 2016).

„Über eine [...] Sache kann man alles Mögliche denken, immer aber hat man gleichzeitig auch noch ein körperliches Gefühl zu dieser Sache. Dieses Gefühl ist ein guter Führer. Ich nenne es Felt Sense.“ (Gendlin & Wiltschko, 2011, S.13) oder auch „...man spürt, dass das Problem mehr ist als das, was ausgesprochen wurde. Der Rand wird gefühlt, ist aber unklar.“ (Gendlin, 2012b, S. 35). An diesem „Rand“ findet man in der Regel den Felt Sense, eine körperliche Resonanz, die einen Zugang zu bisher nicht symbolisierten, also bewusst gewordenen Gefühlen, Bedürfnissen oder Wünschen ermöglicht.

Im Focusing wird direkt Bezug genommen auf die körperliche Resonanz, die eine Person in einer Situation erlebt und damit kommt sie in Kontakt mit den Aspekten der Situation, die noch nicht ins Bewusstsein getreten sind. Das kann ein Unwohlsein in der Hals-, Brust- oder Bauchregion sein (wie beispielsweise so etwas wie eine blockierte Atmung, ein Kloß im Hals oder ähnliches), wenn wir in einer Situation sind, die wir vielleicht als unangenehm oder bedrohlich erleben genauso wie ein wohliges oder aufregendes Gefühl wie „Schmetterlinge im Bauch“ oder ein tiefes Gefühl der Geborgenheit.

In der Beratungs- oder Therapiesituation können alle Beteiligten sowohl die Klient\*innen als auch die Therapeut\*innen von diesem Zugang zu körperlichen Resonanzen profitieren. Dazu stehen verschiedene Möglichkeiten zur Verfügung, die in Fortbildungen oder Trainings gelernt werden können.

In meiner praktischen Erfahrung hat es sich bewährt, punktuell experientielle Interventions-Angebote zu machen, die dem Entwicklungsprozess des Paares förderlich sein können.

Dem liegt ein grundsätzliches Verständnis von Beziehung als Entwicklungsprozess jeder einzelnen Person und der Partnerschaft zugrunde. Wenn wir zusammen sind (als Paar oder eben zu dritt in der Beratung/Therapie), beeinflussen und verändern wir uns wechselseitig. Wir sind in wechselseitiger Interaktion und reagieren immer unmittelbar im Hier und Jetzt. Dabei hat der Körper wichtiges Wissen, dass er uns zur Verfügung stellen kann: „Der Körper hat immer das Ganze. Der Körper weiß was alles



dazugehört, wir wissen das nicht“ (Gendlin, Wiltschko, 2011, S. 16).

Die Wurzeln des Focusing finden sich im Personzentrierten Ansatz nach Carl Rogers. Damit gehören aktives Zuhören und die personzentrierte Beziehungsqualität geprägt durch Kongruenz, Akzeptanz und Empathie unmittelbar zu experientiellen Interventionen. Beim experientiellen Zuhören wird zusätzlich ein besonderer Akzent auf das innere körperliche Erleben des/der Klient\*in gelegt. Außerdem spielt die lebensförderliche Richtung (dahinter steht die Annahme der Fortsetzungsordnung = Carrying forward bei Gendlin bzw. die Aktualisierungstendenz bei Rogers) eine besondere Rolle: In der experientiellen Gesprächsführung werden eher Aspekte der lebensfördernden Richtung als vergangene Probleme aufgegriffen. Also nicht das Problem/die Schwierigkeit der Vergangenheit, sondern seine Bedeutung für die Person heute und der Wunsch/Impuls zur Lösungsfindung im Hier und Jetzt. Da hilft ein Zugang über das unmittelbare körperliche Erleben. Vergangene Schwierigkeiten werden also nicht ignoriert, sondern in Beziehung zum Hier und Jetzt gesetzt, aktualisiert und bearbeitet.

Konkrete Interventionsmöglichkeiten können in Fortbildungen gelernt und erprobt werden. Dazu gehören beispielsweise:

- Den Freiraum jeder einzelnen Person in der Beziehung oder als Paar wahrnehmen und entwickeln
- Eine gute Nähe- Distanz-Regulation in der Partnerschaft über konkrete körperorientierte Übungen erleben
- Die Beziehung an sich zum Gegenstand der therapeutischen Arbeit mit Hilfe von körperorientierten Interventionen wie beispielsweise Skulpturen machen

Mit Ansätzen wie dem hier beschriebenen, die über die Kommunikationsebene der Partner hinaus Zugänge zu den zugrundeliegenden intrapsychischen Konflikten oder Bedürfnissen schaffen, werden die Beratungen effektiver und nachhaltiger. Das wiederum braucht Zeit mit den Klient\*innen, eine hohe Fachlichkeit, kontinuierliche Fortbildung und die Möglichkeit der Reflexion des eigenen Handelns in Supervision und kollegialer Fallberatung. In Fortbildungen, insbesondere in der Fortbildung des LAK in München habe ich anhand der Rückfragen und Diskussionsbeiträge erlebt, dass experientielle Interventionen sowohl anschlussfähig als auch bereichernd für Fachkräfte der unterschiedlichen therapeutischen Schulen sein können.

Literatur:

- Amodeo, John & Early, Annmarie (2014): Integrating Focusing into Couples Therapy. In Greg Madison (Ed.) (2014): Focusing Oriented Psychotherapy. Jessica Kingsley Publishers.
- le Coutre, Christine (2016): Focusing zum Ausprobieren. Reinhardt.
- Gendlin, Eugene T. (2008): Focusing: Selbsthilfe bei der Lösung persönlicher Probleme. Rowohlt Sachbuch.
- Gendlin, Eugene T. (2012):
- Gendlin, Eugene T & Wiltschko, Johannes (2011): Focusing in der Praxis. Leben Lernen Klett-Cotta.
- Kersig, Susanne (2020): Freiraum finden bei Stress und Belastung. Arbor Verlag.
- Renn, Klaus (2016): Magische Momente der Veränderung. Kösel.

*Christine le Coutre, Diplom-Psychologin, Christine.lecoutre@ipea.team*

## Ausblick: Fachtag 2023

### Traumatisierung und Partnerschaften – Dynamiken und Interventionen

„Du verstehst das einfach nicht.“ „Ich weiß auch nicht, was mit mir los ist.“ „Das ist doch so eine alte Geschichte – eigentlich müsste das doch vorbei sein...oder?!“

In Beratungsstellen „sitzt“ oft ein Trauma mit im Raum und beeinflusst die Klient\*innen, ihre Partnerschaften, ihre Elternschaft, ihre sozialen Beziehungen – und auch die Fachkräfte selbst werden nicht selten auf unterschiedlichste Weisen von diesem Gast berührt und bewegt. Und immer wieder zeigen Fachkräfte Verunsicherung darüber, was „Trauma“ bedeutet, wie es entsteht, und wie damit wirksam und hilfreich umgegangen werden kann. Dabei ist es gerade im Alltag von Beratungsstellen unverzichtbar, dass Klarheit über die Wirkmechanismen von (traumatischem) Stress sowohl auf (neuro-)biologischer, psychologischer und interpersoneller Ebene besteht. Mit einem fundierten Wissen können Dynamiken im partnerschaftlichen und familiären Kontext neu verstanden werden, und Interventionen entsprechend ausgewählt und angeboten werden.

Wir werden uns mit folgenden Themen beschäftigen: Neurobiologische Grundlagen von Stress und Trauma, Symptome einer PTBS, Häufige Dynamiken in Paarbeziehungen und verwandte Themen (Schuld, Scham, Vermeidung), Interventionen und Selbstfürsorge im Kontakt mit traumatisierten Menschen.



#### Referentin:

Eva Barnewitz, Psychologin (M.Sc., Universität Konstanz), ist seit 2012 tätig als Trainee und Beraterin in unterschiedlichsten Kontexten. Sie ist Dozentin für Narrative Expositionstherapie an der Akademie für Wissenschaftliche Weiterbildung der Universität Konstanz und Dozentin am Bodensee-Institut für Systemische Therapie und Beratung in Radolfzell. Seit 2012 ist sie Impact Therapy Associate.

Anmeldung bis 04.10.2023 per Mail bei der  
LAK Geschäftsstelle c/o Ehe-, Familien- und Lebensberatung

Dominikanerplatz 8 | 97070 Würzburg

Tel.: 0931 386 69 000 | E-Mail: [info@eheberatung-wuerzburg.de](mailto:info@eheberatung-wuerzburg.de)

Teilnehmerbeitrag: 20 € für LAK-Mitglieder, 25 € für Nicht-Mitglieder

Der Fachtag wird gefördert durch das



Bayerisches Staatsministerium für  
Familie, Arbeit und Soziales



## Der Vorstand

---

### Geborene Mitglieder

- Christian Reisenberg, 1. Vorsitzender (pro familia München)
- Inge Christensen, 2. Vorsitzende (Diakonisches Werk Bayern)
- Albert Knött, Geschäftsführer (EFL Würzburg, Bistum Würzburg)
- Maria Muther (EFL Augsburg, Bistum Augsburg)

### Gewählte Mitglieder

- Markus Bernhard (EPFL, ebz München e.V.)
- Rosemarie Jell (EFL Landshut und Dingolfing, Bistum Regensburg)
- Christine Reimer (EFL Freising, Erzbistum München und Freising)
- Johannes Schauer, (EPFL, pro familia München e.V.)
- Ulrich Schmidt-Blechta (EFL Mühldorf, Erzbistum München und Freising)

Herausgeber:

LAK – LandesArbeitsKreis für Ehe-, Partnerschafts-, Familien- und Lebensberatung in Bayern

Geschäftsstelle:

Beratungsstelle für Ehe-, Familien- und Lebensfragen

Dominikaner Platz 8

97070 Würzburg

Telefon: 0931/38669000

E-Mail: [albert.knoett@bistum-wuerzburg.de](mailto:albert.knoett@bistum-wuerzburg.de)

# LAK – LandesArbeitsKreis für Ehe-, Partnerschafts-, Familien- und Lebensberatung in Bayern

## AUFNAHMEANTRAG

---

### 1. für Ehe-, Partnerschafts-, Familien- und Lebensberaterinnen und -berater

Name, Vorname .....

Beruf .....

Privatadresse .....

Telefon ..... E-Mail .....

Jetzige Beratungsstelle .....

Hiermit bestätige ich, dass Frau/Herr .....  
an der Beratungsstelle .....  
in ..... tätig ist.

Ort/Datum .....

Unterschrift .....

Stellenleitung

Stempel

### 2. für Ehe-, Partnerschafts-, Familien- und Lebensberatungsstellen

Antrag formlos über die Geschäftsstelle.

### 3. für Mentorinnen und Mentoren, Supervisorinnen und Supervisoren, die in der Fort- und Weiterbildung von Ehe-, Partnerschafts-, Familien- und Lebensberatung tätig sind

Name, Vorname .....

Beruf .....

Ausbildung zur Supervisorin, zum Supervisor (welche, wann, wo?): .....

Derzeit tätig für .....

Privatadresse .....

Telefon ..... E-Mail .....

Eine Kopie meines Supervisionsdiploms füge ich diesem Antrag bei.

Hiermit beantrage ich die Aufnahme in den Landesarbeitskreis für Ehe-, Partnerschafts-, Familien- und Lebensberatung in Bayern.

Datenschutzhinweise: Die hier erhobenen Daten werden nur für das Versenden von Informationen im Sinne der Satzung des LAK verwendet. Sie werden nicht an Dritte weitergegeben. Sie werden mit dem Ende der Mitgliedschaft gelöscht bzw. vernichtet.

Ort, Datum, Unterschrift: .....

Eingegangen am ..... Aufnahme durch den Vorstand am .....

An die Geschäftsstelle des LAK:

c/o EFL, Dominikanerplatz 8, 97070 Würzburg

Tel.: 0931 38669000, E-Mail: info@eheberatung-wuerzburg.de



## Landesarbeitskreis Ehe-, Partnerschafts-, Familien- und Lebensberatung in Bayern

### In eigener Sache

Wir hören von ...

- Stellenkürzungen und unsicheren Nachbesetzungen,
- Schließungen von Beratungsstellen in Nürnberg, Weißenburg, Eichstätt und Roth,
- drohenden Haushaltssperren bei Kommunen,
- zwingenden Einsparungsvorgaben bei verschiedenen Trägern,
- hohen Tarifabschlüssen und Inflationsausgleichszahlungen,
- steigenden finanziellen Verpflichtungen (höhere Personal-, Miet- und Energiekosten),
- hochbelasteten Familien und Partnerschaften,
- Ausfällen im Bereich der psychosozialen Grundversorgung aufgrund von Kürzungen der kirchlich finanzierten Angebote (weiter steigende Kirchengaustritte) und fehlender staatlicher Kompensation.

Das bedeutet konkret:

- Eine gekürzte Vollzeitstelle in der Beratung entspricht einem Minus von ca. 900 Beratungsgesprächen pro Jahr.
- Circa 200 Ratsuchende mit ca. 100 mitbetroffenen Kindern und Jugendlichen müssten dann zusätzlich abgewiesen werden.
- Die Anfahrtswege für Ratsuchende werden länger.
- Die Versorgung mancher Landkreise ist gefährdet.
- Qualifizierte Beraterinnen und Berater wandern in sicherere Arbeitsfelder ab, der Fachkräftemangel verschärft sich.
- Es entstehen Zusatz- und Folgekosten für das Sozial- und Gesundheitssystem.
- Dies hat einen Anstieg sozialgesellschaftlicher Spannungen zur Folge.

Wir denken...

- Paarberatung ist ein Dienst an der Gesellschaft.
- Paarberatung braucht eine sichere Finanzierung, um eine qualitätsvolle Beratung für Paare und Familien in Bayern aufrechterhalten zu können.
- Paarberatung braucht eine höhere Priorisierung bei der Haushaltsplanung.



Landesarbeitskreis  
Ehe-, Partnerschafts-, Familien- und Lebensberatung in Bayern

**LAK EPFLB**