Ehe-, Familien- und Lebensberatung

Erzdiözese München und Freising

Jahresbericht 2023

Vorwort

Liebe Leserin, lieber Leser,

wieder schauen wir auf ein intensives Arbeitsjahr zurück. Die gesamtgesellschaftlichen Herausforderungen, wie kriegerische Auseinandersetzungen, wirtschaftliche Verunsicherung, gesellschaftlicher Zusammenhalt, die Klimakrise verlangen vielen Menschen viel ab. Wir stellen weiterhin einen hohen bzw. wachsenden Bedarf an Beratung fest und gleichzeitig müssen wir mit knapper werdenden Ressourcen zurechtkommen. Sehr erfreulich ist, dass die Ehe-, Familien- und Lebensberatung als psychologischer Fachdienst der Kirche sehr geschätzt wird. Fast 45 % unserer Klienten:innen kommen auf Empfehlung von psychosozialen Stellen und auf Empfehlungen aus dem Bekanntenkreis. In knapp 64 % der Haushalte der Ratsuchenden leben Kinder im Haushalt und können so direkt, oder indirekt von der Beratung der Eltern profitieren.

Mein großer Dank gilt unserem Träger, dem Erzbistum München und Freising, das den Hauptanteil der Finanzierung trägt, ferner dem Bayerischen Ministerium für Familie, Arbeit und Soziales, den Landkreisen und Kommunen, die durch ihre Zuschüsse unsere Arbeit unterstützen. Mein weiterer Dank gilt ebenfalls den Klienten:innen, die Beratung in Anspruch genommen haben, unser Angebot schätzen und auch durch ihre Spenden ihre Anerkennung für die Beratungstätigkeit der Ehe-, Familien- und Lebensberatung zum Ausdruck gebracht haben.

Der Jahresbericht gibt einen Ausschnitt unserer Arbeit und der Themen, die uns beschäftigen wieder.

Der Beitrag von Frau Schlierf „**Ehe-, Familien- und Lebensberatung – eine Ressource für Gesellschaft und Kirche**“ verdeutlicht in welch langer und fundierter Tradition die Ehe-, Familien- und Lebensberatung innerkirchlich und gesellschaftlich steht. Die Aufgabe Menschen in Krisen- und Umbruchszeiten zu begleiten, sie zu ermutigen und zu unterstützen einen guten weiteren Weg zu entwickeln ist eine urchristliche Tradition und eine den gesellschaftlichen Zusammenhalt fördernde Aufgabe des Sozialstaates.

Der Besinnungstag der Hauptabteilung 6.1 hatte zum Thema „**Grenzgänger zwischen Psychiatrie und Seelsorge**“. Herr Diakon Kafko begleite uns durch den Tag und bezog sich in der Andacht auf den Propheten Elija. Die Stelle aus dem Buch der Könige, schildert wie Elija erschöpft und müde aufgeben möchte und durch die Nahrung und die Ermunterung des Engels wieder Mut schöpft und sich gestärkt wieder auf den Weg macht. Dies ist ein sehr ermutigendes Bild für die Beratungsdienste im Allgemeinen und für die Aufgabe der Ehe-, Familien- und Lebensberatung im Besonderen.

Im Rahmen des Besinnungstag der HA 6.1 im November 2023 im kbo-Isar-Amper-Klinikum Haar standen Grenzgänger zwischen Psychiatrie und Seelsorge im Fokus, insbesondere mit Blick auf den Umgang mit Menschen mit psychischen Erkrankungen oder Behinderungen im Nationalsozialismus. Der Artikel von Frau Prof. Dr. Buchner „**Schweigen, Schuld und Scham: Zur Bedeutung gesellschaftlicher Stigmatisierung von Menschen in psychischen Ausnahmesituationen für die Beratungstätigkeit**“ verdeutlicht wie der Blick zurück auch die Implikationen für die Gegenwart eröffnet: Schweigen, Schuld und Scham im Zusammenhang mit psychischen Erkrankungen spielen heute noch eine wichtige Rolle und beeinflussen unter anderem auch über (Selbst-) Stigmatisierungsprozesse die Suche nach oder die Aufnahme von professioneller Unterstützung. Ein Verständnis für diese gesellschaftlichen Hintergründe, die damit zusammenhängenden transgenerationalen Pro-

zesse und die Auswirkungen bis in die Gegenwart, kann hilfreich für die Planung und Durchführung von Hilfsangeboten sein und zur Verbesserung der Versorgung betroffener Menschen beitragen.

Frau Thomas beschäftigt sich in ihrem Beitrag „**Einsamkeit**" mit einem Gefühl, das nicht erst seit den Zeiten der Corona-Pandemie ein Thema in den Beratungsgesprächen ist. Umfragen zeigen, dass sich schon vor der Pandemie sehr viele Menschen einsam fühlten. Mittlerweile ist das Thema immer mehr in das öffentliche Bewusstsein gerückt. In Beratungsprozessen können die individuellen Ursachen herausgearbeitet und auch entsprechende Hilfen für Wege aus der Einsamkeit an die Hand gegeben werden. Im Jahr 2023 gibt es ein entsprechendes Fortbildungsangebot des Bereichs Qualifizierung, um die Berater:innen für dieses vielschichtige Thema zu sensibilisieren.

Herr Fischaleck gibt durch seinen Bericht „**Statistische Daten aus dem Jahr 2023**" einen Einblick in die Arbeit der Ehe-, Familien- und Lebensberatung der Erzdiözese. Es wird unter anderem deutlich, welche Themen die Menschen, die unseren Dienst in Anspruch nehmen, beschäftigen.

Der Beitrag von Frau Dr. Lorenz, der Leiterin des Fachbereichs Qualitätssicherung und Qualifizierung, „**Zusammenfassung der Tätigkeiten im Jahr 2023**" zeigt die vielfältigen Instrumente auf, die eingesetzt werden, um die Anforderungen der Arbeit gut zu bewältigen und die hohe Qualität zu sichern bzw. weiterzuentwickeln.

Der Beitrag zur Jahrestagung 2023 von Frau Dr. Hensel, ebenfalls aus dem Fachbereich Qualitätssicherung und Qualifizierung, mit dem Titel „**Liebe wie sie dir (oder mir) gefällt**" gibt einen Überblick über die vielfältigen Aspekte dieses Themenbereichs.

Wir wünschen ein reges Interesse beim Lesen des Jahresberichtes.

Margret Schlierf
Leiterin der Ehe-, Familien- und Lebensberatung der Erzdiözese München und Freising

Msgr. Dr. Siegfried Kneißl
Erzb. Ordinariat München
HA Beratung im Ressort Caritas und Beratung

Inhalt

Vorwort 3

Ehe-, Familien- und Lebensberatung – eine Ressource für Gesellschaft und Kirche
Margret Schlierf 6

Grenzgänger zwischen Psychiatrie und Seelsorge
Besinnungstag in der kbo-Klinik Haar am 23.11.2023 – Andacht in St. Raphael
Diakon Josef Kafko 9

Schweigen, Schuld und Scham: Zur Bedeutung gesellschaftlicher Stigmatisierung von Menschen in psychischen Ausnahmesituationen für die Beratungstätigkeit
Prof. Dr. Ursula Gisela Buchner 12

Einsamkeit
Claudia Thomas 19

Statistische Daten aus dem Jahr 2023
Florian Fischaleck, Thomas Ranzinger, Margret Schlierf 22

Fachbereich Qualitätssicherung und Qualifizierung
Dr. Mirjam Lorenz 30

Jahrestagung der Ehe-, Familien- und Lebensberatung am 14.11.2023
Dr. Sandra Hensel 34

Adressen der Beratungsstellen in der Erzdiözese München und Freising 36

Ehe-, Familien- und Lebensberatung – eine Ressource für Gesellschaft und Kirche

Der Auftrag

Schon im Würzburger Synodenbeschluss 1975 haben die Bischöfe die Notwenigkeit gesehen und formuliert Menschen – Einzelne, Paare und Familien – in schwierigen und krisenhaften Lebenssituationen zu begleiten und ihnen zur Seite zu stehen. „Mit Recht ruft die Synode darum zu mehr Verständnis und christlicher Solidarität mit denen auf, deren Ehe von der Gefahr des Scheiterns bedroht ist“ (Gemeinsame Synode, S. 420). Als wichtigste Hilfe sollte dann ein hochqualifiziertes Angebot von Beratungsstellen aufgebaut werden. Zu Beginn der 70iger Jahre wurden die ersten Ehe-, Familien- und Lebensberatungsstellen (EFL) gegründet und in der Familienpastoral als seelsorgliche Dienste verankert. Den Gründungsmüttern und -vätern war es wichtig diesen psychologischen Fachdienst der Kirche mit Professionalität aufzubauen. Dies bedeutete für eine fachlich gute, grundlegende Aus- und Weiterbildung Sorge zu tragen, Qualitätsstandards zu etablieren, von der Offenheit für die Anliegen der Klient:innen bis zu einer gemeinsamen Zielfindung für den Beratungsprozess und Supervision und Fortbildung zur Qualitätssicherung der Beratungsprozesse. Ebenfalls war den kirchlichen Verantwortungsträgern wichtig, dass die Beratung für alle Menschen offen ist, unabhängig von ihrer Nationalität, Religionszugehörigkeit, sexuellen Orientierung und persönlichen Lebenssituation. Dieser psychologische Dienst der Kirche sollte und soll für alle Menschen ein Hilfsangebot sein. Es wurden multiprofessionelle Teams gegründet und Qualitätsstandards und Leitfänden für die Arbeit entwickelt und formuliert.

Nach über 40 Jahren hat Papst Franziskus diese Zusage in seinem Schreiben Amoris Laetitia erneuert. Er beschreibt die vielfältigen Herausforderungen denen Menschen, Paare und Familien sowohl bei normativen Umbrüchen als auch bei non-normativen kritischen Lebensereignissen begegnen und betont, dass es gut ist Menschen in Krisen zu begleiten und ihnen durch professionelle Hilfe Entwicklung und in manchen Fällen eine Versöhnung zu ermöglichen. In der Handreichung der Deutschen Bischofskonferenz zur Ehebegleitung und Ehespiritualität wird dies ganz deutlich formuliert: „Ernste Konflikte oder Ehekrisen bedürfen oftmals professioneller Hilfe. Mit den Angeboten der Ehe-, Familien- und Lebensberatung steht der katholischen Kirche ein professionelles System der Paarberatung zur Verfügung, das allen Paaren unabhängig vom formalen Status der Beziehung offensteht“ (DBK, Eckpunkte zur Ehebegleitung und Ehespiritualität).

In der Kirchenmitgliedschaftsuntersuchung (KMU) von 2023, die diesmal von beiden christlichen Kirchen in Auftrag gegeben wurde, wird deutlich, dass 92% der Katholiken, 95% der evangelischen Christen und 78% der Menschen ohne Konfession es als wichtig erachten, dass die Kirchen Beratungsstellen für Menschen mit Lebensproblemen betreiben. (KMU, S. 51 und S. 53) Sie haben Vertrauen in das Angebot und die Berater:innen dieser kirchlichen Fachdienste.

Im Kinder- und Jugendhilfegesetz sind die Paragrafen 17 (Beratung in Fragen der Partnerschaft, Trennung und Scheidung) und 18 (Beratung und Unterstützung bei der Ausübung der Personensorge und des Umgangsrechts) die gesetzliche, staatliche Grundlage für einen Schwerpunkt unserer Arbeit. Hier erfüllt die EFL subsidiär Aufgaben zur Unterstützung der Eltern, so dass sie ihre Elternschaft gut wahrnehmen und Krisen bewältigen können.

Die Profession

Beratung setzt an bei Fragestellungen, den Nöten und kritischen Lebensereignissen der Ratsuchenden. Die Berater:innen entwickeln mit den Klient:innen zusammen einen Beratungsauftrag und unterstützen und begleiten sie bei der Suche nach Antworten und Lösungen, oder bei der Annahme unabänderlicher Lebensereignisse.

Um diese Arbeit gut leisten zu können, ist ein einschlägiges Studium und darüber hinaus eine profunde Beratungs- bzw. Therapieausbildung unverzichtbar. Zum einen bedarf es der Fachkompetenz, bestehend aus Fach- und Methodenwissen und zum anderen einer personalen Kompetenz, bestehend aus Sozialkompetenz und Selbständigkeit.

Zur Sicherung der Beratungsqualität sind in der EFL multidisziplinäre Teams, Intervision, Supervision und Fortbildungen unabdingbar. Diese Instrumente sind wichtig, um die vorhandenen Kompetenzen zu erweitern und zu vertiefen und die jeweilige Berater:innenpersönlichkeit weiter zu entwickeln. Sie dienen auch der Psychohygiene, da viele Fälle sehr fordernd sind, es Fachlichkeit und Kollegialität braucht, um die Herausforderungen der Beratungstätigkeit gut und unbeschadet zu bewältigen.

Im Laufe der Jahre hat die EFL fachliche Standards niedergeschrieben, Leitfäden zum Umgang mit Suizidalität, Gewalt, Kindeswohlgefährdung erarbeitet und neue Beratungsformen (u. a. Onlineberatung, walk and talk) in die Arbeit integriert.

Die beratungsbegleitende Forschung dient einerseits der Qualitätssicherung und ist andererseits wichtig zur Qualitätsentwicklung, d. h. neue Themen und Bedarfe zu erkennen und diese in der Fort- und Weiterbildung aufzugreifen.

So können Ratsuchende sicher sein, mit ihren Anliegen adäquat wahrgenommen und kompetent beraten zu werden. Die Zahlen bestätigen uns: über 40% unserer Klient:innen kommen auf Empfehlung von Therapeutischen Einrichtungen bzw. aus dem Bekanntenkreis von ehemaligen Klient:innen. Auch ehemalige Klient:innen wenden sich in erneuten Lebenskrisen wieder an die ihnen vertrauten EFL Beratungsstellen.

So können sich die Kirche und die öffentlichen Zuschussgeber sicher sein, einen Dienst von hoher Professionalität zu finanzieren.

Die Wirkung

Ratsuchende berichten von positiven Effekten, wie innere Klärung, Verbesserung des persönlichen Befindens und eine erhöhte Partnerschaftszufriedenheit. (Schmidt-Blechta)

2023 hat die EFL in der Erzdiözese München und Freising knapp 30.000 Beratungsstunden geleistet. Einen detaillierteren Blick auf die Statistik gibt der Beitrag von Florian Fischaleck in dem vorliegenden Jahresbericht. Bei knapp 65% der Beratungsprozesse lebten Kinder, Jugendliche und junge Erwachsene mit im elterlichen Haushalt. Von den Beratungsverläufen profitieren also nicht nur die Klient:innen, sondern auch die Kinder, Jugendlichen und jungen Erwachsenen. Sie erleben, dass ihre Eltern sich mit Unterstützung mit ihren Schwierigkeiten auseinandersetzen und nach konstruktiven Möglichkeiten suchen können. Dabei kann die Beratung verhindern, dass die Kinder, Jugendlichen und jungen Erwachsenen zu sehr in die Konflikte involviert werden.

Die Beratungsstellen tragen dazu bei Folgekosten in vielen anderen Bereichen zu reduzieren, oder ganz zu verhindern z. B. in der Wirtschaft durch Erhalt der Arbeitsfähigkeit, oder im Gesundheitssystem durch weniger Krankheitsfälle.

Es muss betont werden, dass zurzeit alle Beratungsstellen den Anfragen kaum nachkommen können, einschließlich der Erziehungsberatungsstellen (EB). Würden in der EB die Paare mit Kindern, Jugendlichen und jungen Erwachsenen, die von der EFL zu Fragen der Partnerschaft beraten werden, anfragen, wäre der Ansturm für die EBs nicht zu bewältigen.

Es muss auch betont werden, dass Paare ohne Kinder ebenso Unterstützung benötigen. Zudem sind Menschen, Paare und Familien mit begrenzteren finanziellen Möglichkeiten auf ein non Profit Angebot, das sowohl Qualitätssicherung als auch -entwicklung gewährleistet, angewiesen.

Menschen, die in der Ehe-, Familien- und Lebensberatung Rat, Unterstützung oder Beistand suchen, können hier Kirche als einen Ort erleben, an dem sie gesehen und gehört werden und, dass Berater:innen ihnen Raum geben, ein offenes Ohr haben und sich mit ihnen auf den Weg machen, um menschliche Begrenztheit anzunehmen, Trauer zu durchleben, neue Perspektiven zu suchen, ein möglichst gutes Leben – ein Leben in Fülle – zu entwickeln. Sie können Kirche erleben, auf eine neue, unterstützende und fördernde Weise.

Auch deshalb bringt sich die EFL in den psychosozialen Netzwerken vor Ort als psychologischer Fachdienst der Kirche ein. Hier erfahren die anderen Netzwerkpartner:innen die Fachlichkeit und Vielfalt, die innerhalb der Kirche vorhanden ist.

Die Kommunen und Landkreise profitieren häufig von unserem professionellen Beratungsangebot, das sie oft – nicht immer – mit unterstützen; die Hauptfinanzierung übernimmt und trägt dabei immer die Kirche.

Eine offene und plurale Gesellschaft bietet die Freiheit, Lebensentwürfe zu entwickeln und zu gestalten. Damit verbunden ist ein Aufruf an jeden einzelnen Menschen sich dieser großen Aufgabe zu stellen. Die EFL ist ein Bereich, in dem die Kirche dieser Lebenswirklichkeit der Menschen begegnet, diese ernst nimmt und sie auf ihrem Weg begleitet. Kirche sollte sich diese Chance nicht nehmen und weiterhin für diese auch seelsorgliche Aufgabe Sorge tragen.

Margret Schlierf

Verwendete Literatur / Unterlagen:

- DBK
  „Die Freude der Liebe, die in den Familien gelebt wird, ist auch die Freude der Kirche“
  Eckpunkte zur Ehebegleitung und Ehespiritualität – für die Hand der Seelsorgenden
  DBK 2021

- EKD
  Wie hältst du´s mit der Kirche? Zur Bedeutung der Kirche in der Gesellschaft
  Erste Ergebnisse der 6. Kirchmitgliedschaftsuntersuchung (KMU)
  EKD 2023

- Gemeinsame Synode der Bistümer in der Bundesrepublik Deutschland
  Offizielle Gesamtausgabe
  Herder Verlag 1976

- Schmidt-Blechta, Wirkung entfalten – Ergebnisse einer Nachbefragung von Ratsuchenden,
  Jahresbericht 2021 der Ehe-, Familien- und Lebensberatung München und Freising

- Sozialgesetzbuch (SGB VIII)
  Achtes Buch Kinder- und Jugendhilfe
  § 18 SGB VIII Beratung und Unterstützung bei der Ausübung der Personensorge und des Umgangsrechts (www.sozialgesetzbuch-sgb.de/sgbviii/18.html) zuletzt aufgerufen am 14.02.2024

- Verlautbarungen des Apostolischen Stuhls Nr. 204
  Nachsynodales Apostolische Schreiben AMORIS LAETITIA des Heiligen Vaters Papst Franziskus
  DBK, 2016

Grenzgänger zwischen Psychiatrie und Seelsorge Besinnungstag in der kbo-Klinik Haar am 23.11.2023 Andacht in St. Raphael

Lesung:
1. Buch der Könige, Kapitel 19, Verse 3-8

Wir hören als Lesung aus der Bibel aus dem ersten Buch der Könige, Kapitel 19, die Verse 3 bis 8. Es ist die Geschichte des Engels, der zu dem Propheten Elija kommt. Die Bibel erzählt:

Elija aber hatte Angst und er floh, um sein Leben zu retten. In Beescheba an der Südgrenze von Juda ließ er seinen Diener zurück und wanderte allein weiter, einen Tag lang nach Süden in die Steppe hinein. Dann setzte er sich unter einen Wacholderstrauch. Er war müde und erschöpft und wünschte sich zu sterben.

Er sprach:
„Es reicht Herr, ich kann nicht mehr. Nimm du meine Seele, denn ich bin nicht besser als meine Vorfahren."

Dann legte er sich unter den Wacholderstrauch und schlief ein. Aber ein Engel kam, berührte ihn und sprach zu ihm:
„Steh auf und iss!"

Und Elija sah sich um und entdeckte hinter seinem Kopf ein frisch geröstetes Fladenbrot und einen Krug mit Wasser. Und er aß und trank davon. Danach legte er sich wieder schlafen. Aber der Engel des Herrn kam zum zweiten Mal. Wieder berührte er ihn und sprach:
„Steh auf und iss! Denn du hast einen weiten Weg vor dir."

Und Elija stand auf, aß und trank und wanderte, durch diese Speise gestärkt, vierzig Tage und vierzig Nächte bis zum Gottesberg Horeb.

Ansprache:

Die Geschichten der Bibel erzählen von menschlichen Erfahrungen. Die Geschichte des Elija erzählt so eine elementare Geschichte:

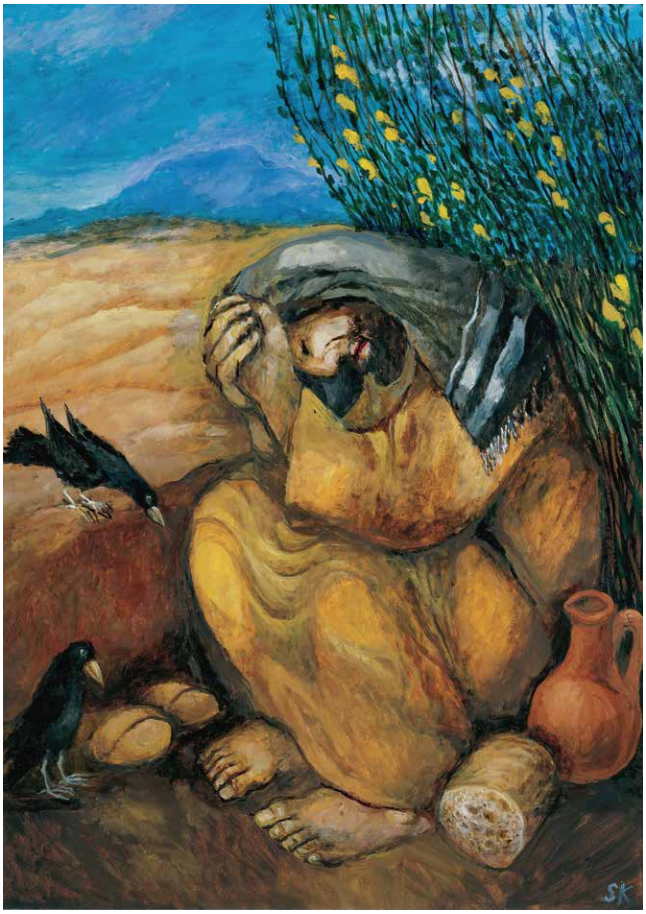
Eine große Enttäuschung und Müdigkeit hat den Elija veranlasst, Damaskus zu verlassen und in Beerscheba, die letzte Stadt am Rande der Wüste Juda, auch noch seinen Diener zurückzulassen.

Er selbst ging noch eine Tagesreise weit in die Wüste hinein. Dort setzte er sich unter einen Wacholderstrauch und wünschte sich den Tod.

„Es reicht Herr, ich kann nicht mehr. Nimm du meine Seele, denn ich bin nicht besser als meine Vorfahren."

Das kennen wir. Das ist die Erfahrung, die viele der Menschen machen, die von uns begleitet werden. Vielleicht ist das manchmal auch unsere eigene Erfahrung?

Es ist genug – das Leben ist manchmal so beschwerlich, dass es leichter scheint, wenn es zu Ende wäre. Wir haben heute einen neuen Namen für diese alte Krankheit.



Sieger Köder, Elija
© Sieger Köder-Stiftung Kunst und Bibel, Ellwangen
www.verlagsgruppe-patmos.de/rights/abdrucke

Wir nennen einen Menschen, den die große Müdigkeit überfällt, „ausgebrannt“. Oder wir sprechen von einer Depression, von Versagensängsten, von Angst vor der Zukunft …

Betroffen sind oft Menschen, die es besonders gut machen wollten in ihrem Leben, besser als die anderen. Und genau diese Haltung wird diesen Menschen zur Falle.

Dann legte er sich unter den Wacholderstrauch und schlief ein.

Vielleicht ist der Schlaf bereits der erste Schritt zur Heilung. Aber es gibt Menschen, die so fertig sind, dass sie nicht mehr schlafen können. Und viele wünschen sich, am liebsten nicht mehr aufzuwachen. Der Schlaf und der Tod gehören nahe zusammen. Wenn der Mensch sein Leben aus der Hand geben will, so erzählt unsere Geschichte, erwacht die Sorge Gottes.
Denn er ist ein Gott des Lebens. Er will, dass wir das Leben haben, und zwar in Fülle (Joh. 10,10). Darum endet die Geschichte des Elija nicht unter dem Wacholderstrauch.

Aber ein Engel kam, berührte ihn und sprach zu ihm: „Steh auf und iß!“ Und Elija sah sich um und entdeckte hinter seinem Kopf ein frisch geröstetes Fladenbrot und einen Krug mit Wasser. Und er aß und trank davon. Danach legte er sich wieder schlafen.

Dieser Engel ist wirklich ein Engel! Er hält keine Predigt, er macht keine Vorwürfe. Still hat er bereitgestellt, was einem Menschen in dieser Verfassung allein hilft: Essen, Trinken. Also im wahrsten Sinne des Wortes Lebens-Mittel. Über-Lebens-Mittel. Aber an Elija wird auch deutlich: so schnell löst sich diese Niedergeschlagenheit nicht auf. Da braucht es den erneuten Anspruch, das erneute Zugehen.

„Steh auf und iß! Denn du hast einen weiten Weg vor dir.“

Elija nimmt den Boten Gottes wahr, wenn auch nach einigem Widerstand, denn der Engel muss ihn zweimal berühren und zum Essen ermutigen. Und doch: Elija lässt sich helfen Er nimmt die Berührung und Stärkung an.

Und Elija stand auf, aß und trank und wanderte, durch diese Speise gestärkt, vierzig Tage und vierzig Nächte bis zum Gottesberg Horeb.

Elija hat offensichtlich wieder ein Ziel. Es ist ein wahnwitziges Ziel, eine unglaubliche Strecke: vom Gazastreifen quer durch die Sinai-Halbinsel, quer durch Sand und Wüste zu dem Berg, an dem Gott dem Mose und ganz Israel sein Gesetz gegeben hat.
40 Tage durch die Wüste. Wüste, das ist ein Raum der Einsamkeit, in dem man schonungslos mit sich selbst konfrontiert wird.

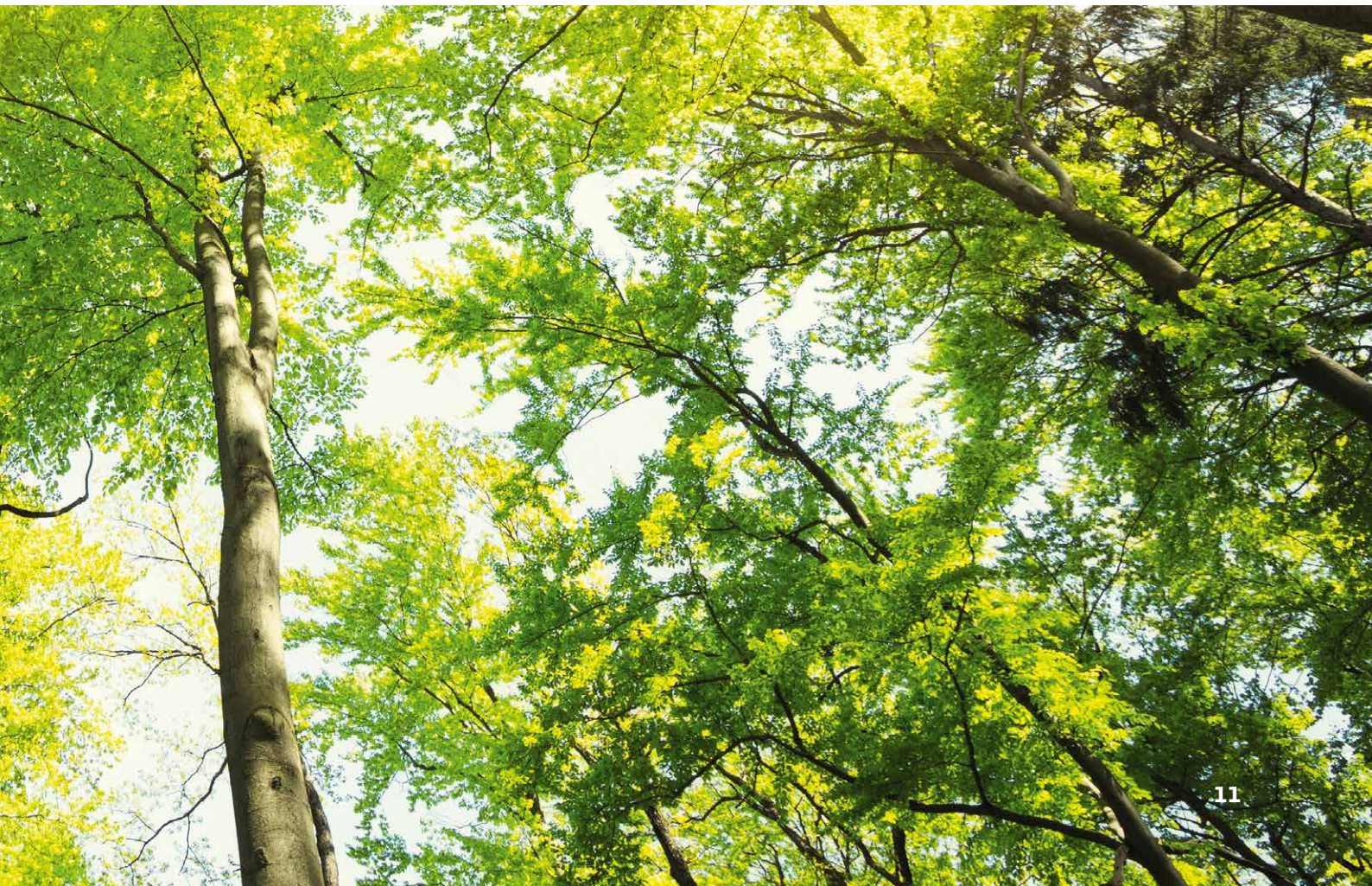
Ich glaube, und so möchte ich die alte Geschichte für Sie übertragen, dass Sie alle für Ihre Begleiteten Engel sind:

- Sie geben durch Ihre Begleitung den Menschen ein Über-Lebens-Mittel.
- Gespräche, Zuhören, die eine oder andere praktische Unterstützung: das sind Brot und Wasser, Lebens-Mittel, für die Menschen.
- Lebens-Mittel, die sie ermutigen, ihren Weg wieder allein zu gehen, auch wenn dieser durch Wüsten-Tage führt.
- Brot und Wasser, Gespräche und Zuhören, sind eine zarte Einladung an das Leben.

Der Theologe und Kulturwissenschaftler Uwe Wolff hat einmal geschrieben, die Engel seien auch „**Gottes Streetworker**“. Sie seien dort, wo Gott unmittelbar zu den Menschen spricht, wo er gebraucht wird und hätten daher „keine Angst, sich die Hände schmutzig zu machen“. Danke, dass Sie Gottes Streetworker sind.
Gottes Segen

- für Ihr Unterwegs-Sein für die Menschen
- und das Mit-Gehen mit den Menschen.

Diakon Josef Kafko



Schweigen, Schuld und Scham: Zur Bedeutung gesellschaftlicher Stigmatisierung von Menschen in psychischen Ausnahmesituationen für die Beratungstätigkeit

Im November 2023 fand der Besinnungstag der EFL im kbo-Isar-Amper-Klinikum Haar statt. Im Fokus standen Grenzgänger zwischen Psychiatrie und Seelsorge. In diesem Rahmen stellte Prof. Dr. Peter Brieger, Ärztlicher Direktor des Klinikums, die lange totgeschwiegene, unheilvolle Rolle der damaligen Heil- und Pflegeanstalt im Nationalsozialismus dar und ging insbesondere auf die Krankenmorde und Zwangssterilisationen an Menschen mit beispielsweise psychischen Erkrankungen ein. Gleichzeitig wies er eindrücklich auf die Bedeutung der Aufarbeitung dieser Taten, auch der Umstände, die diese Taten strukturell möglich gemacht haben hin. Zudem stellte er die Notwendigkeit der Auseinandersetzung mit den beteiligten Personen sowie einer aktiven Erinnerungskultur dar. Die Ungeheuerlichkeit der Tatsache, dass Menschen mit psychischen Erkrankungen an genau dem Ort, an dem sie Schutz und Hilfe suchten, ermordet wurden oder von dort aus in Tötungsanstalten transportiert und dort ermordet wurden, ist ein Fakt, mit dem wir uns auch heute auseinandersetzen müssen – sowohl auf der Ebene der Selbstreflexion in Bezug auf unsere eigene Haltung als auch auf der Ebene der professionellen Beratung. Die Reflexion auf professioneller Ebene hilft uns auch bei der Suche nach Antworten, die sich in Beratungsprozessen immer wieder stellen: Weshalb benötigen Menschen manchmal sehr lange, um sich ihre psychischen Ausnahmesituationen und Problemlagen einzugestehen und Hilfen zu suchen? Weshalb braucht es manchmal lange Beratungsprozesse, um Themen bearbeiten zu können, die zunächst durch Schweigen, Schuld und Scham verdeckt sind?

Zur aktuellen Situation von Menschen in psychischen Ausnahmesituationen

Menschen in psychischen Ausnahmesituationen benötigen oft sehr lange, um eine für sie geeignete Anlaufstelle zu finden und zu nutzen. Vermutlich liegen zwischen dem Auftreten erster psychischer Symptome und der Inanspruchnahme einer Unterstützung, etwa einer Psychotherapie oder einer psychosozialen Beratung, im Schnitt 5 Jahre oder mehr (vgl. Bundespsychotherapeutenkammer, 2023). Viele Menschen haben auch heute noch Sorge, dass sie durch die Inanspruchnahme professioneller psychologischer Hilfen stigmatisiert und ausgegrenzt werden, auch wenn sich in der Gesellschaft insgesamt eine zunehmende Offen-

heit zeigt. Vorurteile über Erkrankungen und über Hilfsangebote halten sich hartnäckig und werden beispielsweise auch in Medien reproduziert. So wird etwa der Begriff „schizophren" häufig metaphorisch dafür verwendet, etwas Widersinniges oder Blödsinniges zu beschreiben (vgl. Schlier & Lincoln, 2014). Zudem wird die Stigmatisierung der Betroffenen auch dadurch fortgesetzt, dass etwa über die Zuschreibung der Notwendigkeit einer psychiatrischen Untersuchung versucht wird, Personen oder Personengruppen zu diskreditieren, wie beispielsweise kürzlich durch den bayerischen Politiker Aiwanger geschehen (vgl. Buß im Spiegel vom 10.01.2024).

Diese Stigmatisierung ist für Hilfesuchende aus vielen Gründen problematisch und kann dazu führen, dass Menschen sich gegen (frühzeitige) Hilfen entscheiden. Dabei benötigen sehr viele Menschen – knapp 16% der Bevölkerung – im Laufe ihres Lebens Hilfen aufgrund psychischer Erkrankungen (Groschwitz et al., 2017). Dazu kommen die Menschen, die nicht aufgrund von psychischen Erkrankungen Hilfe suchen, sondern aufgrund psychischer Ausnahmesituationen oder psychosozialer Belastungen. Dennoch halten sich Vorurteile und Vorbehalte gegenüber Betroffenen und gegenüber Hilfsangeboten bis heute: Schweigen, Schuld und Scham tragen dazu bei, dass Menschen die Aufnahme professioneller Unterstützung hinauszögern oder in manchen Fällen komplett verweigern.

Ausgrenzung, Zwangssterilisation und Krankenmorde im Nationalsozialismus

Ein Blick in die Geschichte zeigt, dass über Jahrhunderte Menschen mit psychischen Auffälligkeiten oder in psychosozialen Problemlagen als „besessen" bezeichnet wurden und mit unterschiedlichen Methoden versucht wurde, diese Besessenheit „auszutreiben", auch durch Foltermethoden wie Hungern, Auspeitschen oder Verbrühen (vgl. Comer, 1995). Insbesondere Frauen mit psychotischen Erkrankungen wurden im 15. und 16. Jahrhundert sozial ausgegrenzt und als „Hexen" verfolgt und ermordet (vgl. Hoff, 2003). Vorübergehende Verbesserungen im 19. und beginnenden 20. Jahrhundert wurden durch das Aufkommen der Rassenideologie und der Idee, „Degenerationen" auszumerzen, vollständig und grausam unterbrochen: Schon lange vor der Machtergreifung durch die Nationalsozialisten wurde über gezielt eingesetzte Sprache der Gedanke in die Bevölkerung getragen, dass bestimmte Personen aufgrund ihrer Erbmerkmale einen „Ballast" für die Gesellschaft darstellen würden und keinen „Nutzwert" hätten (vgl. Hoff, 2003). Dazu zählten Menschen, die aufgrund ihrer Herkunft rassistisch ausgegrenzt wurden, aber auch Menschen, die homosexuell waren, die eine psychische oder körperliche Erkrankungen hatten oder die politisch „unbequem" waren. Zu Beginn wurde in diesem Zusammenhang Menschen mit psychischen Auffälligkeiten noch zu einer freiwilligen Sterilisation geraten. Ab 1934 bis zum Kriegsende fanden allerdings im Rahmen des Gesetzes zur Verhinderung erbkranken Nachwuchses mehr als 360.000 Zwangssterilisationen statt (vgl. Hoff, 2003). Zudem mussten ab August 1939 Kinder mit „schweren Missbildungen" gemeldet werden, Schätzungen zufolge wurden mindesten 5.000 Kinder auf unterschiedliche Art und Weise ermordet (bpd, 2019). Auch Menschen mit psychischen Auffälligkeiten oder Erkrankungen wurden während der sogenannten Aktion T4, benannt nach dem Hauptsitz der Entscheidungen, der Tiergartenstraße 4 in Berlin, massenhaft ermordet, ihren Angehörigen wurden erfundene Todesursachen mitgeteilt (bpd, 2019). Mehr als 130.000 Menschen mit psychischen Erkrankungen oder mit geistigen Behinderungen wurden aus den Kliniken in ganz Deutschland abgeholt und in Vernichtungslagern gezielt ermordet (vgl. Hoff, 2003). Aufgrund von gesellschaftlichen Widerständen gegen diese gezielten Tötungen wurde zwar die Ermordung der Betroffenen in Gaskammern 1941 eingestellt, allerdings wurden viele weitere Menschen durch Hungern, Medikamentengabe oder gezielte Infektion mit Erkrankungen nach und nach umgebracht (vgl. Hoff, 2003). Schätzungen gehen davon aus, dass europaweit zwischen 200.000 und 300.000 Menschen getötet wurden, die als nicht nützlich für die Gesellschaft oder als nicht rentabel eingestuft wurden (bdp, 2019).

Schweigen und Aufarbeitung

Auch wenn die Nationalsozialisten ihre Tötungsstrategie aufgrund von Protesten von Angehörigen und aus der Öffentlichkeit änderten, gab es doch keine allgemeinen gesellschaftlichen Proteste gegen die Aktion T4 (bdp, 2019). Es gab sehr viele Familien, in denen die Tatsache, dass eine Person eine psychische Erkrankung hatte, oder sogar die Ermordung dieser Personen, verschwiegen wurde. Auch die Aufarbeitung dieser Verbrechen lief in der Nachkriegszeit sehr schleppend; viele auf Täterseite beteiligte Personen arbeiteten nach dem Krieg weiterhin an ihren Arbeitsstellen in den Kliniken. Zwar gab es kurz nach Kriegsende Prozesse, jedoch fielen die Urteile in vielen Verfahren milde aus. Auch haben Menschen, die

zwangssterilisiert wurden, und Opfer der Krankenmorde – manchmal auch euphemisch als „Euthanasie" bezeichnet – bis heute keinen Anspruch auf Leistungen nach dem Bundesentschädigungsgesetz (bdp, 2019).

Erst in den vergangenen Jahren findet eine Aufarbeitung dieser schrecklichen Verbrechen statt, auch bemühen sich vermehrt Nachfahren aus betroffenen Familien um Aufklärung. Inzwischen gibt es Ausstellungen und Mahnmale, um die Erinnerungskultur zu stärken und der Opfer zu gedenken. Eine sehenswerte Ausstellung mit Mahnmal findet sich etwa im kbo Isar-Amper-Klinikum (siehe Abbildung). In der Erinnerung für die Zukunft steht die Unantastbarkeit der Würde des Menschen beziehungsweise die Tatsache, dass genau diese Unantastbarkeit nicht eingehalten wurde, im Fokus. An die sogenannten Grauen Busse, mit denen Menschen im Nationalsozialismus in die Tötungsanstalten gebracht wurden, wird mit einem feststehenden Denkmal in der Psychiatrie Weißenau in Ravensburg erinnert und zusätzlich an wechselnden Standorten, aktuell in Erlangen (bis Ende 2024). Diese wechselnden Standorte befinden sich entlang der historischen Fahrstrecken von den Kliniken in die Tötungsanstalten (Jochheim, 2016). Eine weitere Ausstellung in der ehemaligen Karl-Bonhoeffer-Nervenklinik, vormals Wittenauer Heilstätten, erinnert ebenfalls an die Betroffenen und ist unter dem Titel totgeschwiegen 1933-1945 auch eine Mahnung an die Gegenwart.

Mahnmal Euthanasie, Bildquelle: kbo-Isar-Amper-Klinikum

Schweigen um psychische Not

Neben dem gesellschaftlichen Schweigen zu den Verbrechen im Nationalsozialismus gibt es auch – und auch heute noch – ein gesellschaftliches Schweigen zu psychischen Ausnahmesituationen und zum Umgang mit psychischen Erkrankungen. Aus dem gesellschaftlichen Schweigen wird vielfach ein individuelles Schweigen: Betroffene haben häufig Angst davor, über ihre Probleme zu reden. Sie fühlen sich teilweise schuldig an ihrer Situation oder an ihrem Umgang mit anderen Menschen und empfinden Scham. Hieraus kann ein Teufelskreis entstehen: Das Schweigen verhindert, dass frühzeitig soziale Unterstützung eingeholt und das soziale Netzwerk aktiviert wird. Somit finden Betroffene wenig Rückhalt in ihrem Umfeld, was wiederum zu einer Verschlechterung der psychischen Situation führen kann und weiteres Schweigen und weiteren Rückzug zur Folge haben kann. In diesem Teufelskreis spielen häufig Schuld und Scham eine zentrale Rolle.

Schuld und Scham

Schuld und Scham werden oft in einem Atemzug genannt. Beiden Emotionen ist gemein, dass sie nur dann auftreten, wenn eine Person eine innere Norm oder eine innere Erwartung nicht erfüllt (Sachse & Langens, 2014). Beide sind zudem auf das Selbst bezogen gehören zu den selbst-bewussten Emotionen und sind intrapersonal, das heißt, sie erfordern selbstreflexive und selbstevaluative Prozesse (Sznycer, 2018). Sie sind zudem Anpassungen unserer Informationsverarbeitung und tragen dazu bei, unterschiedliche Situationen in sozialen Kontexten zu meistern (Sznycer, 2018). Somit handelt es sich um soziale Emotionen, die von der Festlegung gesellschaftlicher Normen und Erwartungen abhängen (Lewis, 1995). So geht einem Schulderleben ein Verstoß gegen normative Vorgaben voraus, entweder durch Handeln oder durch Nicht-Handeln, aus dem negative Konsequenzen resultieren. Schulderleben tritt insbesondere dann ein, wenn diese Konsequenzen eine andere Person betreffen (Sachse & Langens, 2014). Eine Schuld kann somit nicht nur durch ein schuldhaftes Tun entstehen, sondern auch durch ein Unterlassen guter Taten (Bilgri, 2024). Nach Frankl (1991), der 1942 aufgrund seiner jüdischen Herkunft nach Theresienstadt deportiert wurde und 1944 zunächst in das Konzentrationslager Ausschwitz und kurz darauf in die Außenstellen Kaufering beziehungsweise Türkenfeld des Konzentrationslagers Dachau, ist für eine Schuldigkeit auch notwendig, dass Handlungs-

freiheit besteht und eine Entscheidung gegen das schuldhafte Verhalten hätte getroffen werden können. In Abgrenzung zur Schuld tritt Scham dann auf, wenn eigene Erwartungen verletzt werden und eine Person davon ausgeht, dass diese Verletzung zu einer sozialen Abwertung, Ächtung oder Blamage führt (Sachse & Langens, 2014). Tatsächlich ist ein sozialer Ausschluss für die Betroffenen schmerzhaft. In Studien mit bildgebenden Verfahren zeigt sich, dass bei sozialem Schmerz die gleichen neuronalen Regionen aktiviert werden wie bei physischem Schmerz (Eisenberger et al., 2003). Einem sozialen Ausschluss können unterschiedliche Vorgänge vorausgehen, häufig spielen auch Stereotype, also negative Ansichten über eine bestimmte Gruppe von Menschen, sowie Vorurteile, d.h. eine Zustimmung zu diesen negativen Ansichten, und Angst als emotionale Reaktion darauf eine Rolle. Diese Komponenten können wiederum zu einer Stigmatisierung führen.

Stigmatisierung

Bei einer Stigmatisierung wird eine Person oder Personengruppe mit einem Stigma belegt – also mit einer Kennzeichnung, die einen Unterschied zum „Normalen" darstellt. Der Begriff wurde 1967 durch den us-amerikanischen Soziologen Ervin Goffman eingeführt. Er beschreibt damit ein Phänomen, das dann in sozialen Situationen auftritt, wenn normative Vorstellungen und Erwartungen der Gesellschaft in Diskrepanz zu Merkmalen oder Eigenschaften einer Person bzw. einer Personengruppe stehen. Folge dieser Diskrepanz kann sein, dass die betroffenen Personen diskreditiert werden und nicht vollständig durch die Gesellschaft akzeptiert werden. Sie werden damit nicht mehr als eigenständige Individuen wahrgenommen, sondern lediglich aufgrund des stigmatisierten Merkmals (Goffman, 1967). Link und Phelan (2001) beschreiben den Prozess der Stigmatisierung in mehreren Schritten: Zunächst werden Unterschiede zwischen Personen bzw. Personengruppen benannt, die dann als unerwünschtes Merkmal bewertet und mit der Person bzw. der entsprechenden Gruppe verbunden werden. Anschließend werden diese Personen bzw. Gruppen diskreditiert und aus der Gesellschaft ausgegrenzt (Link & Phelan, 2001).

Allerdings findet diese Ausgrenzung nicht nur durch die Gesellschaft an sich statt. Werden gesellschaftliche Annahmen, die zur Ausgrenzung bestimmter Personen(gruppen) führen, auch von Betroffenen selbst geteilt („Menschen mit psychischen Erkrankungen sind schwach"), und stimmen sie diesen Annahmen ebenfalls zu („Ich finde, dass Menschen mit psychischen Erkrankungen schwach sind") und gehen davon aus, dass diese Annahmen auch auf sie selbst zutreffen („Weil ich psychisch krank bin, bin ich schwach"), so kann dies zu einer Verminderung des Selbstwertgefühls und der Selbstwirksamkeit führen (Corrigan et al., 2006). Aus der Selbststigmatisierung können sich wiederum verschiedene negative psychische und soziale Folgen ergeben, wie niedrigeres Wohlbefinden, Schuldgefühle oder Hoffnungslosigkeit sowie eingeschränktere soziale Netzwerke, Erwartungen von Ablehnung in sozialen Situationen oder soziale Isolation (Park et al., 2019). Auch kann eine Folge sein, dass Lebensziele nicht verfolgt werden oder notwendige Unterstützungsmaßnahmen nicht eingeholt werden (Corrigan et al., 2006). Insbesondere die Zuschreibung von eigener Schuld an einer Erkrankung bewirkt, dass die Wahrscheinlichkeit dafür sinkt, dass sich Menschen bei künftigen Problemlagen Hilfe holen (Cooper et al., 2003).

Damit kann die Stigmatisierung fast schon als eine Art „zweite Krankheit" gesehen werden. Für Betroffene wird durch die Stigmatisierung nicht nur das Aufsuchen von Hilfen und Unterstützungsmaßnahmen erschwert, wodurch sich eine Chronifizierung ergeben kann, sondern auch der Heilungsprozess beeinflusst.

Perspektiven für die beraterische Praxis

Menschen kommen häufig auf der Suche nach einem Ausweg aus einer für sie unlösbaren Situation in die Beratung. Das Wissen um die Auswirkungen von Schweigen, Schuld und Scham sowie über die Stigmatisierung von psychischen Ausnahmesituationen und psychischen Erkrankungen ist wichtig für die Planung und Durchführung von Hilfsangeboten. So können etwa ein schlechteres therapeutisches Bündnis und ein höheres Ausmaß an (Selbst-)Stigmatisierung miteinander zusammenhängen (Kendra et al., 2014). Werden stigmatisierende Erfahrungen und gegebenenfalls Selbststigmatisierung angesprochen, eröffnet dies die Möglichkeit, individuelle Erfahrungen der Betroffenen aufzugreifen und gemeinsam zu reflektieren und damit einen Beitrag zur Reduktion des Stigmas zu leisten und gleichzeitig die Arbeitsbeziehung zu stärken (Deres et al., 2020). Damit kann eine Basis für die Öffnung weiterer scham- oder schuldbesetzter Themen gelegt werden, die dann im weiteren Verlauf gemeinsam bearbeitet werden können. Auch das Aufgreifen transgenerationaler Aspekte in Bezug auf Nationalsozialis-

mus und Krieg können für hilfesuchende Menschen neue Perspektiven eröffnen und Verständnis für Verhaltensweisen beispielsweise der Eltern- oder Großelterngeneration wecken.

Auf gesellschaftlicher Ebene ist das Bewusstsein für die im Nationalsozialismus verübten Verbrechen weiterhin dringend notwendig. Gerade in Zeiten, in denen Menschen versuchen, Unsagbares – Menschenverachtung und Herabsetzung anderer Menschen – wieder sagbar zu machen und damit auch Grenzen des Handelns zu verschieben, ist es dringender denn je, diese Reflexion aktiv aufzugreifen und dieser Entwicklung aktiv entgegenzustehen. So positioniert sich auch die Deutsche Bischofskonferenz eindeutig: „Wer aus demokratischem, freiheitlichem und menschenfreundlichem Geist heraus seinen Widerstand gegen die Machenschaften der Rechtsextremisten bekundet, verdient unser aller Unterstützung und Respekt" (Pressemitteilung der Deutschen Bischofskonferenz, 22.02.2024). Psychosoziale Anlaufstellen können hier einen wichtigen Beitrag leisten und als professionelle Einrichtungen einen konstruktiven Weg aufzeigen, wie über psychosoziale Ausnahmesituationen und psychische Erkrankungen gesprochen wird und sich klar positionieren, in welcher Art und Weise nicht über Menschen gesprochen werden darf. Die Unterstützung von Paaren und Familien ist hierbei insbesondere die Aufgabe der EFL. Eine klare Haltung auch auf organisationaler Ebene, die sich im christlichen Menschenbild aus der Gottebenbildlichkeit aller Menschen ergibt, ist notwendig und muss deutlich für die Unantastbarkeit der Menschenwürde einstehen. Diese Haltung wird über die Art und Weise nach außen getragen, in der professionelle Unterstützungsangebote für Menschen gemacht und kommuniziert werden – ressourcenorientiert, menschenfreundlich und entstigmatisierend.

Prof. Dr. Ursula Gisela Buchner

Verwendete Literatur / Unterlagen:

- Bilgri, A. (2024). *Predigt zum 11. Februar 2024.* St. Willibrord, München.
- bpd (2019). *Vor 80 Jahren: Beginn der NS-"Euthanasie"-Programme.* Zugriff am 17.01.2024 unter https://www.bpb.de/kurz-knapp/hintergrund-aktuell/295244/vor-80-jahren-beginn-der-ns-euthanasie-programme/

- Bundespsychotherapeutenkammer (2023). *Weiterentwicklung der psychotherapeutischen Versorgung. Fakten zu Versorgungsbedarf, Bedarfsplanung und Wartezeiten in der Psychotherapie. Hintergrundpapier der BPtK.* Zugriff am 12.12.2023 unter https://api.bptk.de/uploads/20230713_bptk_hintergrundpapier_weiterentwicklung_psychotherapeutischen_versorgung_d38b567ee6.pdf

- Buß, Ch. (10.01.2024). *Debatte über Bauernproteste bei Maischberger. Hubert Aiwanger und sein Problem mit dem Rechtsstaat.* Zugriff am 17.01.2024 unter https://www.spiegel.de/kultur/tv/hubert-aiwanger-versus-omid-nouripour-debatte-ueber-bauernproteste-bei-maischberger-a-9d1f61d2-784b-46b9-b953-7bd18be12ee9

- Comer, R. J. (1995). *Klinische Psychologie.* Heidelberg: Spektrum Akademischer Verlag.

- Cooper, A., Corrigan, P., Watson, A. (2003). Mental Illness Stigma and Care Seeking. *The Journal of Nervous and Mental Disease*; 191(5): 339-341.

- Corrigan, P., Watson, A., Barr, L. (2006). The self-stigma of mental illness: Implications for self-esteem and self-efficacy. *J Soc Clin Psychol*; 25 (9): 875-884

- Deres, A. T., Bürkner, P.-C., Klauke, B., Buhlmann, U. (2020). The role of stigma during the course of inpatient psychotherapeutic treatment in a German sample. *Clin Psychol Psychother*; 27:239-248. https://doi.org/10.1002/cpp.2423

- Deutsche Bischofskonferenz (22.02.2024). *Pressemitteilung: Völkischer Nationalismus und Christentum sind unvereinbar. Erklärung der deutschen Bischöfe.* Zugriff am 27.02.2024 unter https://www.dbk.de/fileadmin/redaktion/diverse_downloads/presse_2024/2024-023a-Anlage1-Pressebericht-Erklaerung-der-deutschen-Bischoefe.pdf

- Eisenberger, N. I., Lieberman, M. D., Williams, K. D. (2003). Does Rejection Hurt? An fMRI Study of Social Exclusion. *Science*; 302 (5643):290-292. https://doi.org/1v0.1126/science.1089134

- Frankl, V. (1991). *Das Leiden am sinnlosen Leben.* Herder.

- Goffman, E. (1967). *Stigma. Über Techniken der Bewältigung beschädigter Identität.* Frankfurt: Suhrkamp.

- Groschwitz, R. C., Fegert, J. M., Plener, P. L. (2017). Psychiatrische und psychotherapeutische Versorgung in Deutschland. Ergebnisse einer repräsentativen Umfrage. *Psychotherapeut*; 62:12-17. https://doi.org/10.1007/s00278-016-0157-5

- Hoff, P. (2003). Geschichte der Psychiatrie. In: H.-J. Möller, G. Laux, H.-P. Kapfhammer (Hrsg.). *Psychiatrie & Psychotherapie*. 2., neu bearbeitete und ergänzte Auflage. Heidelberg: Springer.

- Jochheim, G. (2016). *„Gemeinschaftsfremde" und Kranke*. Zugriff am 17.01.2024 unter https://www.bpb.de/shop/zeitschriften/izpb/info-aktuell/239457/gemeinschaftsfremde-und-kranke/

- Kendra, M.S., Mohr, J.J., Pollard, J.W. (2014). The Stigma of Having Psychological Problems: Relations With Engagement, Working Alliance, and Depression in Psychotherapy. *Psychotherapy*; 51(4): 563-573. https://doi.org/10.1037/a0036586

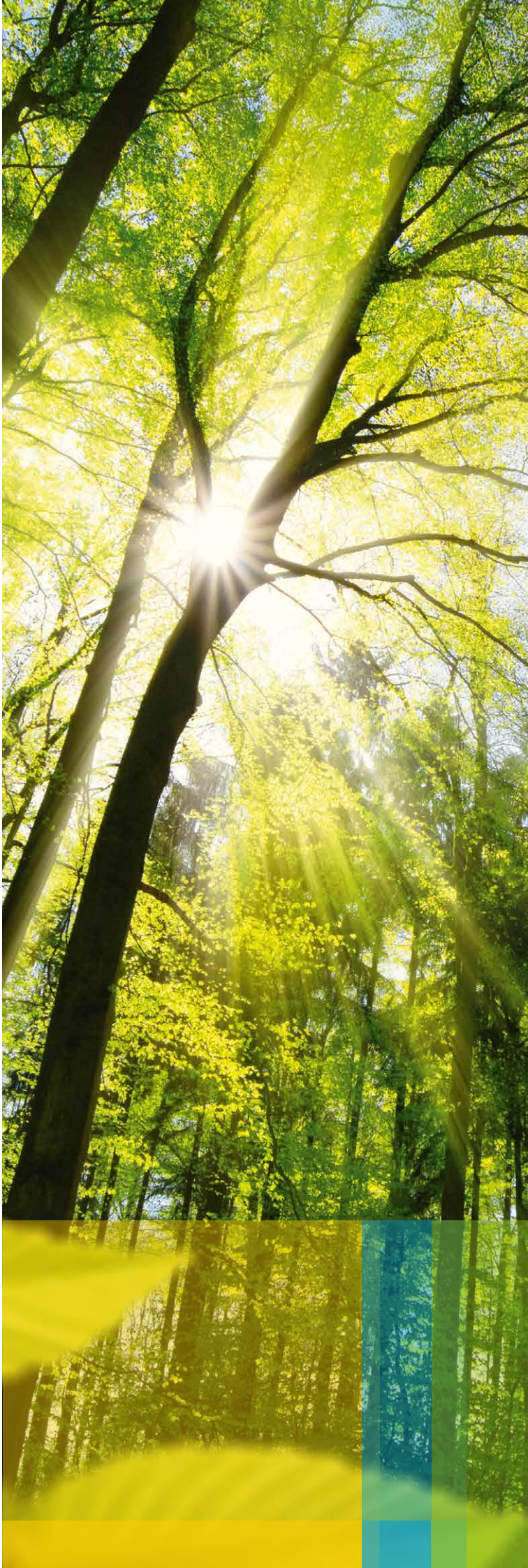
- Link, B., Phelan, J. (2001). Conceptualizing Stigma. *Annu Rev Sociol*; 27 (1): 363-385

- Park, K., MinHwa, L., & Seo, M. (2019). The impact of self-stigma on self-esteem among persons with different mental disorders. *International Journal of Social Psychiatry*; 65(7-8), 558-565.

- Sachsen, R., Langens, T. A. (2014). Implikationsstruktur von Emotionen: In: R. Sachse, T.A. Langens (Hrsg). *Emotionen und Affekte in der Psychotherapie*. Göttingen: Hogrefe.

- Schlier, B., Lincoln, T. M. (2014). "Bluttaten" und "schizophrene Politik". Stigmatisierung von Schizophrenie in 4 großen deutschen Printmedien aus dem Jahr 2011. *Psychotherapeut*; 59: 293–299- https://doi.org/10.1007/s00278-014-1058-0

- Sznycer, D. (2018). Forms and Functions of the Self-Conscious Emotions. *Trends Cogn Sci*; 23(2): 143-157. https://doi.org/10.1016/j.tics.2018.11.007



Einsamkeit

Nicht erst seit den Zeiten der Corona-Pandemie ist Einsamkeit ein Thema in den Beratungsgesprächen. Infolge der pandemiebedingten Einschränkungen wurde dieses urmenschliche und existentielle Gefühl allerdings in den letzten Jahren viel häufiger von den Ratsuchenden angesprochen (Goldrian & Überall, 2021).

Umfragen zeigen, dass sich in den Jahren vor der Pandemie schon ungefähr jede zehnte in Deutschland lebende Person einsam fühlte, und sich diese Problematik durch die Corona-Pandemie besonders in den jüngeren Altersgruppen und bei Menschen im hohen Alter verstärkte, so dass im sozioökonomischen Panel 2021 rund 42 Prozent der Befragten angaben, sich einsam zu fühlen (Entringer, 2022). Weitere Befragungen zeigen, dass auch Paare davon betroffen sind – zwar berichteten Personen in Partnerschaft im Jahr 2017 noch mit Abstand am seltensten ein Gefühl von Einsamkeit, 2021 gaben aber schon fast 20 Prozent an, dass ihnen die Gesellschaft anderer oft fehlt (Hensen et al., 2024).

So hat das oft tabuisierte Thema auch gesamtgesellschaftlich an Brisanz gewonnen, und ist immer mehr in das öffentliche Bewusstsein gerückt. Der Blick über die deutschen Grenzen hinaus zeigt, dass dies nicht nur hierzulande so ist. In Großbritannien wurde im Jahr 2018 ein eigenes Ministerium für Einsamkeit ins Leben gerufen, in Japan infolge der Auswirkungen der Pandemie im Jahr 2021. In Deutschland beschloss das Bundeskabinett im Dezember 2023 die Strategie gegen Einsamkeit mit dem Ziel, dieser stärker zu begegnen. Das in diesem Zusammenhang ins Leben gerufene Kompetenznetzwerk Einsamkeit (www.kompetenznetz-einsamkeit.de) nimmt alle Altersgruppen und spezifischen Lebenslagen in den Blick, und es ist Anlaufstelle für Betroffene mit Hinweis auf zahlreiche Initiativen.

Alleinsein und Einsamkeit

Im Unterschied zur Einsamkeit bezeichnet das Alleinsein zunächst nur den Zustand der Abwesenheit anderer Menschen, der durchaus auch positiv erlebt werden kann. Das Empfinden von Einsamkeit im negativen Sinn entsteht dann, wenn die eigenen sozialen Beziehungen nicht den persönlichen Wünschen und Bedürfnissen entsprechen (Luhmann, 2022). Der empfundene Mangel kann sich sowohl auf die Zahl der Kontakte als auch auf deren emotionale Qualität beziehen. Einsamkeit ist somit ein subjektives Gefühl, und die Ursachen sind individuell.

Betroffen sind sowohl ältere als auch jüngere Menschen. Besonders gefährdet sind Menschen in Übergangssituationen im Leben, wie dem Einstieg in Studium, Ausbildung, Beruf und Rente oder wenn die Person von einem Schicksalsschlag ereilt wird, etwa einer Trennung oder dem Verlust eines geliebten Menschen. Neuerdings wendet sich die Einsamkeitsforschung auch einer Altersgruppe zu, über die in diesem Zusammenhang bisher wenig gesprochen wurde: Menschen im erwerbstätigen mittleren Erwachsenenalter, in der „rush hour des Lebens", in der Familie und Beruf im Vordergrund stehen und wenig Zeit für die Pflege von Beziehungen bleibt (Luhmann, 2023).

Einsamkeit ist nicht nur emotional belastend, sondern auch ein bedeutendes Risiko für die körperliche und psychische Gesundheit. In zahlreichen Studien wurde dies belegt, sie gilt als Risikofaktor für Angstzustände, Depressionen und Bluthochdruck, Schlaganfall, Diabetes mellitus Typ 2 sowie Demenz (Bücker, 2022). Umgekehrt kann eingeschränkte Gesundheit aber auch eine von vielen Ursachen, Phasen oder Umständen sein, die zu Einsamkeitsgefühlen führen.

Ursachen von Einsamkeit

Vielfältige Ursachen und Faktoren bedingen Einsamkeit - die meisten Menschen erleben dieses existentielle Gefühl im Laufe ihres Lebens. Oft ist es vorübergehend und hat vielleicht einen klaren Auslöser, so kann etwa ein Mangel an der Zahl der Kontakte bestehen. Auch gesellschaftliche Veränderungen und der Wegfall von haltgebenden Strukturen können eine Rolle spielen, ebenso kann sich der Wandel der Arbeitswelt mit der zunehmenden Technologisierung und der nach wie vor in vielen Bereichen gefragten Mobilität auf Beziehungen auswirken.

Manchmal ist es lebensgeschichtlich bedingt, dass dieses Gefühl entsteht und sich dann besonders auf die Tiefe und Enge der Bindungen bezieht. So belegen Studien aus dem Bereich der Bindungstheorie, dass ein sicherer Bindungsstil dazu führt, dass Menschen mehr Vertrauen in soziale Beziehungen haben und dadurch

weniger einsam sind als Menschen, die in ihrer Kindheit einen unsicheren Bindungsstil entwickelt haben (Luhmann, 2023).

Das Gefühl der Einsamkeit kann aber auch in einen Teufelskreis führen, der mit einer Tendenz zu sozialem Rückzug beginnt, der dann verbunden ist mit negativen Gefühlen wie innere Leere und Trauer, was wiederum zu noch größerer Antriebslosigkeit führen kann (Lewinsohn, 1974). Um diesem Kreislauf frühzeitig zu entgehen und keine chronische Einsamkeit oder auch depressive Störung zu entwickeln, ist die bewusste Kontaktaufnahme zu niederschwelligen Beratungsangeboten und anderen Anlaufstellen wichtig, besonders aber zu Familienmitgliedern und zum Freundeskreis. Denn Beziehungen sind die zentrale Ressource, um Einsamkeit und den daraus resultierenden Belastungen zu begegnen, vor allem wenn eine gute Beziehungsqualität zu nahen Personen besteht (Luhmann 2022). Gesamtgesellschaftlich betrachtet sollte eine präventionsorientierte Politik gegen Einsamkeit somit auch ein besonderes Augenmerk auf die Qualität von nahen Beziehungen, besonders in Partnerschaft und Familie, richten (Schobin et al., 2023).

Einsamkeit in der Beratungsarbeit

Die Ehe-, Familien- und Lebensberatungsstellen erfüllen hier eine wichtige Funktion und leisten einen vielfältigen Beitrag. Zum einen ermöglichen sie als professionelle Anlaufstellen, die gut mit anderen psychosozialen Einrichtungen und Hilfsangeboten vernetzt sind, ein psychologisches Beratungsangebot und gegebenenfalls weiterführende Hinweise für Ratsuchende. Mit Hilfe der multidisziplinären Teams können Informationen gegeben werden, wohin sich Ratsuchende sonst noch wenden können. Zum anderen wurde das Beratungsangebot zu Zeiten der Pandemie um niederschwellige Angebote wie Videoberatung, E-Mail-Beratung, Chat und Telefon-Beratung erweitert und seitdem aufrechterhalten.

Im Laufe eines Beratungsprozesses kann das Gefühl der Einsamkeit intensiver betrachtet und dabei herausgearbeitet werden, worauf es individuell zurückzuführen ist. Weiter können Anregungen gegeben, das eigene Erleben und Verhalten in sozialen Beziehungen reflektiert, und soziale Kompetenzen erweitert werden. Vertiefend können auch lebensgeschichtliche Hintergründe beleuchtet und am Selbstwerterleben gearbeitet werden. Oft werden mit beraterischer Begleitung neue Kontakte und Beziehungserfahrungen möglich.

Genauso können aber auch neue Wege im Umgang mit der Erfahrung von Einsamkeit gesucht werden, sodass in manchen Fällen mit Hilfe der Gespräche ein Perspektivenwechsel erfolgen kann. Gegebenenfalls können positive Aspekte von Alleinsein neu oder wiederentdeckt, und die Zeit des Für-Sich-Seins als Bereicherung erlebt werden, um der eigenen Individualität oder auch Selbstbegegnung Raum zu geben. Das eigene Selbstbild kann dabei auch weiterentwickelt und erweitert werden, was gerade im Fall von Lebensumbrüchen und Trennungen eine wichtige Entwicklungsaufgabe darstellt. Als eine wichtige Voraussetzung für die eigene Beziehungsfähigkeit kann dann auch die Fähigkeit, allein sein zu können, entwickelt werden.

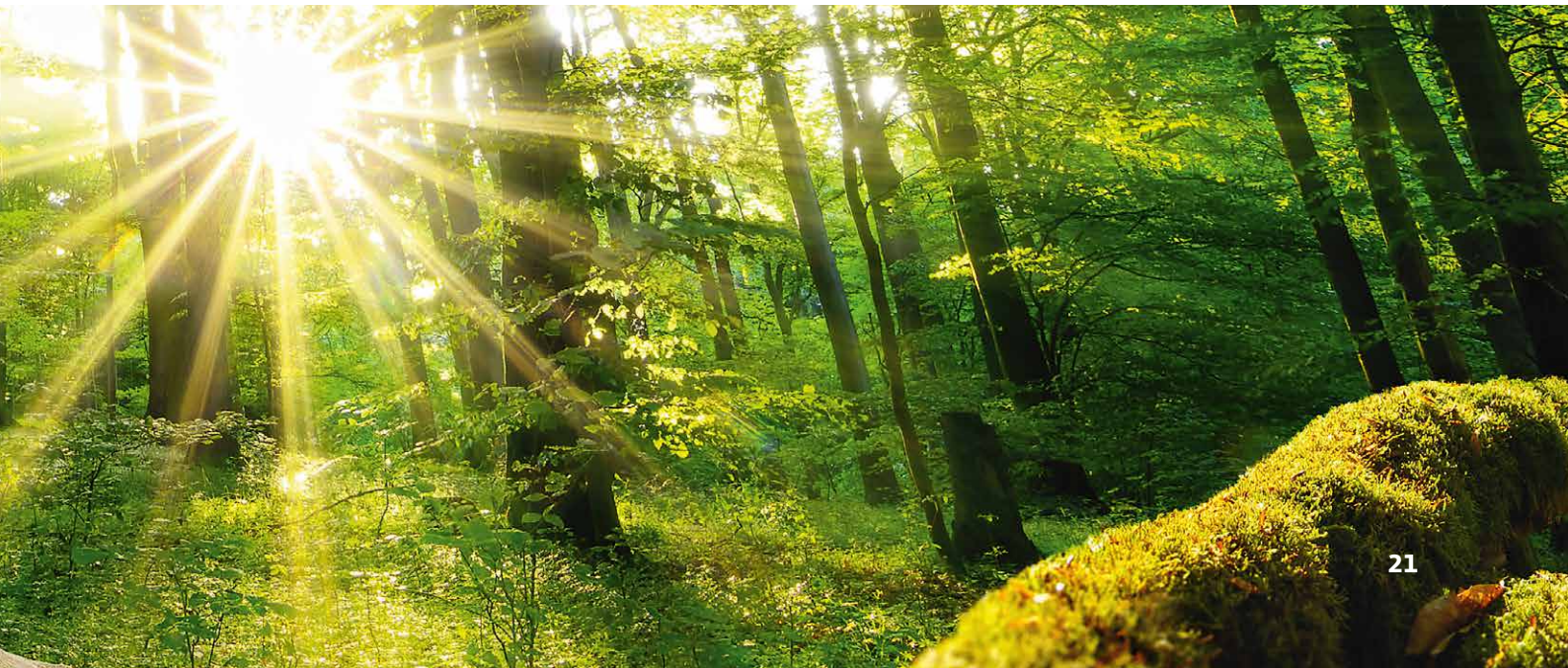
In den Beratungsgesprächen ist es auf diese Weise immer wieder in mehrerlei Hinsicht eine Herausforderung, das Erleben von Einsamkeit in seiner Vielschichtigkeit einfühlsam zu thematisieren, und dabei immer im Blick zu behalten, dass diesbezüglich für viele Menschen die Gefahr einer Selbststigmatisierung besteht, die daran hindern kann, das Thema offen anzusprechen.

Um unsere Berater:innen für dieses Thema zu sensibilisieren bietet der Bereich Qualifizierung der Ehe-, Familien- und Lebensberatung im Jahr 2024 eine zweitägige Fortbildungsveranstaltung an. Mit dem Ziel, mit sich selbst und anderen Menschen in Resonanz zu gehen, wird dabei auch in der Reflektion des eigenen Umgangs und Erlebens von Einsamkeit in all ihren Facetten erarbeitet, wie den Ratsuchenden, die sich an unsere Beratungsstellen wenden, auf ihrem je eigenen Weg aus der Einsamkeit herausgeholfen werden kann.

Claudia Thomas

Verwendete Literatur / Unterlagen:

- Bücker, S. (2022). Die gesundheitlichen, psychologischen und gesellschaftlichen Folgen von Einsamkeit. Hg. v. Institut für Sozialarbeit und Sozialpädagogik e.V., Kompetenznetz Einsamkeit KNE Expertise 10/ 2022.
- Entringer, T. (2022). Epidemiologie von Einsamkeit in Deutschland. Hg. v. Institut für Sozialarbeit und Sozialpädagogik e.V., Kompetenznetz Einsamkeit KNE Expertise 4/ 2022.
- Goldrian, A., Überall, I. (2021). Halt finden in einer erschütternden Zeit – Die Arbeit der EFL im 2. Jahr der Pandemie, Jahresbericht der Ehe-, Familien- und Lebensberatung.
- Hensen, J., Potthoff, J., Schüler, R.M. (2024). Starker Anstieg des Einsamkeitsgefühls bei Paaren, IW-Kurzbericht, Nr. 1, Köln.
- Lewinsohn, P. M. (1974). A behavioral approach to depression. Essential papers on depression, 150-172.
- Luhmann, M. (2022). Definitionen und Formen der Einsamkeit. Hg. v. Institut für Sozialarbeit und Sozialpädagogik e.V. KNE Expertise 1/2022.
- Luhmann, M. (2023). Allein an Weihnachten – Einsamkeit – Gespräch mit der Forscherin, Süddeutsche Zeitung 22. Dezember 2023.
- Schobin, J., Arriagada, C., Gibson-Kunze, M., Wilke, Y. (2023). Einsamkeitsbarometer. Pilotbericht. Kompetenznetz Einsamkeit/ISS e.V. KNE Forschung 01/2023.
- Strategie der Bundesregierung gegen Einsamkeit (2023). Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend, Dezember 2023.



Statistische Daten aus dem Jahr 2023

1. Überblick

5864 Personen nahmen im Jahr 2023 das Angebot der katholischen Ehe-, Familien- und Lebensberatungsstellen (EFL) in der Erzdiözese München und Freising in Anspruch. Von den insgesamt 3769 Beratungsfällen wurden 2282 Fälle im Berichtsjahr begonnen, 1487 Fälle aus den Vorjahren wurden fortgeführt. Es wurden insgesamt 29997 Beratungsstunden durchgeführt. Wie **Tabelle 1** zeigt, gab es im Vergleich zum letzten Jahr einen leichten Anstieg hinsichtlich der Zahl der beratenen Personen, der Gesamtzahl der Fälle und der Anzahl der Beratungsstunden. Der hohe Anteil an Paaren, die die EFL aufsuchten, verdeutlicht den Schwerpunkt des Fachdienstes als Anlaufstelle für Paare in Krisensituationen.

Tabelle 1: Statistischer Vergleich für die Gesamtheit der Ratsuchenden

	2023	2022
Anzahl der Personen	**5.864**	**5.621**
Gesamtzahl der Fälle	**3.769**	**3.662**
Anzahl der Paare	**1.995**	**1.909**
Beratungsstunden	**29.997**	**28.965**

Tabelle 2 informiert über die unterschiedlichen Beratungssettings. An den Beratungsstellen wurden überwiegend Einzelberatungen (15.051 Stunden) und Paarberatungen (14.453 Stunden) angeboten.

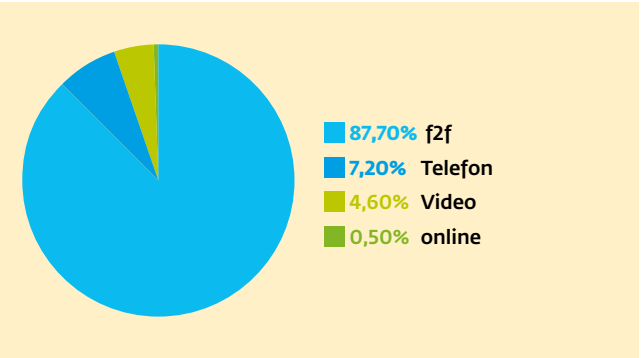
Tabelle 2: Beratungsstunden (à 50 Min.)

	h
Einzelberatung	**15.051**
Paarberatung	**14.454**
Familienberatung	**350**
Gruppenberatung	**142**

Bei hochstrittigen Paaren, die vom Jugendamt oder vom Gericht an die Beratungsstellen überwiesen wurden, führten oftmals 2 Beraterinnen oder Berater die Beratungen durch, bei denen die Trennung der Paare begleitet und Umgangsregelungen für die Kinder erarbeitet wurden. In der Summe fanden dabei 22 Stunden Paarberatung und 1,5 Stunden Einzelberatung statt.

Abbildung 1 zeigt den Einsatz der unterschiedlichen Beratungsformate wie face to face (f2f) Beratung, Telefonberatung, Videoberatung und Onlineberatung. Von den insgesamt 29.997 Beratungsstunden wurden 26.298 (87,7%) im f2f Setting durchgeführt, 2151 (7,2%) als Telefonberatung, 1385 (4,6%) als Videoberatung, und 163 (0,5%) als schriftbasierte Onlineberatung (Mail- und Chatberatung). Während der Anteil der Beratungsstunden im f2f Setting im Vergleich zum Vorjahr wieder zugenommen hat (+7,4%), hat der Anteil der auf Telefonberatung (-4,8%) und auf Videoberatung (-2,6%) entfällt abgenommen. Der Anteil an schriftbasierten Onlineberatungen ist in etwa gleichgeblieben. Trotz dieser Veränderungen, die vor allem auf eine Normalisierung der Lebensverhältnisse im Vergleich zu den Vorjahren und den wieder zunehmenden Wunsch vieler Klientinnen und Klienten nach Präsenzberatung an den Beratungsstellen zurückzuführen sind, haben sich die alternativen Beratungsformen wie Telefon-, Video- und Onlineberatung in den Ehe-, Familien- und Lebensberatungsstellen der Erzdiözese München und Freising durchaus etabliert und sich in vielen Situationen als nützlich erwiesen.

Abbildung 1: Einsatz der unterschiedlichen Beratungsformate in der EFL/Beratungsstunden (N=29.997)



Anmerkungen:% = prozentualer Anteil

Abbildung 2: Ratsuchende in den einzelnen Beratungsstellen (N=3.769)

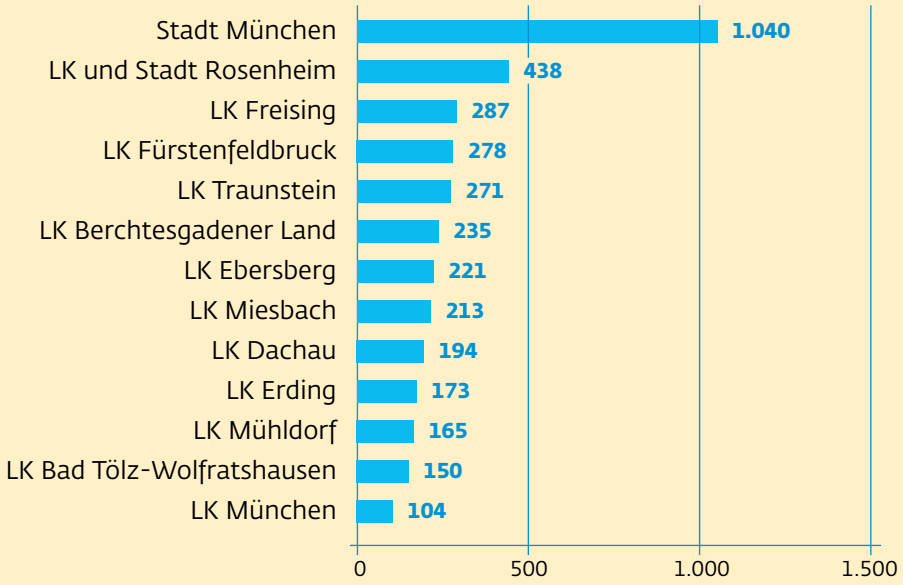
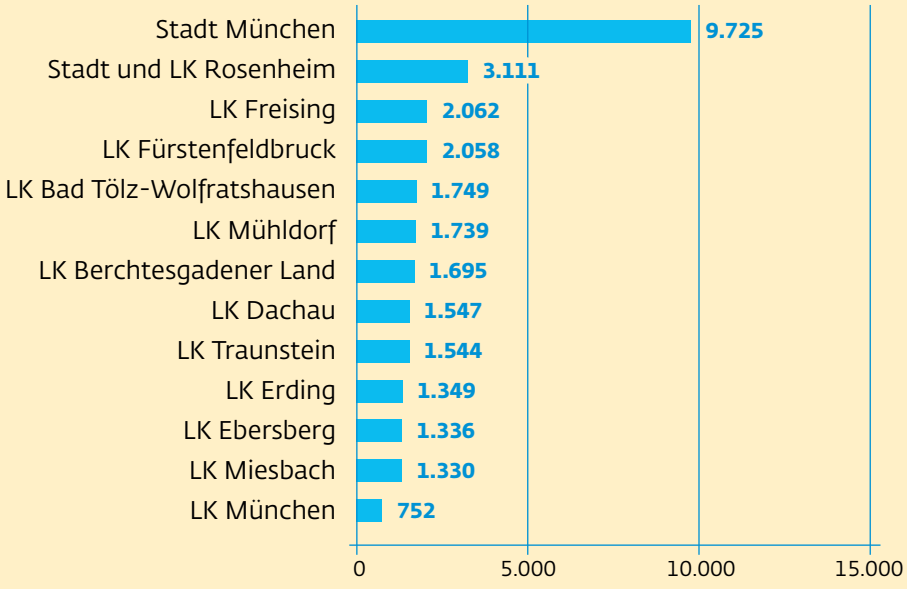


Abbildung 2 zeigt die Anzahl der gesamten Beratungsfälle in der Stadt München und in den einzelnen Landkreisen. Mit Ausnahme Garmisch-Partenkirchens ist die EFL in allen Landkreisen Oberbayerns mit einer Beratungsstelle vertreten, im Regelfall in der jeweiligen Kreisstadt. Die Größe der einzelnen Beratungsstellen orientiert sich an den Einwohnerzahlen der Landkreise, so dass in den bevölkerungsreichen Landkreisen wie Rosenheim und Fürstenfeldbruck das Beratungsangebot größer war als in kleineren Landkreisen wie Mühldorf und Miesbach. In Landkreisen mit einer großen Fläche wie Rosenheim und Berchtesgadener Land wurde Beratung an zwei Standorten angeboten. In München bietet die EFL an 4 Standorten (München-Süd, München-Mitte, München-Nord und Isartor) Beratung an. Der Landkreis München hat eine Stelle in Oberschleißheim.

Abbildung 3 zeigt die Anzahl der geleisteten Beratungsstunden (à 50 Min.) in der Stadt München und in den einzelnen Landkreisen.

Abbildung 3: Beratungsstunden (à 50 Min.) in den einzelnen Beratungsstellen (N=29.997)



2. Zugang und Beratungsverläufe

Die Nachfrage überstieg deutlich die Beratungskapazitäten der EFL (siehe **Tabelle 3**). Die durchschnittliche Wartezeit lag bei 40 Tagen und war damit um 5 Tage länger als im Vorjahr. Innerhalb von 2 Wochen bekamen 39% der Ratsuchenden einen Termin und 58% innerhalb von 4 Wochen.

Tabelle 3: Wartezeit
(bei Neubeginn im Berichtszeitraum; N=2.282)

	%
unter 1 Woche	**11**
1-2 Wochen	**28**
3-4 Wochen	**19**
5-6 Wochen	**12**
7-8 Wochen	**8**
Länger als 8 Wochen	**22**

Anmerkungen:% = prozentualer Anteil

Tabelle 4 zeigt, dass 44% aller Beratungen auf bis zu 5 Sitzungen im gesamten Beratungsprozess begrenzt waren. Das waren Kurzzeitberatungen, bei denen es oft um die Klärung der Problematik, Psychoedukation über die Entstehung partnerschaftlicher oder familiärer Konflikte, Förderung der Selbsthilfe und gegebenenfalls die Weiterverweisung an andere Beratungsstellen, andere Einrichtungen oder Psychotherapeuten ging. Eine intensivere Auseinandersetzung mit der Entstehung und Bewältigung der partnerschaftlichen, familiären oder intrapersonellen Konflikte fand in den mittelfristigen Beratungen (6-20 Sitzungen) statt. Diese Beratungsform nahmen 40% der Ratsuchenden in Anspruch. In 12% aller Fälle lagen so komplexe bzw. schwerwiegende partnerschaftliche, familiäre oder individuelle Problemlagen vor, dass 21 bis 50 Sitzungen notwendig waren. Bei 4% aller Fälle erstreckte sich die Beratung über einen langen Zeitraum und erforderte mehr als 50 Sitzungen.

Tabelle 4: Anzahl der Termine
(im gesamten Beratungsprozess; N=3.769)

	%
1-3 Sitzungen	**29**
4-5 Sitzungen	**15**
6-10 Sitzungen	**23**
11-20 Sitzungen	**17**
21-30 Sitzungen	**7**
31-50 Sitzungen	**5**
Mehr als 50 Sitzungen	**4**

Anmerkungen:% = prozentualer Anteil

3. Soziodemographische Merkmale der Ratsuchenden

Mit 57,3% suchten Frauen die Beratungsstellen häufiger auf als Männer mit 42,7%. **Tabelle 5** informiert über die Zusammensetzung unseres Klientels.

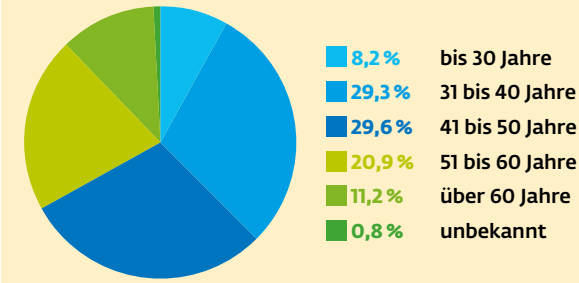
Tabelle 5: Zusammensetzung der Ratsuchenden
(N=5.864 Personen)

	%
Frauen	**57,3**
Männer	**42,7**

Anmerkungen:% = prozentualer Anteil

Abbildung 4 illustriert die Altersverteilung der Ratsuchenden und zeigt, dass die 31-40jährigen mit 29,3% und 41-50jährigen mit 29,6% an den Beratungsstellen der EFL am häufigsten vertreten waren. Der Anteil der 51-60jährigen lag bei 20,9%. Der Anteil derjenigen, die 30 Jahre und jünger sind, lag bei 8,2% und der der über 60jährigen bei 11,2%. Insofern gibt es bezüglich der Alterszusammensetzung der Ratsuchenden kaum Veränderungen zu den Vorjahren. Es zeigt sich, dass unsere Beratungsangebote überwiegend von Klientinnen und Klienten im mittleren Erwachsenenalter zwischen 30 und 60 Jahren in Anspruch genommen werden, die sich häufig in den Phasen der Familiengründung, der Kindererziehung und des Erwachsenwerdens der Kinder befinden.

Abbildung 5: Altersverteilung für die Gesamtheit der Ratsuchenden (N=5.864)



Anmerkungen:% = prozentualer Anteil

87,9% der Beratenen hatten die deutsche Nationalität, 7,5% hatten eine europäische Staatsbürgerschaft und 3,6% eine außereuropäische Nationalität (siehe **Tabelle 6**). Hierbei ist jedoch zu berücksichtigen, dass insgesamt etwa 16% der Beratenen einen Migrationshintergrund hatten. Der Anteil an Ratsuchenden mit Migrationshintergrund hat über die Jahre kontinuierlich leicht zugenommen.

Tabelle 6: Nationalität der Klienten (N=5.864)

	%
Deutschland	87,9
Europa (ohne Deutschland)	7,5
Amerika	1,5
Asien	1,4
Afrika	0,7
unbekannt/keine Angabe	1

Anmerkungen:% = prozentualer Anteil

Hinsichtlich des Familienstandes zeigt sich folgende Zusammensetzung unseres Klientels (siehe **Tabelle 7**): 68% der Beratenen waren verheiratet oder verpartnert, 22,1% ledig und 7,9% geschieden/entpartnert. 1% der Ratsuchenden war verwitwet und 1% machte dazu keine Angaben.

Tabelle 7: Familienstand (N=5.864)

	%
verheiratet/verpartnert	68
ledig	22,1
geschieden/entpartnert	7,9
Verwitwet/partnerhinterblieben	1
unbekannt/keine Angabe	1

Anmerkungen:% = prozentualer Anteil

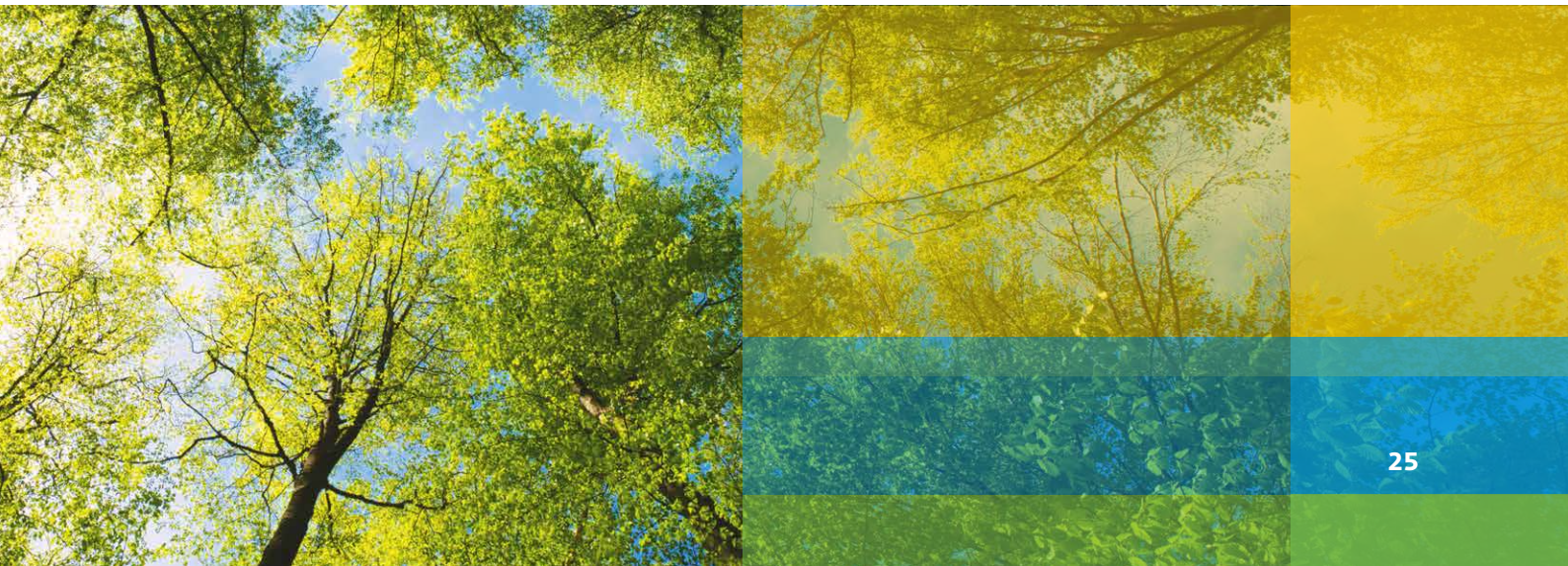
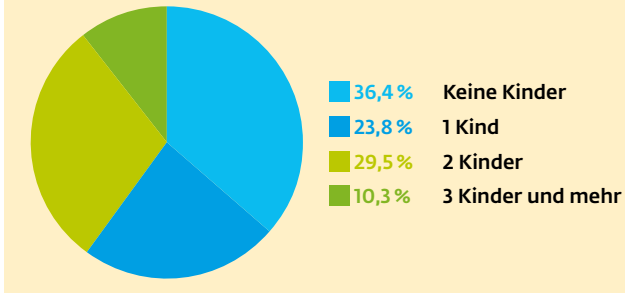


Abbildung 5 verdeutlicht, dass unsere Beratungsstellen vor allem Ansprechpartner für Paare und Alleinerziehende mit Kindern, Jugendlichen oder jungen Erwachsenen waren. Bei insgesamt 63,6% der Beratenen lebten ein oder mehrere Kinder/Jugendliche/junge Erwachsene im Haushalt. Die Beratungen kommen in diesen Fällen nicht nur den ratsuchenden Eltern, sondern auch den von den familiären und partnerschaftlichen Konflikten stets betroffenen Kindern und Jugendlichen zugute.

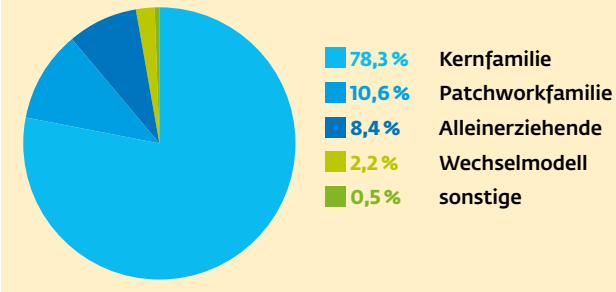
Abbildung 5: Anzahl der Kinder für die Gesamtzahl der Beratungsfälle (N=3.769)



Anmerkungen:% = prozentualer Anteil; Es werden nur Kinder einbezogen, die unter 27 sind und im Haushalt leben

Abbildung 6 zeigt, dass 78,3% der Ratsuchenden mit Kindern in einer Kernfamilie mit den leiblichen Kindern lebten. 10,6% lebten in einer Stieffamilie/Patchworkfamilie. 8,4% waren alleinerziehend. 2,2% der Eltern hatten sich nach der Trennung für ein Wechselmodell entschieden. Der Anteil der Ratsuchenden, die ein Wechselmodell praktizieren ist in den letzten Jahren stets leicht angestiegen.

Abbildung 6: Familienform (N=2316)



Anmerkungen:% = prozentualer Anteil

Es gehört zu den Grundsätzen unserer Arbeit, dass unsere Beratungsstellen allen Ratsuchenden, unabhängig von Religion und Weltanschauung offenstehen. **Tabelle 8** verdeutlicht dies: 51,1% der Ratsuchenden waren katholisch, 12,6% evangelisch und 2,2% hatten eine andere christliche Konfession. 2% waren Moslems und 0,8% hatten eine andere Religionszugehörigkeit. 26,6% gehörten keiner Religionsgemeinschaft an, 4,7% machten hierzu keine Angaben. Die Zunahme des Anteils an religions- bzw. konfessionslosen Ratsuchenden im Laufe der letzten Jahre verdeutlicht, dass unsere Beratungsangebote auch von religions- bzw. konfessionslosen Personen angenommen und als hilfreiche Unterstützung erlebt werden.

Tabelle 8: Religion/Konfession der Klienten (N=5.864)

	%
katholisch	**51,1**
religionslos	**26,6**
evangelisch	**12,6**
andere christliche Konfession	**2,2**
moslemisch	**2**
sonstiges	**0,8**
unbekannt/keine Angabe	**4,7**

Anmerkungen:% = prozentualer Anteil

4. Beratungsthemen und Problembereiche

Die Ehe-, Familien- und Lebensberatung ist in den seltensten Fällen eine Beratung bei umgrenzten Problemen, vielmehr liegen in aller Regel vielfältige Belastungen in den verschiedenen Lebensbereichen vor. Die Anliegen unserer Ratsuchenden sind meistens komplex und erstrecken sich häufig auf den persönlichen, partnerschaftlichen und familiären Bereich.

Wie **Tabelle 9** verdeutlicht, liegt der Arbeitsschwerpunkt unseres Beratungsdienstes im Bereich der Paar- und Eheberatung. Bei 54,2% der Beratungsfälle standen Fragen der Partnerschaft und Sexualität im Vordergrund. Die Begleitung und Unterstützung bei Trennung und Scheidung war in 17,1% der Fälle das zentrale Anliegen. In 16,3% der Fälle ging es vorranging um Konflikte im familiären Zusammenleben. Eine Lebensberatung wurde in 6,8% der Fälle durchgeführt. Eine Beratung in Fragen des Sorge- und Umgangsrechts war in 2% aller Fälle die Hauptaufgabe. In diesen Fällen wurde die Beratung häufig von 2 Beraterinnen oder Beratern durchgeführt und sie war aufgrund des in der Regel hohen Konfliktniveaus oftmals sehr herausfordernd. Beratung in Erziehungsfragen wurde in 2,4% und Allgemeine Sozialberatung in 1,2% aller Fälle durchgeführt.

Tabelle 9: Schwerpunktthemen der Beratungsfälle insgesamt (N=3.638)

	%
Beratung in Fragen der Partnerschaft und Sexualität	**54,2**
Beratung bei Trennung und Scheidung	**17,1**
Beratung zu Fragen des familiären Zusammenlebens	**16,3**
Lebensberatung	**6,8**
Beratung zu Erziehungsfragen (Allgemeine Förderung der Erziehung, Entwicklungs- und Erziehungsberatung)	**2,4**
Beratung in Fragen des Sorge- und Umgangsrechts	**2**
Allgemeine Sozialberatung	**1,2**

Anmerkungen:% = prozentualer Anteil

Um aussagekräftige Informationen über die Konflikte im Zusammenleben der Paare zu erhalten, wurden in allen Beratungsstellen der Erzdiözese München und Freising Selbstbeurteilungsverfahren eingesetzt. Die Problemliste (Hahlweg, K. 1986, Hahlweg, K. 1996, Hahlweg, K. 2016) wurde für die Eingangsdiagnostik und Verlaufs- und Veränderungsmessung bei Paaren entwickelt. Es ist ein Fragebogen, der von den Klientinnen und Klienten selbst beantwortet wird. In der Problemliste werden 23 Bereiche des Zusammenlebens aufgeführt, in denen es zu Konflikten kommen kann (siehe **Tabelle 10**).

Tabelle 10: Rangreihe der prozentualen Häufigkeiten (%) von nicht gelösten Problemen
Vergleich der Häufigkeiten bei Frauen und Männern, die die Ehe-, Familien- und Lebensberatungsstellen 2023 aufsuchten.

	Gesamt	Frauen	Männer
Kommunikation	67%	72%	61%
Zuwendung des Partners	60%	62%	59%
Temperament des Partners	57%	60%	54%
Sexualität	55%	55%	54%
Fehlende Akzeptanz / Unterstützung	51%	56%	45%
Forderungen des Partners	50%	52%	48%
Haushaltsführung	41%	46%	36%
Persönliche Gewohnheiten des Partners	37%	44%	31%
Vertrauen	35%	38%	31%
Kindererziehung	34%	39%	30%
Freizeitgestaltung	32%	33%	31%
Verwandte	30%	33%	27%
Berufstätigkeit	29%	30%	28%
Gewährung persönlicher Freiheiten	27%	29%	25%
Einteilung des monatlichen Einkommens	22%	24%	20%
Krankheiten / Behinderungen / Psychische Störungen	22%	23%	20%
Eifersucht	21%	21%	20%
Freunde und Bekannte	19%	21%	17%
Attraktivität	15%	16%	14%
Umgang mit Alkohol / Medikamenten / Drogen	14%	18%	10%
Außereheliche Beziehung	11%	12%	10%
Kinderwunsch / Familienplanung	10%	11%	9%
Tätlichkeiten	7%	9%	6%

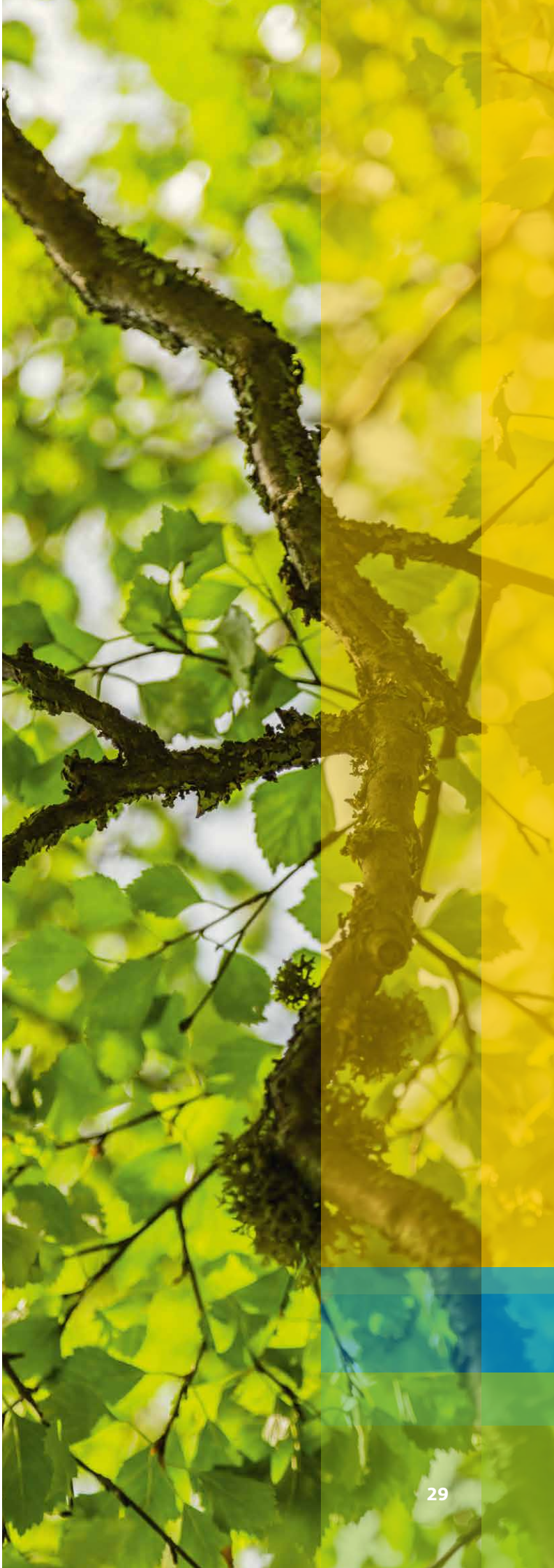
Anmerkungen: Die Werte in den Spalten Frauen und Männer zeigen die zusammengefassten Antwortkategorien 2="Konflikte, keine Lösungen, oft Streit" und 3="Konflikte, keine Lösungen, wir sprechen kaum darüber".

Es bestätigte sich der Befund aus anderen Untersuchungen, dass Frauen mit der Partnerschaft insgesamt unzufriedener sind als Männer. In nahezu allen Problembereichen erlebten Frauen die Partnerschaft konfliktreicher. Insgesamt am konfliktreichsten erlebten die Ratsuchenden die Bereiche Kommunikation (67%), Zuwendung des Partners (60%) und Temperament des Partners (57%).

Die größten Unterschiede zwischen Frauen und Männern gab es in den Bereichen Persönliche Gewohnheiten des Partners (44% Frauen, 31% Männer), Fehlende Akzeptanz/Unterstützung des Partners (Frauen 56%, Männer 45%) und Haushaltsführung (Frauen 46%, Männer 36%).

Über die Jahre hinweg werden regelmäßig Problembereiche wie Kommunikation, Zuwendung des Partners, Temperament des Partners, Fehlende Akzeptanz/Unterstützung des Partners und Sexualität als besonders konflikthaft eingeschätzt. Allerdings ist zu berücksichtigen, dass es sich hierbei um eine Ersteinschätzung der Beratenen zu Beginn der Beratungsgespräche handelt. Häufig zeigen sich im Beratungsverlauf noch weitere und tieferliegende Problematiken.

Florian Fischaleck, Thomas Ranzinger, Margret Schlierf



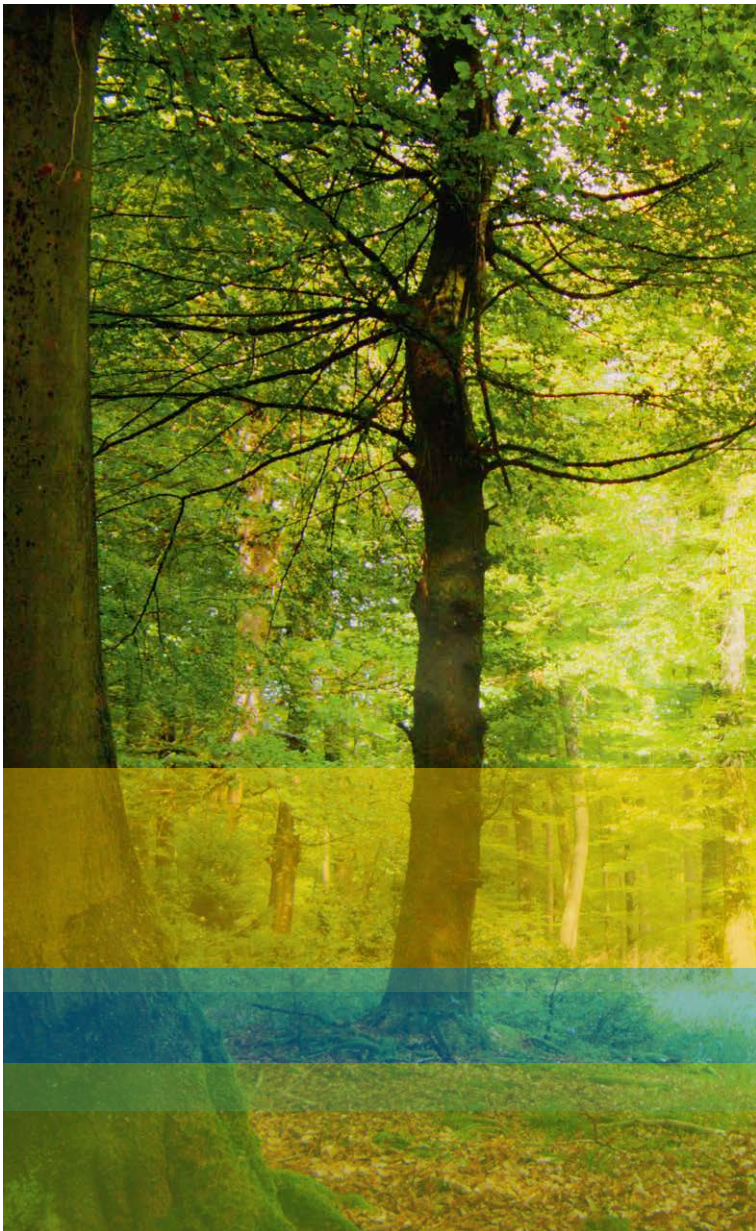
Fachbereich Qualitätssicherung und Qualifizierung

Zusammenfassung der Tätigkeiten im Jahr 2023

Die beiden Arbeitsbereiche Qualitätssicherung und Qualifizierung innerhalb der Ehe-, Familien- und Lebensberatung (EFL) dienen dazu, die Professionalität der Eheberatung als psychologischer Fachdienst zu bewahren und auszubauen und eine fundierte Aus- und Fortbildung der Beraterschaft sicherzustellen. Dabei sind die beiden Bereiche eng miteinander verzahnt, denn einerseits fließen die Forschungsergebnisse aus der qualitätssichernden, beratungsbegleitenden Forschung und Evaluation in das Fort- und Weiterbildungsprogramm der EFL ein und andererseits dient die an fachlichen Standards ausgerichtete Fort- und Weiterbildung per se der Qualitätssicherung und liefert auch immer wieder wichtige Anregungen für neue, wissenschaftliche Fragestellungen.

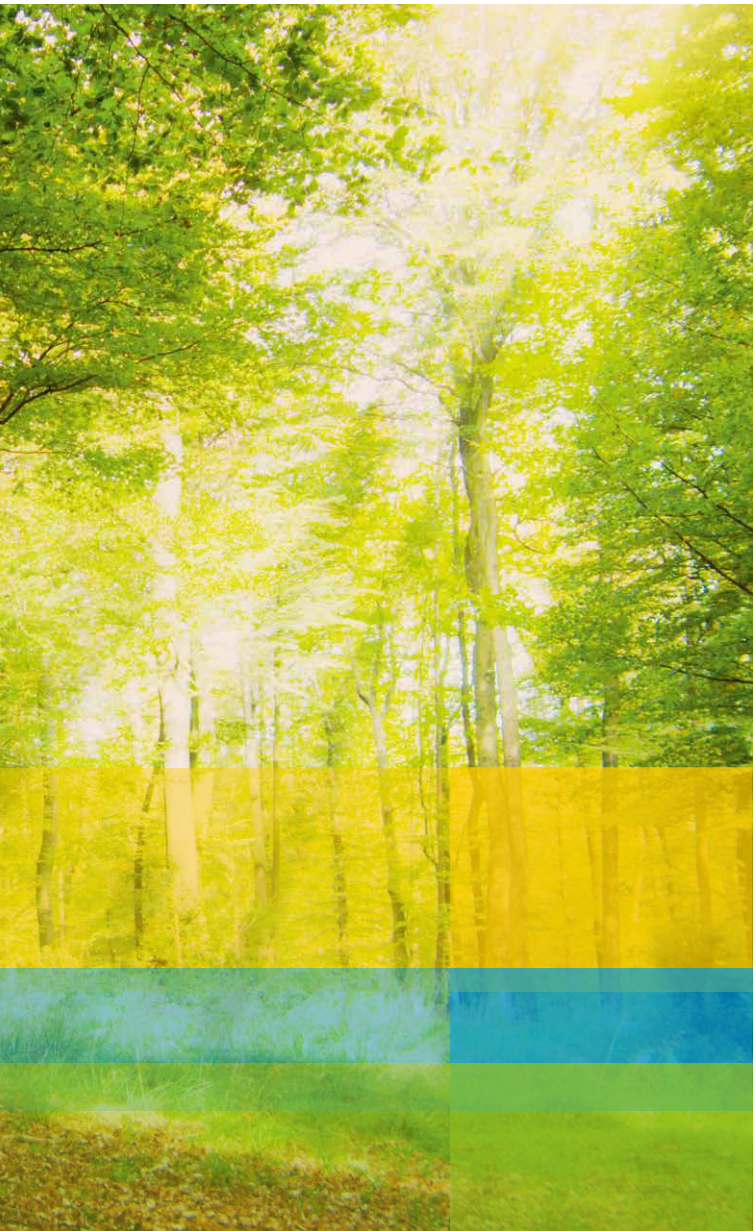
Qualitätssicherung der EFL-Beratung und der präventiven Angebote

Der Arbeitsbereich Qualitätssicherung der EFL-Arbeit/ beratungsbegleitende Forschung war im Jahr 2023 von personellen Engpässen betroffen. Deshalb musste die konkrete Planung einer Wirksamkeitsstudie in der Ehe-, Familien- und Lebensberatung auf das Jahr 2024 verschoben werden. In dem neu gegründeten Arbeitskreis „Beratungsbegleitende Forschung und Evaluation" sind Kolleg:innen vertreten, die über Erfahrung im Bereich der Evaluations-, Partnerschafts- und Beratungsforschung und/ oder über langjährige Berufserfahrung im Beratungskontext verfügen: Marika Bauer, Prof. Dr. Ursula Buchner, Svetlana Iosilevskaya, Dr. Mirjam Lorenz, Ulrich Schmidt-Blechta, Dr. Carolin Seilbeck und Claudia Thomas. Der Arbeitskreis widmet sich der Frage, welche Forschungsfragen für die Ehe-, Familien- und Lebensberatung relevant sind, welche Messinstrumente und Studiendesigns geeignet sind, um eine möglichst hohe Aussagekraft bei gleichzeitig möglichst geringem Aufwand für Berater:innen und Klient:innen zu erzielen und wie aus den Ergebnissen abgeleitete Implikationen sinnvoll in der Beratungspraxis umgesetzt werden können. Darüber hinaus gab es im Jahr 2023 für den Bereich der beratungsbegleitenden Forschung wichtige Vernetzungsmöglichkeiten mit anderen psychosozialen Verbänden auf Bundesebene. Die bke (Bundeskonferenz für Erziehungsberatung e.V.) organisierte am 07.11.2023 im Auftrag des DAKJEFs (Deutscher Arbeitskreis für Jugend-, Ehe- und Familienberatung) einen Fachtag zum Thema „Beratung und Forschung", bei dem Kooperationsmöglichkeiten zwischen Wissenschaft und Beratungspraxis von Vertreter:innen beider Bereiche beleuchtet wurden. Daraus entstand eine DAKJEF-Arbeitsgruppe, die sich mit der Frage beschäftigt, welche Themen aus der Praxis aus wissenschaftlicher Perspektive untersucht werden könnten, wie eine Zusammenarbeit gestaltet werden könnte und wie man das heterogene Feld der psychosozialen Beratung mit geeigneten Studien beforschen könnte. Eine Mitarbeiterin des Fachbereichs Qualitätssicherung und Qualifizierung (QQ) wird an dieser Arbeitsgruppe teilnehmen.



Der Arbeitsbereich Qualitätssicherung der präventiven Angebote befasst sich mit der Evaluation und Weiterentwicklung der präventiven Paartrainingsprogramme EPL[1] (Ein Partnerschaftliches Lernprogramm), KEK[2] (Konstruktive Ehe und Kommunikation) und KOMKOM[3] (Kommunikationskompetenz-Training in der Paarberatung), die in der Erzdiözese München und Freising sowie in den meisten anderen deutschen Diözesen angeboten werden. Des Weiteren fällt die Ausbildung und Supervision der Trainer:innen und Ausbildenden in diesen Arbeitsbereich. Im Jahr 2023 fand eine EPL-Trainer:innen-Ausbildung statt, eine KOMKOM-Trainer:innen-Ausbildung musste leider auf das Jahr 2024 verschoben werden.

Die Organisation und Durchführung der EPL- und KEK-Kurse in der Erzdiözese München und Freising obliegt dem Fachbereich Ehevorbereitung und -begleitung (Ressort 4). Im Jahr 2023 konnten insgesamt 38 Kurse (EPL, KEK, APL, davon 12 Online-Kurse) mit 140 Paaren stattfinden. Zur Qualitätssicherung, Weiterentwicklung und Planung des EPL/KEK Angebots kommt der Fachbeirat EPL/KEK, der aus Mitgliedern des Fachbereichs QQ und aus Mitgliedern der Abteilung Familien- und Erwachsenenpastoral besteht, zweimal im Jahr zusammen. Die KOMKOM- und KOMSPL[4]-Trainings werden von der EFL organisiert und von Berater:innen, die über eine KOMKOM-/KOMSPL-Weiterbildung verfügen, durchgeführt. Im Jahr 2023 fanden je ein KOMKOM- und KOMSPL-Training statt.



Qualifizierung: EFL-interne Fortbildung und Weiterbildung zum/zur EFL-Berater:in

Die interne Fortbildung, die an den fachlichen Standards, dem integrativen Beratungskonzept sowie der christlichen Basis der EFL ausgerichtet ist, stellt eine wichtige Säule für die Professionalität und die Fachkompetenz der EFL-Berater:innen dar. Mithilfe der angebotenen Fortbildungsveranstaltungen, der psychiatrischen Kolloquien sowie der EFL-Jahrestagung soll gewährleistet werden, dass die Kolleg:innen über ein profundes Know-How der ätiologischen Hintergründe von psychischen Störungen bzw. Krisen, ihren Wechselwirkungen mit der Paar- und Familiendynamik sowie über Kenntnisse bzgl. geeigneter Interventionsmethoden verfügen.

Das Fortbildungsangebot ist dabei so präzise und aktuell wie möglich auf die konkreten Problemstellungen der Beratungsarbeit bezogen. Des Weiteren vertiefen die Fortbildungen, dem integrativen Beratungsansatz der EFL entsprechend, die Kompetenz der Teilnehmer:innen in den drei anerkannten Schulrichtungen auf denen dieser Ansatz basiert – der tiefenpsychologischen Therapie, der Verhaltenstherapie sowie der systemischen Familientherapie – und fördern die Fähigkeit zu ihrer Integration. Durch einen Fortbildungsausschuss wird jährlich ein speziell für den Arbeitsbereich der EFL konzipiertes Programm erstellt. Hier fließen auch die Ergebnisse der qualitätssichernden, beratungsbegleitenden Forschung mit ein. Die EFL ist anerkannt als akkreditierte Fortbildungsveranstalterin, das heißt psychologische Psychotherapeut:innen können für die psychologischen Fortbildungsveranstaltungen Fortbildungspunkte erwerben.

1 entwickelt von Engl, Thurmaier & Hahlweg, 1988

2 entwickelt von Engl & Thurmaier, 1993

3 entwickelt von Engl & Thurmaier, 2003

4 Kommunikation und Stressbewältigung als partnerschaftliches Lernprogramm

Der Fortbildungsausschuss bestand 2023 aus: Monika Schmelzer (Verantwortliche für die interne Fortbildung), Margret Schlierf, (Leiterin der Eheberatung), Dr. Mirjam Lorenz (Leiterin des Fachbereichs Qualifizierung und Qualitätssicherung), Claudia Büttner (kommissarische Leiterin der internen Fortbildung ab September 2023), Katrin Czwienzek (Beraterin), Dr. Sandra Hensel (Mitarbeiterin im Fachbereich QQ) und Michaela Lochschmidt (Stellenleiterin). Im Jahr 2023 fanden drei Fortbildungen, zwei psychiatrische Kolloquien (eines davon im Online-Format) sowie die EFL-Jahrestagung statt, eine Fortbildung musste krankheitsbedingt ausfallen. Des Weiteren wurde in der EFL im Jahr 2023 ein Videokonferenzsystem eingerichtet, das es unter anderem ermöglicht, geeignete Fortbildungen zukünftig auch im hybriden Format anbieten zu können.

Neben den internen Fortbildungsveranstaltungen haben die EFL-Berater:innen auch die Möglichkeit zur eigenverantwortlichen Weiterbildung mithilfe einer Fachbibliothek, die neben psychologischen Fachbüchern auch aktuelle Fachzeitschriften enthält. Im Jahr 2023 wurde ein umfassendes Informationsdokument zur EFL-Bibliothek, den Ausleihmodalitäten, den abonnierten Zeitschriften und der Zeitschriftenlese sowie eine aktualisierte Nutzungsanleitung für das Bibliotheksrechercheprogramm erstellt, um der Beraterschaft (und insbesondere auch neuen Mitarbeiter:innen) den Zugang zur und die Nutzung der Bibliothek zu erleichtern.

Ein weiterer wichtiger Bestandteil, der die Fachkompetenz der EFL-Berater:innen gewährleistet, ist die Weiterbildung zum/zur EFL-Berater:in. Aktuell laufen zwei Weiterbildungskurse: Ein „klassischer" 4jahres Kurs, der 2020 begonnen wurde (und dessen Ende sich coronabedingt auf 2025 verschiebt) sowie ein eineinhalb Jahre dauernder Ergänzungsqualifikationskurs für Berater:innen mit bestehenden therapeutischen Zusatzqualifikationen, der im Oktober 2022 begonnen hat. Die Zwischenprüfung des 4-jährigen Kurses erfolgte am 5./6.5.2023, die Abschlussprüfung des Ergänzungsqualifikationskurses wird am 15./16.3.2024 stattfinden.

Der „klassische" Weiterbildungskurs wird von der EFL der Diözese Passau, der Ergänzungsqualifikationskurs von der EFL der Diözese Regensburg jeweils in Kooperation mit der EFL der Erzdiözese München und Freising im Auftrag der Katholischen Bundesarbeitsgemeinschaft für Ehe-, Familien- und Lebensberatung, Telefonseelsorge und Offene Tür e.V., Bonn (Kath BAG) durchgeführt[5].

Das Weiterbildungskonzept entspricht der „Rahmenordnung für die Aufgaben, Tätigkeiten und Qualifizierung des Ehe-, Familien- und Lebensberaters" des Deutschen Arbeitskreises für Jugend-, Ehe- und Familienberatung (DAKJEF; Version vom 25.11.1987) sowie der „Ordnung der Katholischen Bundesarbeitsgemeinschaft für Ehe-, Familien- und Lebensberatung, Telefonseelsorge und Offene Tür e. V. für die Weiterbildung zum Ehe-, Familien- und Lebensberater" vom 27.08.2007.

Insgesamt befinden sich 17 Teilnehmer:innen aus 6 bayerischen (Erz-)Diözesen im „klassischen" Weiterbildungskurs. An dem Ergänzungsqualifikationskurs nehmen 16 Berater:innen aus 6 bayerischen (Erz-)Diözesen sowie der Erzdiözese Köln teil.

Des Weiteren ist der Fachbereich QQ seit September 2023 auch wieder im Fachausschuss Weiterbildung der KBK EFL (Katholische Bundeskonferenz Ehe-, Familien- und Lebensberatung) vertreten. Der Fachausschuss beschäftigte sich 2023 vor allem mit Themen rund um die Äquivalenzverfahren zur Erlangung des Zertifikats zum/zur Ehe-, Familien- und Lebensberater:in sowie einer geplanten neuen EFL-Qualifikationsordnung, die für alle Kursformate der Weiterbildung (Masterstudiengang, in sich geschlossene Weiterbildung in fester Gruppe, modulares Kurssystem) sowie für die Äquivalenzverfahren anwendbar ist.

Dr. Mirjam Lorenz

5 Kursleitung: Dr. Franz Thurmaier; Organisatorische Aufgaben und Betreuung der Teilnehmer:innen und Mentor:innen: Verwaltung der EFL München und Freising.

Überblick über alle Fortbildungsveranstaltungen des Jahres 2022

24. - 25.01.2023
Mentalisieren in der Paarberatung
Dr. Peter Rottländer
Di. 10:00 – 18:00 Uhr und Mi. 9:00 – 17:00 Uhr

01.03.2023
Online-Format
Psychiatrisches Kolloquium
Themenschwerpunkt: Abhängigkeitserkrankungen:
Alkohol, Cannabis, Nikotin
Dr. Susanne Mühlhoff
Mi. 14:00 – 16:30 Uhr - online

23. - 24.03.2023
„Sexualität beginnt im Tanz zwischen Eltern und Kind" –
der Attunement-fokussierte Ansatz in der Paar- und Sexualtherapie
Dr. Marianne Eberhard-Kaechele und Dr. Ruth Gnirss-Bormet
Do. 9:30 – 18:00 Uhr und Fr. 9:00 – 16:30 Uhr

14. - 16.06.2023
Wanderexerzitien für EheberaterInnen
„Für wen gehst du?" - Pilgerwege am Starnberger See
Dr. Gabriela Grunden und Team
Mi. 14:00 Uhr – Fr. 14:00 Uhr
Communität IHS in Münsing-Ambach

05. - 06.07.2023
Schwierige Situationen in der Paarberatung
Berit Brockhausen
Mi. 10:00 – 18:00 Uhr und Do. 9:30 – 17:30 Uhr

10.10.2023
Psychiatrisches Kolloquium
Themenschwerpunkt: Long Covid
Dr. Susanne Mühlhoff
Di. 9:30 – 12:00 Uhr

23. - 24.10.2023
Krankheitsbedingt
Ausgefallen
Männer und das Land der (un)heimlichen Gefühle
Beratung mit Männern
Björn Süfke
Mo. 14.00 – 18.00 Uhr und Di. 9:00 – 16.00 Uhr

28.10.2023
Online-Format
Thematischer Input für die Onlineberatung
Schwierige Anfragen und Krisen in der Onlineberatung
Annagreta König-Danousko
Sa. 14:00 – 17:00 Uhr - online

14.11.2023
JAHRESTAGUNG
„Liebe wie sie dir (oder mir) gefällt" Die Vielfalt der Liebes- und
Lebensmodelle in der (Beziehungs-)Beratung
Prof. Dr. Agostino Mazziotta
Di. 9:30 – 16:45 Uhr

21.11.2023
Online-Format
Thematischer Input für die Onlineberatung
Trauma humanistisch beantworten – Ein Konzept für
die schriftbasierte Onlineberatung
Gerhard Hintenberger
Di. 13:00 – 15:30 Uhr - online

Jahrestagung der Ehe-, Familien- und Lebensberatung am 14.11.2023

Um den vielfältigen Anforderungen der Ehe-, Familien- und Lebensberatung gerecht werden zu können, ist eine hoch qualifizierte und am praktischen Bedarf orientierte Beratung erforderlich. Einen wichtigen Beitrag zur kontinuierlichen Qualitätssicherung innerhalb der EFL leistet in diesem Zusammenhang das abwechslungsreiche Fortbildungsangebot. Hier können Beratende ihr Wissen und ihre praktischen bzw. methodischen Kompetenzen zu Gunsten der Ratsuchenden vertiefen und erweitern. Die Auswahl des Angebots findet unter Berücksichtigung des am Institut für Kommunikationstherapie e.V. entwickelten integrativen Ansatzes statt, welcher die bekannten Schulen der Psychotherapie sinnvoll miteinander verbindet und so die tiefenpsychologische, verhaltenstherapeutische und systemische Methodenkompetenzen in der EFL fördert.

Ein fester Bestandteil dieses wertvollen Angebotes ist die jährlich stattfindende interdisziplinäre Tagung. Das Arbeitsthema des Fachtags wird durch Rückmeldungen aus dem Kollegium angeregt, im Fortbildungsausschuss diskutiert und festgelegt. Die Beiträge aus verschiedenen Schulrichtungen der Psychologie werden je nach Bedarf durch „fachfremde" Anregungen und Sichtweisen ergänzt. Im Vordergrund steht stets der Bezug zum Beratungsalltag und somit die Vermittlung praktischer Erfahrungen und Methoden.

Zur Jahrestagung sind alle Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter der Eheberatung sowie der Münchner Insel, der Telefonseelsorge und der bäuerlichen Familienberatung eingeladen. Die Tagung dient damit nicht nur einer Erweiterung des Wissens und Könnens, sondern bietet auch Raum für den lebendigen Austausch und fördert kollegiale Kontakte und Zusammenarbeit innerhalb der Hauptabteilung Beratung bzw. den Beratungseinrichtungen in direkter Trägerschaft der Erzdiözese.

„Mein Mann möchte eine offene Beziehung! Was nun?"

„Ich habe mich in meine beste Freundin verliebt! Bin ich hetero, lesbisch oder bi?"

„Ich glaube mein Partner ist schwul. Kann ich denn noch mit ihm zusammen sein?"

„Ich fühle mich im falschen Körper geboren. Was tun und wie erkläre ich das meinem Mann?"

Beratungsanliegen wie diese verdeutlichen beispielhaft die Vielgestaltigkeit heutiger Liebes- und Lebensmodelle bzw. die Vielfalt der geschlechtlichen, sexuellen und amourösen Identitäten. Wir Beratende sind direkt am Puls solcher gesellschaftlichen Entwicklungen und vor diesem Hintergrund zu einer bejahenden und offenen Haltung im Hinblick auf Diversität eingeladen. Doch reicht meine Akzeptanz von Vielfalt aus, um gut beraten zu können? Oder benötige ich vielleicht doch noch vertiefte Kenntnisse zu bestimmten Themen?

Bei der Jahrestagung drehte sich 2023 alles um das Arbeitsthema Diversität. Unter dem Titel „Liebe wie sie dir (oder mir) gefällt" wurde die Vielfalt der Liebes- und Lebensmodelle in der (Beziehungs-)Beratung näher beleuchtet. Mit Impulsvorträgen, Übungen sowie Anleitungen für die Beratungspraxis führte uns Herr Prof. Dr. Agostino Mazziotta – Inhaber der Professur für Diversität und Community Work Münster – durch einen hochinteressanten, abwechslungsreichen und kurzweiligen Fachtag. Man spürte, dass der ehemalige Mitarbeiter einer EFL-Beratungsstelle weiß, wovon er spricht. Mit seiner sympathischen und authentischen Art teilte er theoretisches Wissen mit uns, ließ uns an seinem praktischen Erfahrungsschatz teilhaben und motivierte zur Selbstreflexion.

Einstellungen gegenüber Geschlecht und Sexualität sind im Wandel, und immer mehr Menschen suchen aktiv nach Wegen, um ihre geschlechtlichen und sexuellen Identitäten sowie ihre Beziehungen im Einklang mit ihren individuellen Bedürfnissen zu gestalten. Erfolgreiche Hilfsangebote müssen sich direkt am praktischen Bedarf orientieren und sich diesem Wandel anpassen. Damit einhergehend stellt sich die Frage, inwieweit EFL-Beratungsstellen vorbereitet sind, Menschen angesichts der geschlechtlichen, sexuellen und amourösen Vielfalt zu beraten und zu begleiten?

In einem ersten Impulsreferat führte uns der Referent durch einen Dschungel von Begrifflichkeiten. Spätestens hier wurde die enorme Vielschichtigkeit des Themas deutlich. Neben den verschiedenen Geschlechtsdimensionen – darunter Geschlechtsidentität, Geschlechtsausdruck, biologisches Geschlecht und Begehren – wurden Facetten sexueller Orientierung und die Idee sexueller Fluidität näher beleuchtet. Ergänzend informierte der Vortrag über Bedeutungen gesellschaftlicher Normen wie Heteronormativität und nahm Herausforderungen von queeren Jugendlichen und Erwachsenen näher in den Fokus.

Damit wir unsere Klienten und Klientinnen darin unterstützen können, ein Leben in Selbstachtung, Selbstbestimmung und Selbstverantwortung zu führen, ist es wichtig, sich den eigenen Werten und Überzeugungen in Bezug auf Sexualität und Partnerschaft bewusst zu sein und gleichzeitig aufgeschlossen und informiert zu agieren. Vor diesem Hintergrund wurde die erste Einheit mit einer Einladung zum kollegialen Austausch beendet. Reflektiert werden sollte die eigene „Reise" im Hinblick auf die Geschlechtsidentität und sexuellen Orientierung. Was war prägend, was hat gutgetan, was nicht? War die eigene Entwicklung geradlinig oder gab es unterschiedliche Phasen oder Wendepunkte? Damit zusammenhängend ging es abschließend um die Frage, ob bzw. wie diese Erfahrungen die berufliche Rollenausübung beeinflussen.

Im zweiten Impulsreferat thematisierte der Referent den Wandel von Partnerschaften und Familienstrukturen und gab einen Überblick über unterschiedliche Liebes- und Lebensmodelle. Im Fokus standen gemischtorientierte und polyamore / offene Beziehungen. Diese werden im Wissen und Einvernehmen aller Beteiligten realisiert. Hiervon abzugrenzen sind „Affären" bzw. heimliche Außenbeziehungen, also nicht-einvernehmliche (nicht-monogame) Beziehungen mit denen wir es sicherlich häufiger in der Beratung zu tun haben. Polyamorie als Beitragsthema zu fokussieren hatte daher bereits bei den Planungen für Rückfragen im Fortbildungsausschuss gesorgt. In Rücksprache mit dem Referenten wurde der Beitrag dennoch beibehalten, da man anhand dieser Beziehungsform viele aktuelle innerpsychische und Paardynamiken verdeutlichen könne. Die bereits während des Vortrages entstandene rege Diskussion mit zahlreichen persönlichen Rückmeldungen und Wahrnehmungen bestätigten letztendlich die Brisanz dieses Themas. Neben allgemeinen Informationen über polyamore, also einvernehmlich nicht monogame Beziehungen, wurde auch Fragen nachgegangen, wieso sich Menschen dafür entscheiden, wie häufig solche Beziehungen vorkommen und ob es Unterschiede in der Partnerschaftszufriedenheit gibt. Im Anschluss wurde zu einer weiteren Reflexionsübung eingeladen. Es sollten die eigenen Ansichten zu monogamen und nicht-monogamen Beziehungen betrachtet, die eigene Haltung zu (Nicht)Monogamie und der Umgang damit im beruflichen Alltag diskutiert werden.

Gänzlich dem beruflichen Kontext widmete sich schließlich der dritte und letzte Beitrag. Auf der Grundlage der aktuellen Forschung und klinischen Praxis wurden konkrete Anregungen für eine affirmative Beratung angesichts der geschlechtlichen, sexuellen und amourösen Vielfalt gegeben. Zunächst wurden Therapieerfahrungen von Menschen, die einer sexuellen oder amourösen Minderheit angehören berichtet und der Frage nachgegangen, welche Verhaltensweisen und welche Eigenschaften von Therapeutinnen oder Therapeuten als besonders schlecht oder schädlich (z.B. Ignoranz bzgl. queerer Themen) bzw. besonders gut oder hilfreich (z.B. Offenheit und Interesse) erlebt werden.

Abschließend wurden zusammenfassend zahlreiche Empfehlungen für eine affirmative Beratung vorgestellt und jeweils kurz näher ausgeführt. In diesem Zusammenhang wurde erneut deutlich, wie wichtig es ist, sich den persönlichen Werten und Überzeugungen bezüglich queerer Lebensweisen bewusst zu sein, sich ausreichend zu informieren sowie eine bejahende, anerkennende, nicht-abwertende und unterstützende Haltung einzunehmen. Es ist sehr vielfaltig, wie Menschen heute ihre (Liebes) Beziehungen gestalten. Durch die explizite Auseinandersetzung mit dieser geschlechtlichen, sexuellen und amourösen Vielfalt sowie den vorherrschenden gesellschaftlichen Normvorstellungen kann die Beratungsarbeit aktiv dazu beitragen, dass Diversität deutlicher wahrgenommen und gelebt werden kann.

Dr. Sandra Hensel

Adressen der Beratungsstellen in der Erzdiözese München und Freising

ZENTRALE

Ehe-, Familien- und Lebensberatung der Erzdiözese München und Freising
Rückertstraße 9
80336 München
Telefon: 0 89 / 54 43 11 - 0
E-Mail: info@eheberatung-oberbayern.de

Unsere Beratungsstellen in der Region München:

MÜNCHEN MITTE

Rückertstraße 9
80336 München
Telefon: 0 89 / 54 43 11 - 0
Mo bis Do: 8.30 – 12.00, 13.30 – 16.30 Uhr;
Fr: 8.30 – 13.00 Uhr
E-Mail: muenchen@eheberatung-oberbayern.de

MÜNCHEN NORD / SCHWABING

Franz-Joseph-Straße 35
80801 München
Telefon: 0 89 / 59 27 84
Mo: 13.00 – 14.00 Uhr; Di: 11.00 – 12.00 Uhr;
Mi und Fr: 14.00 – 15.00 Uhr; Do: 9.30 – 10.30 Uhr
E-Mail: schwabing@eheberatung-oberbayern.de

MÜNCHEN SÜD / HARLACHING

Lorenzonistraße 58
81545 München
Telefon: 0 89 / 6 42 25 03
Mo bis Fr: 12.00 – 13.00 Uhr
E-Mail: harlaching@eheberatung-oberbayern.de

MÜNCHEN / ISARTOR

Steinsdorfstraße 19
80538 München
Telefon: 0 89 / 21 02 08 88
Mo bis Fr: 12.00 – 13.00 Uhr
E-Mail: isartor@eheberatung-oberbayern.de

OBERSCHLEISSHEIM

Hofkurat-Diehl-Straße 5
85764 Oberschleißheim
Telefon: 0 89 / 31 56 29 63
E-Mail:
oberschleissheim@eheberatung-oberbayern.de

Unsere Beratungsstellen in den Landkreisen:

BAD TÖLZ – WOLFRATSHAUSEN / GERETSRIED

Egerlandstraße 76
82538 Geretsried
Telefon: 0 81 71 / 1 67 16
E-Mail: geretsried@eheberatung-oberbayern.de

BERCHTESGADENER LAND

Lindenstraße 6 (rechter Eingang, 2.Stock)
83395 Freilassing
Telefon: 0 86 54 / 49 43 14
E-Mail: bgl@eheberatung-oberbayern.de

Salzburger Straße 30
83435 Bad Reichenhall
Telefon: 0 86 54 / 49 43 14
E-Mail: bgl@eheberatung-oberbayern.de

DACHAU

Mittermayerstraße 13
85221 Dachau
Telefon: 0 81 31 / 5 54 86
E-Mail: dachau@eheberatung-oberbayern.de

EBERSBERG

Sieghartstraße 27
85560 Ebersberg
Telefon: 0 80 92 / 2 22 18
E-Mail: ebersberg@eheberatung-oberbayern.de

ERDING

Landgestütstraße 10
85435 Erding
Telefon: 0 81 22 / 9 37 64
E-Mail: erding@eheberatung-oberbayern.de

FREISING

Kesselschmiedstraße 10 / II
85354 Freising
Telefon: 0 81 61 / 33 66
E-Mail: freising@eheberatung-oberbayern.de

FÜRSTENFELDBRUCK

Dachauer Straße 8
82256 Fürstenfeldbruck
Telefon: 0 81 41 / 3 37 53
E-Mail:
fuerstenfeldbruck@eheberatung-oberbayern.de

MIESBACH

Franz- und Johann-Wallach-Straße 12
83714 Miesbach
Telefon: 0 80 25 / 28 06 40
E-Mail: miesbach@eheberatung-oberbayern.de

Marktplatz 20
83607 Holzkirchen
Telefon: 0 80 24 / 36 56
E-Mail: holzkirchen@eheberatung-oberbayern.de

MÜHLDORF

Stadtplatz 10
84453 Mühldorf
Telefon: 0 86 31 / 1 56 18
E-Mail: muehldorf@eheberatung-oberbayern.de

ROSENHEIM

Max-Josefs-Platz 23
83022 Rosenheim
Telefon: 0 80 31 / 38 18 50
E-Mail: rosenheim@eheberatung-oberbayern.de

Herrengasse 9
83512 Wasserburg
Telefon: 0 80 31 / 38 18 50
E-Mail: rosenheim@eheberatung-oberbayern.de

TRAUNSTEIN

Marienstraße 5
83278 Traunstein
Telefon: 08 61 / 61 16
E-Mail: traunstein@eheberatung-oberbayern.de

Impressum

Erzdiözese München und Freising (KdöR)
vertreten durch das Erzbischöfliche Ordinariat München
Generalvikar Christoph Klingan
Kapellenstraße 4, 80333 München

Verantwortlich für den Inhalt:
Ressort Caritas und Beratung, Hauptabteilung Beratung

Realisierung des Produkts mit der Stabsstelle Kommunikation, Visuelle Kommunikation
Bildnachweis: iStock.com (IakovKalinin, Martin Wahlborg, Borut Trdina, gyro, bgfoto, Smileus (2), GettyTim82, ASheiko, Gfed, swkunst, temmuzcan, Xurzon)
Gestaltung: Agentur2 GmbH; Druck: www.sasdruck.de
Papier: enviro®ahead, hergestellt aus 100 % Altpapier, FSC®-zertifiziert
Die Kompensation der CO_2-Emissionen erfolgt über Klimaschutzprojekte des kirchlichen Kompensationsfonds Klima-Kollekte gGmbH

UID-Nummer: DE811510756

www.erzbistum-muenchen.de/eheberatung-oberbayern

ERZDIÖZESE MÜNCHEN
UND FREISING

Bayerisches Staatsministerium für
Familie, Arbeit und Soziales