



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

Jahresbericht 2023



## Inhalt

---

Rückblick 2023 .....	3
Der LandesArbeitsKreis für Ehe-, Partnerschafts-, Familien- und Lebensberatung in Bayern .....	5
Beratungsleistungen in Bayern 2023 .....	6
Förderung der EPFL-Beratung durch das Staatsministerium für Familie, Arbeit und Soziales .....	7
Jahresfortbildung 2023 mit Eva Barnewitz .....	8
Beratung im Wandel: Aus der Praxis	
• Key Messages von Eva Barnewitz zum Thema Trauma .....	10
• Fallvignette: Soziale Traumata und Beziehung .....	11
• Kraft für neue Wege – Trennungsgruppe für Männer .....	12
• Angebote der Ehe-, Partnerschafts-, Familien- und Lebensberatung zum Thema Trennung .....	15
Ausblick Fachtag 2024 .....	16
Der Vorstand .....	18
Impressum .....	18
Aufnahmeantrag .....	19



## Rückblick 2023

---

### • **Arbeitsbericht**

Im Berichtsjahr 2023 fanden insgesamt fünf Vorstandssitzungen, eine Videokonferenz zur Erarbeitung eines Briefes an die Diözese Eichstätt bezüglich der dort geplanten Schließung von Beratungsstellen und ein virtuelles Treffen zur Überarbeitung der Rahmenvereinbarung für die Förderung der EFPL-Stellen mit dem Bayerischen Staatsministerium für Familie, Arbeit und Soziales statt. In der ersten Sitzung im Januar wurden Frau Zeh, die langjährige Geschäftsführerin des Landesarbeitskreises und Frau Simon, die viele Jahre stellvertretende Vorsitzende und Trägervertreterin der Diakonie Bayern war, verabschiedet. An dieser Stelle danken wir den beiden sehr herzlich, dass sie den LAK so kompetent und engagiert mitgestaltet haben. Inge Christensen wurde in der Sitzung im April vom Vorstand als Nachfolgerin von Frau Simon zur zweiten Vorsitzenden gewählt.

Im Frühjahr wurden die 2022 begonnenen Gespräche der Trägervertreterinnen mit Landtagsabgeordneten verschiedener Parteien weitergeführt. Daran nahm auch wieder jeweils ein Vorstandsmitglied des LAK teil. Im Februar fanden je eine Besprechung mit Frau MdL Enders (Freie Wähler) und Frau MdL Sand (FDP) statt, im März gab es ein Gespräch mit Frau MdL Lettenbauer (BÜNDNIS 90/DIE GRÜNEN). Neben der Darstellung der Arbeit der Ehe- Partnerschafts- und Familienberatungsstellen war die Höhe der staatlichen Förderung Inhalt der Gespräche.

Im Juli fand eine Sitzung gemeinsam mit den drei Trägervertreterinnen Frau Christensen (Diakonie Bayern), Frau Maucher (Diözese Augsburg für die Bayerischen Diözesen) und Frau Holtkamp (Paritätischer Wohlfahrtsverband Bayern) sowie Herrn Höcherl und Frau Dr. Chassein aus dem Bayerischen Staatsministerium für Familie, Arbeit und Soziales statt. Wichtigstes Thema waren die Sparmaßnahmen der Träger und kommunalen Zuschussgeber auf der einen und die, insbesondere aufgrund der sehr hohen Tarifabschlüsse stark gestiegenen Kosten auf der anderen Seite. Die 2024 anstehende Verlängerung der Rahmenvereinbarung für die staatliche Förderung wurde ebenfalls besprochen.

Der Jahresbericht 2022 wurde erstellt und allen LAK-Mitgliedern im Rahmen des digitalen Jahresversands zugestellt. Auch Vertreterinnen und Vertreter verschiedener politischer und gesellschaftlicher Gremien und Einrichtungen auf kommunaler, regionaler und auf der Landesebene erhielten den Jahresbericht, um sich ein Bild über die Arbeit des LAK und der vertretenen Beratungsstellen machen zu können.

Der Vorstand bereitete die Mitgliederversammlung 2023 und den Fachtag zum Thema „Traumatisierung und Partnerschaften – Dynamiken und Interventionen“ mit der Referentin Eva Barnewitz vor und führte ihn durch. Es war sehr erfreulich, dass der Fachtag am 17.11.2023 mit mehr als 80 Teilnehmer\*innen im Haus St. Lorenz in Nürnberg stattfand. Die Anwesenden konnten wieder wertvolle Anregungen für ihre beraterische Arbeit mitnehmen, hatten aber auch Raum für Austausch und persönliche Begegnungen.

## • Mitglieder

Ende 2023 hatte der LAK EPFLB in Bayern insgesamt 402 Mitglieder (389 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 7), 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, dem Paritätischen Bayern und der AWO 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 Sabine Rusnak für ihre Tätigkeit als Rechnungsprüferin für den LAK.

Ein weiterer Dank gilt dem Landtag, der auf Initiative der Fraktionen der CSU und der Freien Wähler eine einmalige Verstärkung der Fördermittel in Höhe von 200.000 Euro als Kompensation der Inflationssteigerungen und der extrem gestiegenen Energiekosten beschlossen hat.

*Christian Reisenberg  
1. Vorsitzender  
des LAK EPFLB in Bayern*



*Verabschiedung von Elisabeth Simon  
und Ursula Zeh aus dem LAK-Vorstand*



## 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.

## Beratungsleistungen in Bayern 2023

Träger	Bayern gesamt 2023	Bayern ge- samt 2022 zum Vergleich	(Erz-) Diözesen	Diakonie	Paritä- tischer Wohlfahrts- verband Bayern*	AWO*
Beratungsstunden	141.239	141.854	110.382	13.107	16.724	1.026
Ratsuchende in Beratung	**33.981	38.337	25.603	3.609	**4478	291
~ davon männlich	14.896	15.910	11.116	1.426	2.198	156
~ davon weiblich	18.890	22.422	14.487	2.183	2.085	135
~ davon divers	6	6	0	0	6	0
Fälle	24.227	23.451	18.459	2.560	3.023	185
~ davon Fälle mit Partnerschafts- und Familienbezug***	21.798	20.927	17.114	1.818	2.704	162
Veranstaltungen in Stunden	1.276	1.048	44	800	426	6
TeilnehmerInnen an Veranstaltungen	4.110	3.118	618	1.870	1.598	24
Zahl der Beratungsstellen	116	117	93	14	7	2
Beratungsfachkräfte	410	420	305	54	47	4

\* 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.

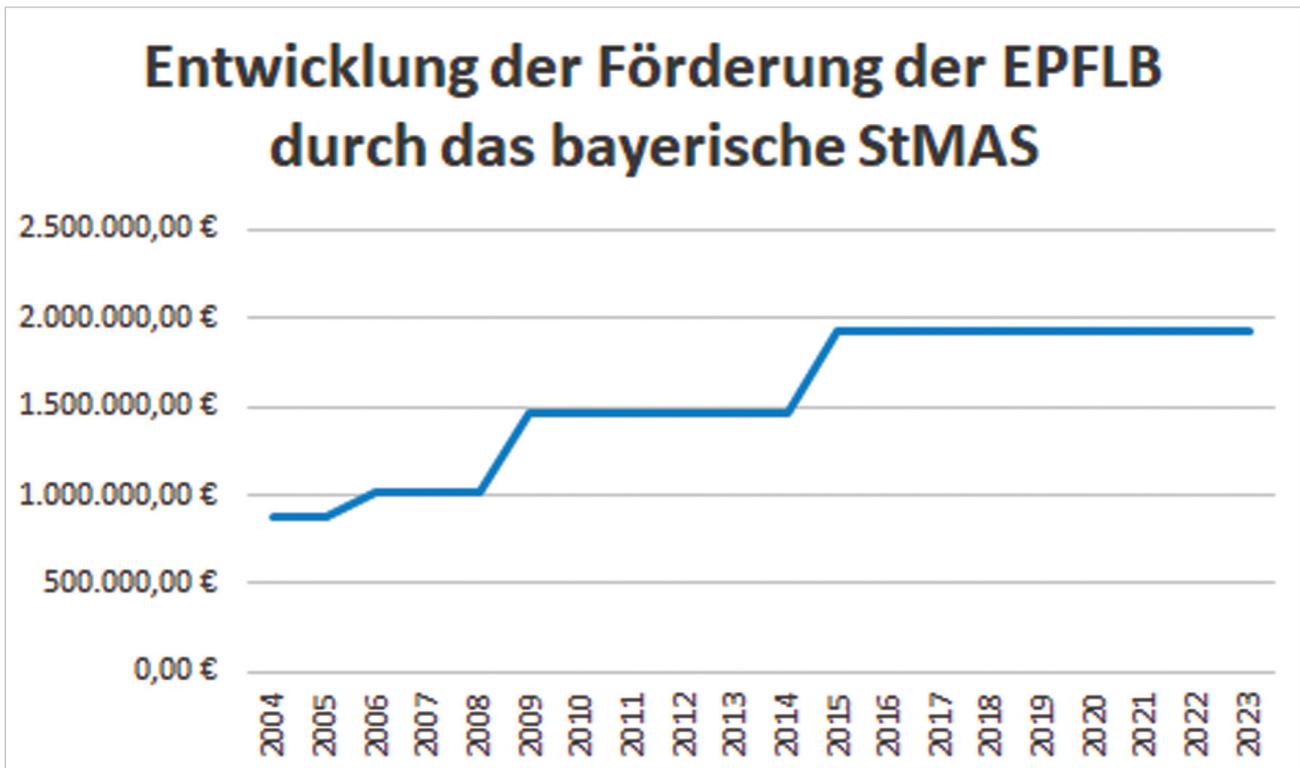
\*\* 189 fehlende Angaben zum Geschlecht aufgrund fehlender Erhebungen eines Trägers bei einmaligen Telefon- und Onlineberatungen.

\*\*\* 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.



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

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



Im Jahr 2023 förderte das Bayerische Staatsministerium für Familie, Arbeit und Soziales (StMAS) die Bayerischen EPFL-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



## Jahresfortbildung 2023 in Nürnberg

### Traumatisierung und Partnerschaften – Dynamiken und Interventionen

#### mit Eva Barnewitz

Wie wirkt sich eine traumatische Erfahrung, eine posttraumatische Belastungsstörung innerhalb einer Partnerschaft aus?

Diese Fragestellung war der Ausgangspunkt bei der Suche nach einer geeigneten Referentin oder eines Referenten für die Jahresfortbildung 2023. Frau Eva Barnewitz ist mit dem Thema Trauma bestens vertraut, sie arbeitet immer wieder in Kriegs- und Krisengebieten wie in Syrien und der Ukraine mit traumatisierten Menschen und schult dort auch Helferinnen und Helfer.

Umso überraschender war für Zuhörerinnen und Zuhörer, die sie noch nicht kannten, die Leichtigkeit und Heiterkeit, mit der sie sich diesem durchaus schweren Thema näherte.



Eva Barnewitz beschreibt in ihrem Vortrag die neurobiologischen Grundlagen für Stress und Trauma und schildert auch, wie sich eine posttraumatische Belastungsstörung beim Einzelnen auswirkt.

In Beratungskontexten sitzt das Trauma, so Frau Barnewitz, oft mit im Raum und beeinflusst nicht nur die Partnerschaft, sondern auch die Fachkräfte, die das Paar bei der Lösung seiner Probleme unterstützen wollen.

Dabei macht es einen Unterschied, ob eine oder beide Personen von einem Trauma betroffen sind, ob das Trauma gemeinsam erlebt wurde, etwa bei einem Unfall oder ob es sich um Traumata handelt, die schon vor der Beziehung erlebt werden mussten. Ferner, ob ein Trauma durch ein einmaliges Ereignis entstanden ist oder durch immer wiederkehrende Situationen wie zum Beispiel durch Missbrauch oder Misshandlung.

Als typische Partnerdynamiken bei einer posttraumatischen Belastungsstörung nennt die Referentin massiven und häufigen Streit, unlösbar scheinende Konflikte, heftige gegenseitige Verletzungen, sowie Probleme mit Nähe und Distanz. Bewältigungsmuster, die früher zum Beispiel für das ausgelieferte Kind das psychische Überleben sicherten, wie etwa Unterwerfung, sind später oft



nicht mehr hilfreich und verschlimmern die Situation. Und so kommt es in den betroffenen Familien vermehrt zu Alkoholmissbrauch, Kontrollzwängen, zur Parentifizierung der Kinder, zu häuslicher Gewalt und anderen problematischen Verhaltensweisen.

Neben der klassischen klinischen Definition eines „Traumatischen Ereignisses“, gibt es auch „weichere“ Definitionen traumatischer Erfahrungen in Partnerschaften, die innerhalb einer (aktuellen oder früheren) Beziehung entstehen. Betrug, Verrat, Demütigung und Erniedrigung, sowie auch das Verlassenwerden durch die geliebte Person können Menschen derart destabilisieren, dass man – z.B. nach Dr. Laura Copley - von einem traumatischen Erleben ausgehen kann. Dieser „weicheren Definition“ gegenüber steht die klinische Definition eines traumatischen Ereignisses als Moment, in dem die körperliche Unversehrtheit, das eigene Leben oder das Leben einer anderen Person verletzt oder bedroht wird, oder sexuelle Gewalt angedroht oder ausgeübt wird. Typische akute und unmittelbare Reaktionen darauf umfassen Kampf oder Flucht, oder auch Erstarren, Einfrieren, und schließlich dissoziative Reaktionen bis hin zur Ohnmacht.

Die Interventionen, die Frau Barnewitz den Zuhörenden vorstellt, kommen in der Hauptsache aus dem Bereich der Impact Therapy, es sind griffige, überraschende Interventionen, oft unter Verwendung von Alltagsgegenständen: So wird eine kräftig geschüttelte Colaflasche zum Anschauungsobjekt für gestörte Impulskontrolle. Sie unbedacht zu öffnen führt zur explosionsartigen Entladung, besser ist, sie stehen zu lassen und dann sehr vorsichtig immer wieder ein wenig Luft entweichen zu lassen. Auch ein Autorückspiegel, verbunden mit der Frage „Warum ist wohl eine Windschutzscheibe größer als ein Rückspiegel?“, kann Erkenntnisse hervorbringen in der Art, dass auch die Gegenwart und die Zukunft gelebt werden wollen und die Rückschau auf die Vergangenheit nur der kleinere Teil des Ganzen ist. Und die Arbeitshandschuhe, mit denen die Referentin zu Werke geht, als Symbol für robuste Interventionen anstelle der Samthandschuhe sind ebenfalls ein Beispiel, wie man die Akzeptanz der Klientinnen und Klienten für diese Art der Therapie fördern kann.

Das Fachpublikum zeigte, besonders hinsichtlich der Methoden der Impact Therapy Reaktionen, die von begeistert bis irritiert reichten. Auch wenn der Vortrag in Teilen polarisierte, gab er doch zugleich starke Impulse für eine Diskussion, er veranschaulichte – neben den vielen sehr sachlich gehaltenen Informationen zur Entstehung von Traumata - innovative Techniken, mit denen die Zuhörenden sich auseinandersetzen können. Worauf sich wohl alle Anwesenden einigen können, ist die Wichtigkeit von Psychoedukation. Das ist die Notwendigkeit, einer von einem Trauma betroffenen Person gut und immer wieder zu erklären, was in ihrer Psyche vor sich geht, ihr zu helfen, sich selbst zu verstehen und ihre psychischen Probleme als der Situation angemessen und vor allem als veränderbar zu begreifen.

*Rosemarie Jell*

## Beratung im Wandel: Aus der Praxis

### Key Messages für die Arbeit mit von Trauma betroffenen Personen:

- Traumatische Erfahrungen prägen nicht nur das Individuum selbst auf psychologischer und neurobiologischer Ebene, sondern auch seine Interaktionen, das Familiensystem und ggf. sogar folgende Generationen.
- Ob ein Ereignis „traumatisch“ wirkt, hängt von zahlreichen Faktoren ab; v.a. der psychosozialen Unterstützung im Anschluss an das Ereignis kommt eine tragende Rolle zu.
- Hilfreiche Sätze für die Arbeit mit direkt und indirekt Betroffenen:
  - „Du bist nicht verrückt. In deinem Leben ist etwas Schlimmes passiert und das hat manches in deinem Leben „ver-rückt“. Unsere Aufgabe in der Therapie ist es jetzt, die Dinge zu sortieren, und wieder eine Ordnung und Übersicht für dich zu schaffen.“
  - „Es ist eine normale Reaktion auf ein unnormales Ereignis.“
  - „Die Art und Weise, wie andere dich behandelt oder verletzt haben, war nicht deine Schuld, aber jetzt ist es deine Verantwortung, diese Wunde zu heilen.“
- Es geht darum, „Damals und Dort“ vom „Hier und Jetzt“ zu trennen.
- In missbräuchlichen Beziehungen ist es nicht mehr die Aufgabe des Opfers, sich selbst zu ändern, sondern den Kontext zu ändern.
- Die Arbeit mit Impact Methoden erleichtert das Verständnis für Konzepte und ergänzt so fundiertes theoretisches Wissen um Konzepte von „Bindung“, „Trauma“, „Paarberatung“ etc..
- Bei der Arbeit mit von Trauma betroffenen Personen sind Wissen, Sicherheit und Klarheit für die beratende und therapeutische Arbeit unabdingbar. Gleichzeitig dürfen Leichtigkeit, Ressourcenorientierung und Humor den therapeutischen Prozess und das Miteinander bereichern, und so auch den Fachkräften ermöglichen, ihrem Gegenüber und den im Raum präsenten Themen mit Leichtigkeit und Tiefe zu begegnen.

*Eva Barnewitz, M.Sc., Impact Therapy Associate, Traumatherapeutin*

Die Ehe-, Paar-, 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.



## Soziale Traumata und Beziehung – eine Fallvignette

Rund zwei Drittel meiner Klientinnen und Klienten haben in ihrer Vorgeschichte den frühen Verlust eines Elternteils, sexualisierte oder körperliche Gewalt erfahren. Sie haben dabei Schmerz und starke, manchmal lebensbedrohliche Angst erlebt. Die körperliche oder sexuelle Gewalt war regelmäßig mit verbalen Demütigungen und Einschüchterungen verbunden. Häufig fanden die Betroffenen kein empathisches, beruhigendes und tröstliches Ohr oder vertrauten sich niemandem an.

Ein Beispiel, zur Wahrung der Diskretion in Details verändert, soll das verdeutlichen. Frau und Herr M. kommen wegen hartnäckiger und verletzender Streitigkeiten um die alltägliche Aufgabenteilung zur Paarberatung. Das Paar hat drei Kinder im Vorschulalter. Beide sind berufstätig, der Bau eines Hauses hat zusätzliche Belastungen mit sich gebracht. Frau M. erlebt sich als Zugpferd der Familie, fühlt sich zu wenig unterstützt und in ihrem Gefühl von Überforderung zu wenig gesehen. Er leidet unter ihren oft lautstarken Vorwürfen, fühlt sich dann unfähig, erlebt ihre Forderungen auch als unfair, weil er sich oft über seine Grenzen mit beruflicher und familiärer Arbeit belastet, kaum Freizeit gönnt. In Auseinandersetzungen verhält sich Herr M. auffallend zurückhaltend, was seine Frau als „Desinteresse“ deutet. Beide haben körperliche und emotionale Annäherungen weitgehend aufgegeben.

Schon im Erstgespräch wird deutlich, dass Herr M. die lautstarken Vorwürfe seiner Frau („ihr Geschrei“) als sehr bedrohlich erlebt. Er verfällt in eine ausdrucksarme Starre und möchte am liebsten fliehen. Insbesondere der laute Tonfall seiner Frau erinnert ihn an das verbal aggressive Verhalten seines Vaters, dem regelmäßig aber unberechenbar heftige Prügel folgten. Seine Angst ist als Motiv wirksam, aber für seine Frau an seiner Mimik und Körpersprache kaum erkennbar. Herr M. erinnert sich, dass er in seiner Kindheit immer bemüht war, „nur ja nichts falsch zu machen“, Konfrontation aus dem Weg ging. Sein defensives Verhalten bewahrt aber auch ihn selbst und die Frau davor, dass sich wiederholt, was in der Beziehung zum Vater äußerlich ein Wendepunkt wurde: Er schlug und trat als körperlich überlegener Jugendlicher den Vater in einem heftigen Wutdurchbruch, als dieser ihn wieder aggressiv bedrängte. Dies zu verstehen, eröffnet ihm und seiner Frau erstmals einen anderen Blick auf sein Verhalten, beruhigt aber noch nicht ihre Kränkung und Verunsicherung. Ihre Mutter trennte sich vom aggressiven Vater als Frau M. noch klein war. Die alkoholabhängige Mutter schlug und vernachlässigte die Tochter regelmäßig. Frau M. hat große Angst, niemandem, auch ihrem Mann nicht wirklich etwas zu bedeuten, „dass sich niemand kümmert!“, was vor allem aber heißt: „Dass niemand sieht, wie sehr ich mich allein und überfordert fühle!“

Die Bearbeitung der Trauma-Folgen in der Paarbeziehung erfolgt unter mehreren Aspekten. Interessiertes Nachfragen ermöglicht die Offenbarung der alten Wunden und der damit immer noch verbundenen Betroffenheit, ist zugleich ein Überwindung der Scham- und Schuldängste. Sie ermöglicht dem geliebten und liebenden Gegenüber eine einfühlsame Perspektivenübernahme und fördert damit das Vertrauen in die Beziehung. Dies, die Klärung und Reflexion der bisherigen Angstbewältigung, die Entwicklung und Einübung konstruktiverer Konfliktstrategien mit mutiger Selbstoffenbarung und offenem Ohr verringern das Risiko weiterer Kränkungen und Verunsicherungen. Dadurch kann zunehmend eine Sicherheit in der Beziehung erlebt werden, die auf Reflexion, einfühlsamem Verständnis und gegenseitigem Wohlwollen statt auf verliebter Idealisierung, ängstlicher Vermeidung oder aggressiver sozialer Dominanz beruht.

*Ulrich Schmidt-Blechta*



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

## „Kraft für neue Wege“ – Gruppenangebot für Männer zum Thema Trennung

„Bin ich eigentlich beziehungsfähig?“ Diese Frage tauchte bei einem Mann im Verlauf des Kurses auf, der sich zum wiederholten Mal mit der Trennung nach einer langjährigen Beziehung konfrontiert sah. Ich war erstaunt und überrascht von der Offenheit und Ehrlichkeit dieses Mannes, auch mögliche eigene Anteile am Ende einer Partnerschaft in den Blick nehmen zu können. Das Kursangebot „Kraft für neue Wege – nach der Trennung“ richtet sich bewusst an Männer, die Wege suchen, eine schmerzhaft Trennung zu bewältigen.

In der EFL der Diözese Regensburg wird seit Jahren dazu ein Kursangebot angeboten, das Männer jeden Alters nach einer längeren Ehe oder Beziehung in der Phase der Trennung und Scheidung begleitet.

Das Konzept zum Kurs ist angelehnt an das Kursangebot für Frauen „Wieder glücklich werden – nach der Trennung“ (Jell, Rosemarie: Wieder glücklich werden – nach der Trennung, in: Blickpunkt EFL-Beratung, Oktober 2009). Seit vielen Jahren wird dieser Kurs an verschiedenen EFL-Stellen der Diözese Regensburg angeboten.

Das strukturierte Gruppenangebot umfasst sechs Treffen mit einer Dauer von etwa zwei Stunden. Die Treffen finden in der Regel im vierwöchigen Rhythmus statt. Die Gruppengröße sollte mindestens vier und nicht mehr als zehn Kursteilnehmer umfassen. Das Alter der Teilnehmer bewegt sich in der Regel von Mitte Dreißig bis Ende Sechzig.

In jeder der sechs Gruppensitzungen wird intensiv inhaltlich mit Hilfe verschiedener ausgewählter Methoden gearbeitet. Jedes Treffen hat ein Thema, das zusammen bearbeitet wird. Allen Terminen gemeinsam sind die Anfangsrunde, bei der jeder Teilnehmer vor der Gruppe seine momentane Lebenssituation und Befindlichkeit darlegt sowie die Schlussrunde, in der wiederum der Erkenntnisgewinn oder die Gefühlslage am Ende des Treffens mitgeteilt wird. Für die inhaltliche Arbeit gibt es an jedem Termin entsprechende Module, die, je nach Gruppensituation, verändert oder ergänzt werden können. Hier sollen nun kurz die Themen der Module umrissen werden:

Beim ersten Treffen geht es um das Kennenlernen der Teilnehmer, die Kursregeln und darum, **Trennung als Prozess** zu verstehen, bei dem, ähnlich wie bei der Trauerbewältigung, einzelne Phasen durchlaufen werden müssen. Bei Männern, die von ihrer Partnerin verlassen wurden, kann man diese Phasen skizzieren als Schock und Verzweiflung, Wut und Ärger, Resignation, Aufbruch und neue Aktivität, Integration und Weiterentwicklung. Trennungsaktive Männer hingegen erleben die Phase der Resignation in der Regel schon, bevor sie die Trennung einleiten, die Erkenntnis oder das Erleben, dass Sie ihre Ehe nicht mehr weiterführen wollen. Nach einer Trennung empfinden sie oft Scham und Schuldgefühle (auch und besonders gegenüber den Kindern), umso mehr, wenn die Trennung im Kontext einer Außenbeziehung erfolgt ist.

Das zweite Treffen steht unter dem Titel „**Überlebensstrategien**“: Indem jeder beschreibt, was ihn in dieser schwierigen Lebenssituation unterstützt, was er dafür tut, dass es ihm bessergeht, kommen die Teilnehmer an ihre eigenen Ressourcen. Die übrigen Kursteilnehmer können diese Strategien überden-



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

ken und gegebenenfalls auch für sich nutzbar machen.

Beim dritten Treffen sind die **Rückschau und das Abschiednehmen** von der Beziehung wesentliche Inhalte. In dieser Einheit wird vielen Kursteilnehmern nochmals schmerzlich bewusst, was mit der Trennung im Gefüge von Partnerschaft und Familie verloren gegangen ist. Bei der Fragestellung „Was bleibt an Gutem?“ können Teilnehmer oft erstmals anerkennen, dass durch die Trennung nicht alles verloren ist. Gemeinsame Kinder werden hier oft als etwas erlebt, das über Trennung hinausgeht.

Das vierte Modul behandelt die **Zukunftspläne**, konkrete Ziele und Wünsche für die nächsten Wochen und Monate. Das Motto des Kurses „Kraft für neue Wege“ taucht hier oft als erstrebenswerter Wunsch auf, ebenso wie Eigenverantwortung, psychische und berufliche Stabilisierung und ein wieder intakteres soziales Umfeld.

Beim fünften Treffen richtet sich das Hauptaugenmerk auf die **derzeitige Lebenssituation** der Teilnehmer. Die symbolische Darstellung der jeweiligen sozialen Gefüge und Ressourcen bietet ihnen den Blick von außen auf ihr derzeitiges Leben und ermöglicht so neue Einsichten und eine positivere Wahrnehmung der eigenen Situation.

Beim sechsten Treffen geht es um **Abschied und Neubeginn**. Hier steht das positive Feedback der anderen TN im Vordergrund. Gerade für Menschen, die durch eine Trennung in ihrem Selbstwert oft schwer verletzt worden sind, ist es eine sehr gute Übung, solche positiven Einschätzungen ihrer Person anzunehmen.



Auswertungen und Rückmeldungen der Teilnehmer zeigen, dass sich in dem halben Jahr der Kursphase die Lebenssituation und die Stimmungslage der Betroffenen zumeist deutlich verbessern. Im ersten Kursteil überwiegen die Aussagen der Männer, dass sie mit der Endgültigkeit der Trennung, dem damit verbundenen Alleinsein und der nun veränderten Familienkonstellation im Umgang mit den Kindern ringen. Gegen Ende des Kurses ist die Stimmung der Teilnehmer optimistischer. Die Umgestaltung der eigenen Lebensführung und der familiären Rollen und Beziehungen werden eher akzeptiert. Die erhöhten Anforderungen in der Organisation des eigenen und kindlichen Alltags zwischen beiden getrenntlebenden Eltern können selbstverständlicher angegangen werden. Die Selbstverständlichkeit, mit der die meisten Kursteilnehmer davon ausgehen, als gleichberechtigter und verantwortlicher Elternteil wahrgenommen und bei der Erziehung und Betreuung der gemeinsamen Kinder miteinbezogen zu werden, zeugt vom veränderten Selbstbild der Männer.



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

Der Rückhalt in der Gruppe, das Gefühl der Unterstützung durch Begegnung und Austausch und besonders die Einsicht, dass der Trennungsprozess einmal zu Ende geht und wieder ein gelingendes Leben stattfinden kann, sind von Männern benannte Einsichten aus dem Kursprozess.

Brauchen Männer etwas anderes als Frauen? In der Vorbereitung und Durchführung der ersten Kurse wurde dies speziell in den Blick genommen mit dem Ergebnis, dass auch bei den Männern der aktive Gesprächsaustausch mit Gleichgesinnten, das Mit-Teilen und Mit-Aushalten von Trennungsschmerz und Unveränderlichkeit im Vordergrund steht. Ergänzend zum Kurskonzept für Frauen kann bei der Männergruppe zusätzlich eine erlebnispädagogische Einheit, wie etwa eine Kanutour oder eine Wanderung angeboten werden. Das entspricht sehr den Bedürfnissen der Teilnehmer, die an dieser Stelle auch gerne ins Tun kommen und für die die aktive Gestaltung ihrer Freizeit, auch mit anderen Männern, nach einer Trennung einen höheren Stellenwert einnimmt.



Was den Kurs „Kraft für neue Wege“ wie ein roter Faden durchzieht, ist die Suche und das Entdecken eigener Anteile an der Trennung. Erst mit diesem Bewusstsein, dass man nicht ausschließlich Opfer ist, kann eine gewisse Akzeptanz der Trennung erreicht werden und somit ein Prozess für einen neuen Weg beginnen.

Hier kommt die Frage des Mannes „Bin ich beziehungsfähig?“ nochmals ins Spiel. Der Kurs kann und will keine vorgefertigte Antwort auf diese Frage liefern. Er kann Männer in Trennung begleiten und sie anleiten, sich auf den Weg in eigenes unbekanntes Land zu machen. Einen Weg, der nicht ohne Risiko ist, aber dahin führen kann, sich besser in seinen Widerständen und Ängsten zu verstehen und sich mit seinen widersprüchlichen Gefühlen und Stimmungen anzunehmen. Viele Männer wünschen sich, nach einer Trennung wieder in einer Beziehung leben zu können. Partnerschaftliche Beziehung lebt vom Gegenseitig-Aufeinander-Verwiesensein und Pendeln zwischen Ich und Wir. Männer, die „pendeln“ und beziehungsfähig bleiben wollen, können Kraft für diesen neuen Weg sammeln.

*Bernhard Bauer*



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

## Angebote der Ehe-, Partnerschafts-, Familien- und Lebensberatung zum Thema Trennung

- Paarberatung (Stützung und Entwicklung der Paarbeziehung, präventive Wirkung)
- Gemeinsame Paargespräche bei Trennungsambivalenz (z.B. Entscheidungsfindung)
- Einzelberatungsgespräche bei Trennungsambivalenz (Entscheidungsfindung)
- Beratung in akuter Trennung für Einzelne (z.B. Unterstützung in Krise, Verarbeitung der Trennung)
- Beratung der Eltern in der (Nach-)Trennungsphase (z.B. Umgangsregelungen, Fragen zur Umsetzung)
- Elternkurs „Kinder-im-Blick“ für getrenntlebende Eltern (Fokus: Kinder und Umgang mit dem anderen Elternteil)
- Trennungskurs: Männer, Frauen, gemischt
- Hinweis auf Informationsquellen und Anlaufstellen, Clearing



### 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.



## Ausblick

---

### Wie Partner sich gegeneinander wehren – Psychodynamik und Abwehr in Paarbeziehungen

---

„Du willst ja nur Deine Befriedigung!“ „Ich bin Dir ja egal!“ „Musst Du immer unzufrieden sein?“

Jede und jeder bringt Bedürfnisse, Wünsche und Ängste in die Paarbeziehung mit. Jedes Individuum hat aufgrund eigener prägender lebensgeschichtlicher Erfahrungen mehr oder weniger positive oder negative Erwartungen hinsichtlich dessen, wie auf die eigenen Wünsche und Bedürfnisse reagiert wird. So kann jemand aufgrund von verinnerlichten elterlichen Verboten die eigenen Wünsche und Bedürfnisse verpönen, und – im Zuge von Übertragungsprozessen - davon ausgehen, dass der Partner/die Partnerin ebenfalls ablehnend und abwehrend auf zentrale Wünsche und Bedürfnisse reagiert. Dies hemmt die freie Kommunikation in der Paarbeziehung und kann letztlich zu Frust und Anklagen gegenüber dem Partner führen. Anstatt sich über die eigenen Wünsche auszutauschen und sie miteinander abzustimmen, verlieren sich die Paare in wechselseitigen Vorwürfen.

Abgewehrt werden können aber nicht nur Wünsche und Bedürfnisse, sondern auch Emotionen, die ängstigend und unerträglich erscheinen. Die jeweils spezifische Art der Abwehr beider Partner – also die Abwehrstruktur einer Persönlichkeit - wirkt sich immer auf das jeweilige Beziehungsgeschehen aus. Mit einem fundierten Wissen darüber können diese Dynamiken im Beratungskontext erkannt, mit gezielten Interventionen aufgegriffen und verändert werden.

In der Fachtagung sollen mögliche Abwehrmechanismen und deren jeweilige Auswirkung auf das Beziehungsgeschehen in der Paarbeziehung und in der Beratungsbeziehung in der Theorie und anhand von eigenen Fallbeispielen der Teilnehmenden reflektiert werden. Besondere Beachtung soll auch die Abwehrdynamik bei narzisstischer Problematik finden, die häufig zur Zerstörung der Beziehung beiträgt. Es wird zudem darum gehen, in welcher geeigneten Weise die Abwehr-Dynamik aufgegriffen werden kann, um destruktive Beziehungsprozesse zu begrenzen und dem Paar hilfreich dabei zu sein, diesen gegenzusteuern.



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



**Frau Dr. Agnes Schneider-Heine:** Dr. med. Dipl. Psych. Agnes Schneider-Heine, Fachärztin für Psychosomatische Medizin und Psychotherapie, Psychoanalytikerin, (DPG, DGPT) Lehranalytikerin, Supervisorin und Dozentin an der Akademie für Psychoanalyse und Psychotherapie München e.V. (BLÄK, DGPT); Dozentin und Supervisorin TFP-Institut München (Übertragungsfokussierte Psychotherapie), International society for Transference Focused Psychotherapy (ISTFP)  
 Niedergelassen in eigener Praxis: Schwerpunkt: Psychotherapeutische Arbeit mit Patient\*innen mit Persönlichkeitsstörung.

Freitag 15.11.2024 16:00 – 19:00 Uhr  
 Samstag 16.11.2024 9:00 – 13:00 Uhr  
 Ort: Mathildensaal des ev. Handwerkervereins München  
 Mathildenstraße 4, 80336 München

Anmeldung bis 15. Oktober 2024; [Anmeldung erfolgt online nach gesonderter Einladung](#) per mail.  
 Teilnehmerbeitrag: 75,- Euro für LAK-Mitglieder, 100,- Euro für Nicht-Mitglieder  
 Telefon: 0931.38669000 - E-Mail: [info@eheberatung-wuerzburg.de](mailto:info@eheberatung-wuerzburg.de)

**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



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

## 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)

Bildnachweis: Fotolia.de, Istockphoto.de, pixabay, privat

# 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

**LAK EPFLB**