

Ehe-, Familien- und
Lebensberatung



Erzdiözese München und Freising

Bereich Qualifizierung

Familie Ehe
Partnerschaft

Fortbildungsprogramm 2025

Sexualität und Trauma

Traumatische Erfahrungen verletzen Seele und Körper. Vor allem sexuelle Gewalterfahrungen machen es Betroffenen oft schwer, Beziehung, Nähe und Sexualität unbelastet zu leben. Aber auch körperliche und emotionale Gewalt, andere Bindungstraumata, traumatische Geburten oder medizinische Eingriffe können Spuren in der Sexualität hinterlassen.

Traumafolgen wie Wiedererleben und Bedrohungsgefühle, aber auch Dissoziation, Erstarrung und Gefühllosigkeit machen Begegnungen zu schwer erträglichen Erfahrungen und bringen Betroffene erneut in Gefahr. Denn wenn sie nicht mehr im Hier und Jetzt sind, ihre Bedürfnisse und Grenzen nicht spüren, können sie in intimen Begegnungen nicht mitbestimmen oder erkennen, wann es gefährlich wird. Damit steigt ihr Risiko, Retraumatisierungen und erneute Übergriffe zu erleben – sei es in der eigenen Partnerschaft oder beim Dating in der digitalen Welt.

Viele Betroffene leiden auch, weil belastendes Wiedererleben sie daran hindert, sich in der Sexualität wohl-

zufühlen. Das bringt sie ebenso in Not wie ihre Partner:innen und führt dazu, dass sie Sex aus dem Weg gehen. Beziehungsprobleme, psychische Belastungen und Krisen, Reviktimisierungen, Partnerlosigkeit und unerfüllte Kinderwünsche sind mögliche Folgen.

Das Seminar dient der kompakten Einführung in die Thematik. Sie erfahren...

- welche Traumata sich auf die Sexualität auswirken,
- wie sexuelle Traumafolgen sich äußern,
- wie Sie Traumafolgen der Sexualität anamnestisch erfassen,
- wie Sie beurteilen, welche Unterstützung für Betroffene geeignet ist und
- wo Möglichkeiten und Grenzen Ihres eigenen Beratungssettings liegen.

Methodik: Theorie, Demonstration, Fallbeispiele, Transfer auf die Beratungspraxis, Selbsterfahrung

Referentin:

Dr. med. Melanie Büttner

ist Fachärztin für Psychosomatische Medizin und Psychotherapie, Sexualtherapeutin/-medizinerin (DGfS) und Traumatherapeutin. Sie leitet das Institut und die Praxis für Sexual-, Psycho- und Traumatherapie in München und arbeitet als freie Wissenschaftlerin. Davor hat sie 14 Jahre am Universitätsklinikum Rechts der Isar gelernt, gearbeitet und geforscht. Im ZEIT-ONLINE-Podcast „Ist das normal?“ teilt Melanie Büttner Wissen über Sexualität und Beziehungen. Literatur: „Sexualität und Trauma“, „Handbuch Häusliche Gewalt“. Weitere Informationen: www.melanie-buettner.de

Psychiatrisches Kolloquium

(nur für Berater:innen der EFL München und Freising)

Um allen Kolleg:innen die Möglichkeit zu bieten, ihre Kenntnisse wichtiger psychiatrischer Themen aufzufrischen und zu vertiefen, werden aktuelle Informationen zum jeweils angekündigten Thema referiert. Zielsetzung ist dabei, die medizinische Sicht einer:eines Fachärztin:Facharztes für Psychiatrie zum jeweiligen Thema kennenzulernen, sowohl bezüglich des psychiatrischen Hintergrundwissens als auch der konkreten

Arbeitsweise der:des Psychiaterin:Psychiaters. Außerdem soll das Psychiatrische Kolloquium dazu dienen, die Schnittstellen zwischen Psychiater:in und EFL zu klären.

Das Einbringen von Fällen psychisch auffälliger Klient:innen – auch themenunabhängig – ist ausdrücklich erwünscht.

Referentin: Dr. Susanne Mühlhoff

Thema im Frühjahr: AD(H)S im Erwachsenenalter – Hype oder behandlungsbedürftiges Syndrom

Thema im Herbst: Alter – Depression, Paranoia, Demenz und Lebensende

Lügen, Gaslighting und andere Grausamkeiten. Was Beziehungen toxisch macht

Der Begriff „toxische Beziehung“ wird in den Medien gerne und zuweilen inflationär verwendet. Auch wenn gegenüber dem nicht eindeutig definierten Begriffspaar eine gewisse Vorsicht berechtigt ist, wollen wir in dem Seminar wesentliche Aspekte toxischer – sprich: stark dysfunktionaler – Beziehungen erkunden, die für die einzel- und paartherapeutische Arbeit hilfreich sein können.

Neben dem Versuch einer Begriffsdefinition erarbeiten wir Kriterien, normale und angemessene Beziehungskonflikte von destruktiven – „toxischen“ – zu unterscheiden. Das in unserer Kultur vorherrschende romantische Beziehungsideal erschwert es dabei, die Dysfunktionalität einer Liebesbeziehung deutlich zu erkennen. Anhand von Film- und Praxisbeispielen mit dysfunktionalen und traumatisierenden Eltern-Kind-Interaktionen werden wir uns mit den psychologischen Voraussetzungen beschäftigen, die Menschen zu toxischen Beziehungen neigen lassen.

Essenziell für die Arbeit mit toxischen Beziehungen ist das Erkennen von und die Arbeit mit Realitätskonstruktionen und Formen der Realitätsverdrehung, der Lüge. Unter Einbeziehung von therapeutischem Wissen sowie der Theory of Mind werden Vorgehensweisen gezeigt, die im Paar- wie auch im Einzelsetting Klient:innen befähigen, schädigende Beziehungskonstellationen klarer zu erkennen und wirksamer darauf zu reagieren. Die Erkenntnisse der Theory of Mind sind hierbei ein zentrales Werkzeug, sowohl in der Arbeit mit schwierigen Paaren als auch in der Bearbeitung interpersoneller Traumatisierungen (vgl. „traumatisches Mindmapping“ nach David Schnarch). Das Seminar führt in dieses Konzept ein und bietet die Möglichkeit, in Rollenspielen eigene Erfahrungen für die klinische Praxis zu sammeln.

Referent:

Marc Rackelmann

Jg. 1964, Dipl.-Pol., HP Psychotherapie, ECP. Arbeitet in eigener Praxis für Körperpsycho- und Paartherapie in Berlin. Ausbilder und Supervisor für Körperpsychotherapie und Paartherapie, Autor von Fachartikeln und von „Make Love – das Männerbuch“, 2. Vorsitzender der Deutschen Gesellschaft für Körperpsychotherapie (DGK), Mitglied des Vorstands der European Association for Body Psychotherapy (EABP).

Spiritualität als Ressource in Beratung und Paarberatung

Im Kontext von Resilienzforschung, neurobiologischer Forschung und Positiver Psychologie rückte in den letzten Jahren die Ressource „Spiritualität“ wieder mehr in den Blick. Spiritualität wird hier verstanden als existenzielle Erfahrung von dem, was uns wirklich angeht und was die Verbundenheit mit uns selbst, den anderen und der Welt vertiefen und erweitern kann.

Klient:innen und Paare dazu einzuladen, ihre spirituellen Ressourcen im Beratungsprozess zu erforschen und weiterzuentwickeln, kann einen großen Unterschied machen, das wissen viele erfahrene Praktiker:innen. Schon C.G. Jung schrieb in seinen Erinnerungen: „Die entscheidende Frage für Menschen ist: Bist Du auf Unendliches bezogen oder nicht?“

Lohnende Themen in diesem Kontext sind:

- Unterscheidung von Religion und Spiritualität
- Wesentliche Aspekte von Spiritualität
- Unterscheidung von befreiender und einengender Religion
- Bedeutung und Wirkung der eigenen Biografie erforschen

- Spirituelle Aspekte in Lebensthemen entdecken
- Erforschung spiritueller Grundbedürfnisse (z.B. das Bedürfnis nach Sinn)
- Zugang zu eigenen spirituellen Quellen ermöglichen
- Interventionen zur Aktivierung spiritueller Ressourcen:
 - Imagination heilsamer Bilder und Geschichten
 - Aufstellung von „Selbst“ und „Seele“ als inneren spirituellen Räumen
 - Den gemeinsamen spirituellen Raum als bedeutungsvolles „Drittes“ in der Paarbeziehung gestalten
- Persönlicher Zugang der Berater:innen zum Thema Spiritualität
- Die beraterische Beziehung: Ermöglichung und Grenzen

In Inputs, Selbsterfahrungselementen, Übungen und Supervisionen lernen wir gemeinsam: für uns selbst und für unsere Arbeit als Paar-/Berater:innen. Bitte bringen Sie eigene Themen und Fälle mit, die sie zu dem Thema erforschen möchten.

Referentin:

Marianne Walzer

Dipl.-Päd., Studium von Theologie und Deutsch/Lehramt, Transaktionsanalytikerin (DGTA), Systemische Supervisorin Praxis für Psychotherapie, Paartherapie und Supervision in Wilhelmsdorf/Ravensburg, Lehrtherapeutin für Systemisch-Integrative Paartherapie (HJI), Leiterin des Hans Jellouschek Instituts Tübingen-Ravensburg (HJI)

Exerzitien für Eheberater:innen

„Der Weg zur Mitte oder die Seele laufen lassen“

(nur für Berater:innen der EFL München-Freising)

Die Mitte übt eine große Faszination aus: Sie ist ein Sehnsuchtsort. Ein Symbol für das Leben, das Labyrinth, trägt diese Thematik in sich. Wo stehe ich gerade, wo geht es für mich hin? Bin ich hier richtig? Bin ich falsch abgebogen? Wie komme ich in die Mitte? So fragen wir uns, auf unserem eigenen Weg und in den Beziehungen, in denen wir leben. „Bleibe nicht stehen“ ist die Antwort des Labyrinths. Seine Botschaft: Es gibt nur einen Weg in die Mitte, Deinen! Umwege und Wendungen gehören zum Leben.

Mit Hilfe des Labyrinths erkunden wir mit unseren Füßen und Händen, mit unserem ganzen Sein, den Weg in die geheimnisvolle Mitte, zu unserem Ziel (welches

auch immer wir gerade ansteuern), zu unserer Vision. „Binde dein Herz an die Mitte, dann wird dir der Weg nicht zu weit“. Uns begleitet das Thema Wandlung und Geburt. Auch der Rückweg ist eine Erfahrung wert, er wird der Weg der Liebe genannt. Und wir dürfen gespannt sein, wo sich auf unseren Wegen Himmel und Erde verbinden.

Neben der Einführung ins Labyrinth (Mythos und christliche Deutung) und den gemeinsamen Begehungen werden wir Zeiten der Selbstreflexion und des Austausches haben. Wir lassen uns durch meditative Texte und Labyrinthworte leiten und hören auf heilsame Klänge.

Referentin:

Christine Wackerbarth

Pfarrerin, Klinikseelsorgerin, Geistliche Begleiterin. Ausbildungen: Klinische Seelsorge (KSA), Vergebungsarbeit nach Konrad Stauss, Schuldkompetenz nach Konrad Stauss, Christozentrisches Familienstellen. Seit 2008 Klinikseelsorgerin in 6 Kliniken (vorwiegend Psychosomatik). Seit 20 Jahren Erfahrung in der Labyrintharbeit.

JAHRESTAGUNG

der Mitarbeiter:innen der Ehe-, Familien- und Lebensberatung
der Erzdiözese München und Freising

Beratung in unsicheren Zeiten –
Was stärkt und trägt mich als
Mensch und Berater:in?

Ich fühle, also bin ich

Wie für Gourmetköche das Abschmecken der feinsten Speisen mit den erlesensten Gewürzen ist auch für Therapeut:innen der Umgang mit dem feinen Spiel der Emotionen in der Kommunikation mit den Klient:innen eine zentrale Herausforderung. Emotionen spielen für Joining und Pacing, aber auch für das Verständnis psychischer und paardynamischer Konflikte und den therapeutischen Umgang damit, eine entscheidende Rolle. Der Workshop möchte nach kurzer theoretischer Einordnung zeigen, wie emotionsbasierte Verfahren psychische und kommunikative Prozesse anregen, die nicht nur kognitiv, sondern auch für das implizite Erleben einen bedeutsamen Unterschied machen.

Wie erzeugen zumeist negative Bewertungen der basalen Emotionen und die daraus folgenden Lösungsversuche jene Teufelskreise, die in der Diagnose psychischer Störungen oder maligner Paarkonflikte münden? Wie können unangenehme Gefühle wie Angst, Wut, Verletzlichkeit, Scham und Trauer als wichtige

Ressourcen und Auftragswegweiser für nachhaltige Veränderungsprozesse betrachtet und für eine bessere Emotionsregulation der Klient:innen genutzt werden? Mit welchen effizienten Methoden kann den automatisiert ablaufenden Denk- und Fühlmustern entgegengewirkt werden, um auch bei schwierigen Konflikten eine neue Dynamik und nachhaltige Transformation anzuregen.

Es wird demonstriert, wie Fühlen und Denken sich sowohl störungsspezifisch zirkulär und selbstrekursiv hochschaukeln können als auch Grundpfeiler unserer Psyche für nachhaltige Veränderung darstellen. Der Workshop integriert emotionsfokussierte, schematherapeutische und mitgefühlsorientierte Methoden mit systemischen, hypnotherapeutischen und lösungsorientierten Ansätzen.

Vorgehen: Mix aus theoretischen Inputs, Demonstrationen, (Klein)Gruppenarbeit, Austausch.

Referent:

Dr. Michael Raisch

Soziologe und psychologischer Psychotherapeut, Praxis als systemischer und Verhaltenstherapeut; Lehrtherapeut (SG), Supervisor, Trainer, Dozent in systemischen Psychotherapieausbildungen. Schwerpunkt seiner Arbeit ist die Verbindung systemisch-konstruktivistischer Theorie und Praxis mit erlebnisorientierten und emotionsaktivierenden Verfahren. Literatur: „Emotionen als transformative Kraft“ in Systema 37. Jg 2023, „Emotionen in der systemischen Therapie. Grundlagen und Methoden einer integrativen Praxis“, Vandenhoeck & Ruprecht, 2022

KOMKOM (KOMmunikationsKOMpetenz – Training in der Paarberatung)

Das Paarkommunikationstraining KOMKOM (Engl & Thurmaier, 2003) ist eine Ergänzung und Bereicherung der Angebote in der Paarberatung. KOMKOM kann mit Einzelpaaren oder Gruppen durchgeführt werden und ist für Paare gedacht, die über Kommunikationsstörungen berichten. Das Angebot ist wissenschaftlich evaluiert und baut auf anderen Programmen wie EPL (Ein partnerschaftliches Lernprogramm) und KEK (Konstruktive Ehe und Kommunikation – Ein Kurs zur Weiterentwicklung von Partnerschaft) auf. Bei den Teilnehmer:innen zeigten sich in einer Begleitstudie hochsignifikante Verbesserungen der Kommunikationsqualität, der Ehezufriedenheit und des Allgemeinbefindens sowie eine Reduktion der Problembelastung. Die ermittelten Effektstärken sind höher als die Vergleichswerte der bislang in Deutschland vorliegenden Studien aus dem Paarberatungsbereich (Engl & Thurmaier, 2005).

Die Fortbildung findet in zwei Blöcken jeweils von Mittwochnachmittag bis Freitagnachmittag statt. Durch eine Begrenzung auf maximal 12 Teilnehmer:innen können in der Fortbildung in intensiven Kleingruppenarbeiten die Bestandteile des Programms vertieft eingeübt werden: Auf der Grundlage förderlicher Kommunikationsregeln gehen die Teilnehmer:innen in der Rolle der:des Trainerin:Trainers ausschließlich auf die Form (nicht auf den Inhalt) des Paargesprächs ein, indem sie die gelungene Anwendung eben dieser Regeln verstärken, Verletzungen sofort korrigieren und alternativ dazu ein konstruktives Gesprächsverhalten vorschlagen. Hierzu werden die entsprechenden

Interventionen vermittelt und in Kleingruppen unter Anleitung im Rollenspiel geübt.

Lernziel ist, dass die Teilnehmer:innen nicht nur unterschiedlichste Kommunikationsfehler wie z.B. verletzende Andeutungen, Scheinvorschläge, Schuldzuschreibungen rasch erkennen, sondern auch den Paaren Alternativen schlüssig vermitteln und eine unmittelbare Gesprächsbegleitung in der Rolle der Trainer:in übernehmen können.

Ergänzend zu den genannten Fertigkeiten der Gesprächsbegleitung wird anhand des Ablaufs der einzelnen Einheiten geübt, wie diese einer Paargruppe am besten präsentiert werden. Für die Durchführung von KOMKOM wurde ein Manual erstellt (Engl & Thurmaier, 2003). Die Kursleiter:innen finden darin neben dem theoretischen Hintergrund vor allem eine detaillierte Anleitung für alle 8 Einheiten.

Bei Berater:innen der EFL M-F wird die Teilnahme an der Fortbildung nicht auf die Fortbildungstage angerechnet.

Literatur: Engl, J. & Thurmaier, F. (2003). KOMKOM – Kommunikationskompetenz – Training in der Paarberatung. Handbuch für ausgebildete Kursleiter. München: Institut für Forschung und Ausbildung in Kommunikationstherapie. Engl, J. & Thurmaier, F. (2016). KOMKOM – ein hochwirksames Kommunikationstraining in der Eheberatung. Erfahrungen 10 Jahre nach Einführung von KOMKOM. Beratung Aktuell, 1: 39-53.

Referent:

N.N.

„What is love – Paarbeziehung im 21. Jahrhundert“

jährliche Fortbildung des Bundesverbandes Katholischer
Ehe-, Familien- und Lebensberaterinnen und -berater e.V.

08. – 10.05.2025

Ringberghotel Suhl/Thüringen

„Nur noch Stress? – Raus aus der Familien-Burnout-Falle!“

Referentin Eva Tillmetz

Jahresfortbildung des LandesArbeitsKreises für EPFLB

21.11.2025

Nürnberg, St. Lorenz

Impressum

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

Verantwortlich für den Inhalt:

Ehe-, Familien- und Lebensberatung der Erzdiözese München
und Freising, Bereich Qualitätssicherung und Qualifizierung
Rückertstr. 9, 80336 München

Tel.: 0 89 / 54 43 11 - 0, E-Mail: qualifizierung@eheberatung-oberbayern.de

Fortbildungsausschuss: Margret Schlierf Dipl.-Psych., Prof. Dr. Ursula Buchner Dipl.-Psych.,
Claudia Büttner Päd. M.A., Katrin Czwienczek Dipl. Soz. Päd., Dr. Sandra Hensel Dipl.-Psych.,
Michaela Lochschmidt 1. u. 2. Staatsexamen f. d. Lehramt an Gymnasien,
Dr. Mirjam Lorenz Dipl.-Psych., Monika Schmelzer Dipl.-Psych. .

Realisierung des Produkts mit der Stabsstelle Kommunikation, Visuelle Kommunikation

Bildnachweis: iStock.com (IakovKalinin, Smileus)

Stand: Oktober 2024; UID-Nummer: DE811510756

www.erzbistum-muenchen.de/eheberatung-oberbayern



**ERZDIÖZESE MÜNCHEN
UND FREISING**