

# JAHRESBERICHT 2013



„Begegnung“, Marti Faber

*Zeit zum Reden*

**katholische ehe - familien-  
lebensberatung euskirchen**

## Rückblick

In den letzten 20 Jahren hat sich unsere Gesellschaft gewandelt und damit auch das Zusammenleben der Menschen in Familie und Partnerschaft. In der Folge hat sich Beratungsarbeit vor allem in unserem stärksten Tätigkeitsfeld, in der Paarberatung, verändert. Die Themen der Klienten sind vielschichtiger, oft auch drängender in der Suche nach schnellen Lösungen. Berufstätigkeit beider Partner, veränderte Rollenaufteilung, Zeitdruck, zunehmende Belastung am Arbeitsplatz, finanzielle Engpässe, komplizierte Familiensituationen nach Trennung sind nur einige wenige Stichworte hierzu.

Im nachfolgenden Text finden Sie das Beispiel für eine der größten Veränderungen der letzten Jahre. Die Nutzung von Internet, sozialen Netzwerken, Foren, Partnerschaftsbörsen, Sex-Plattformen gehört zum Alltag. Es scheint alles anders - und dennoch sind die dahinterliegenden Themen gleich geblieben: der Wunsch nach Kontakt, Verbindlichkeit, Vertrauen, auch Treue, ist nach wie vor vorhanden. Es bieten sich lediglich scheinbar andere Wege, die erlebte Enttäuschung in der eigenen Beziehung auf neue und schnelle Weise zu kompensieren.

Für uns als Berater/innen wird es immer mehr zu einer Herausforderung, die Klienten zu dem längeren, oft auch mühsameren Weg der Veränderung in der gelebten Partnerschaft zu motivieren. Aber es gibt auch viele positive Entwicklungen wie z.B. die gestiegene Offenheit, mit der sich Klienten oft unangenehmen, sehr intimen Themen stellen, vor allem aber eine deutlich gestiegene Bereitschaft von Männern, sich auf eine Beratung einzulassen oder sie selbst zu initiieren.

Ursula Wiederspahn

## (Un)erfüllte Sehnsucht

### Sexualität als Thema in der Ehe-, Familien- und Lebensberatung

Ein rasanter Umbruch vollzieht sich seit 50 Jahren in Familien, Liebesbeziehungen, dem Verhältnis der Geschlechter, der Sexualität und der Moral. Die Freisetzung der Sexualität aus traditionellen Verböten, Ordnungen und Institutionen einerseits und die Auflösung männlicher Privilegien, männlicher Definitionsmacht im Sexuellen sowie die Erosion traditioneller Geschlechtsrollen andererseits verändern unseren Umgang mit der Sexualität grundlegend.

Das Heiratsalter hat sich um fünf Jahre erhöht. Beziehung und Familie wird weniger über die Institution Ehe definiert und legitimiert. Dabei ist der Wunsch nach dauerhafter Beziehung nach wie vor weit verbreitet. Es ist aber nicht der Wunsch nach Dauer per se, sondern nach Dauer bei hoher emotionaler Qualität.

Die meisten Menschen erinnern sich an Zeiten in ihrem Leben, in denen eine leuchtende, glänzende Erotik die ganze Welt zu durchfluten schien, heftige Gefühlswallungen sie umtrieben, wenn bestimmte Menschen sie berührten und an eine schier unerträgliche Freude, geliebten Menschen in die Augen zu schauen. Nach Dr. David Schnarch, einem amerikanischen Sexualtherapeuten, schenkt dieses kribbelnde Versprechen des Erotischen „Lebenskraft und inneres freudiges Erwachen“.

Dabei gehören sexuelle Langeweile, geringes sexuelles Verlangen und fehlende Intimität zum Alltag und zu den großen Leidenthemen der Paare, die die Beratungsstellen aufsuchen. Die magnetische Kraft der Anziehung ist so schwach geworden, dass das Dahinschwinden der Erotik fast als normal betrachtet wird. Gesellschaftlich wird eine sprühende Sexualität sowieso eher den jungen Menschen „mit aufkeimenden Hormonen und dem Reiz des Neuen“ zugeschrieben. Dabei erreichen die wenigen Menschen, die ihr volles Potential an sexueller Intensität und tiefer Intimität ausschöpfen, diesen Zustand selten vor dem fünften bis sechsten Lebensjahrzehnt.

Nach Schnarch sind diejenigen, die den Verlust des früher gekannten vitalen Verbundenheitsgefühls in der Sexualität beklagen, sehr ambivalent. Sie sehnen sich danach und haben Angst davor. Unbewusst sind sie über die Intimität, Nähe und Erotik erschrocken. Daher führen viele Menschen ein langweiliges, monotones Liebesleben, weil intensive Sexualität, Intimität und ihre sich weiterentwickelnde Veränderung weitaus bedrohlicher und beängstigender sind als sie ertragen können. Sie erfordert mehr gereifte Autonomie und Ichstärke als sie aufbringen können. Intime Sexualität ist für die meisten Menschen eine erschreckende Selbstoffenbarung und eine äußerst mysteriöse Angelegenheit. Mittels Sexualität können sie der Angst, nicht geliebt zu werden und der Furcht davor, das von ihnen Geliebte zu verlieren, begegnen. Sie können das Grauen erleben, wenn sie alles in sich preisgeben, das verwundbar und hilflos, unangemessen und verkümmert, hässlich und hassenswert ist.

So entscheiden sie sich für die Sicherheit des Mittelmaßes und überlassen die Ekstase und Leidenschaft, das Streben nach Selbsttranszendenz in der

glückseligen Vereinigung mit dem anderen den Poeten, Künstlern und Romanciers. Daher ist es wesentlich leichter, genitale Dysfunktion zu heilen, als den Menschen zu helfen, dass sie der Entfaltung ihres vollen sexuellen Potentials nahe kommen.

Aus dieser Sichtweise ist es möglich, die enorme Zunahme von Internetpornographie nachzuvollziehen. Im digitalen Deutschland kommt im Stellenwert Pornographie kurz nach sozialen Netzwerken und Shoppen, aber noch vor Nachrichten, Zugfahren und Autos. Im Netz ist Sexualität individualisiert - der User kann alles selbst steuern. Vor allem Männer bekommen ein sexuelles Angebot - wann und wie sie es wollen. Per Mausclick können Alter, Ethnie, Hautfarbe, Stellungen, Praktiken selbst bestimmt werden. Der User behält die Kontrolle, muss nicht „hautnah“ auf eine andere Person eingehen. Der erotische Kick kommt visuell und wird durch die Selbstbefriedigung umgesetzt. In extremen Fällen wird aus der Lust Sucht. Besonders junge Männer entwickeln eine habituelle Impotenz, weil sie auf die natürlichen Reize einer Frau nicht mehr reagieren und den visuellen „ganz nah dran Blick“ brauchen.

Sexualität wird zum Konsumgut. Nach Philipp Wol-din, Frankfurter Allgemeine Sonntagszeitung vom 16.03.2014, sickert die Pornographie auch in normale Beziehungen ein. Tabea Freitag, die das Buch „Fit for Love“ geschrieben hat, glaubt, dass die Intimität zwischen den Paaren durch Pornographie, die heute überall verfügbar ist, vielfach zerstört wird. Etwas Vorgespieltes ist Vorbild - eigene Paardynamik ist visuell manipuliert und kann nicht kreativ frei entstehen. Harmloser Zeitvertreib oder überzüchteter Sex? Die Folgen dieses Massentrends werden erst in Jahren sichtbar sein. Klar ist nur - die Sexbilder liegen in vielen Beziehungen mit im Bett. Manche Paare bekommen Futter für ihre Lust, bei anderen schieben sich die Pornos wie Schablonen dazwischen.

Für den Fortbestand einer Paarbeziehung ist die „Neuentwicklung von verllorener erotischer Präsenz“ ein zentrales Feld. Ohne Perspektive drohen nach Prof. Ulrich Clement in der Zeitung Blickpunkt EFL- Beratung, Trennung, Außenbeziehung oder innere Kündigung.

### **Wer etwas lernen möchte, damit wieder Bewegung entsteht:**

- Jeder Mann / jede Frau haben ein eigenes sexuelles Profil. Erlebnisweisen, Vorlieben, Abneigungen sind unterschiedlich. Die sexuelle Differenz ist zu realisieren, sonst spielt sich das Paar auf den kleinsten gemeinsamen erotischen Nenner ein. Entwick-

lung in der Beziehung heißt auch Neues einzuführen.

- Sexuelle Selbstverwirklichung meint das Ausmaß, in dem das individuelle sexuelle Profil einer Person einem Partner gegenüber kommuniziert und nach der Einigung in die Handlung umgesetzt wird. Das ist durchaus mit emotionalen Risiken verbunden, da die Reaktion des Partners nicht immer vorhersehbar ist. Offener Austausch „ohne Rücksicht“ ist wichtig.

- Spontaner Sex ist erwiesenermaßen nicht besserer Sex. Zeitliche ritualisierte Zärtlichkeitszonen geben Klarheit und Sicherheit. Darüber hinaus sollte das Spontane nicht zu kurz kommen.

- Die Energie des Anfangs ist keine unerschöpfliche Ressource. Erotik braucht Pflege und Investition - den Kick setze „ich“ selbst immer wieder neu.

- Erotische Entwicklungen verlaufen asymmetrisch. Einer fängt an und das sollte „ich“ sein. Partner ändern sich nicht, weil sie wollen, sondern weil sie müssen.

- Guter Sex ist ohne mittelmäßigen Sex nicht möglich. Erotik lebt von der Variation. Die aufregenden sexuellen Erlebnisse sollten die weniger aufregenden ergänzen. Diese sollten auch bejaht und genossen werden.

**Je länger Partnerschaften dauern, desto mehr ist die Erotik eine Frage der Entscheidung und aktiven Gestaltung. Während beim jungen Sex die Lust am sexuellen Handeln vorausgeht, geht beim „reifen“ Sex die Entscheidung der Lust voraus. Die Schaffung einer erotischen Kultur, als singuläres Ereignis oder als etabliertes Element der partnerschaftlichen Nische, ist hier die lohnende Perspektive. Erotik lässt sich weder erzwingen noch herbeireden. Aber gerade in langjährigen Beziehungen braucht Erotik Einladungen.**

#### Literatur:

Ulrich Clement:  
Systemische Sexualtherapie  
Klett-Cotta, 2-2011

David Schnarch:  
Die Psychologie sexueller Leidenschaft,  
Piper 4-2014, 14. Auflage

Ursula Merzbach



## Angebot

Die Ehe-, Familien- und Lebensberatung (EFL) ist ein Fachdienst der Seelsorge des Erzbistums Köln.

Jeder Erwachsene kann zu uns kommen, unabhängig von Konfession, Nationalität und Alter.

Mit Einzel-, Paar- und Familiengesprächen bieten wir Unterstützung bei der Bewältigung von Partnerproblemen und anderen persönlichen Konflikten und Lebenskrisen.

Für Menschen, die nicht persönlich zu uns kommen können, besteht die Möglichkeit, unsere Onlineberatung in Anspruch zu nehmen: [www.onlineberatung-efl.de](http://www.onlineberatung-efl.de)

## Kosten

Unsere Hilfe ist kostenlos, aber nicht umsonst. Die Beratung ist ein Dienst der Katholischen Kirche und wird vom Erzbistum Köln finanziert.

Für Spenden sind wir dankbar:  
Konto 1043892  
IBAN DE56382501100001043892  
BIC WELADED1EUS  
Kreissparkasse Euskirchen

## Träger

Verband der katholischen Kirchengemeinden im Kreisdekanat Euskirchen

## Statistik 2013

### Klienten: 419

weiblich 244  
männlich 175

### Familienstand

ledig	71
verheiratet	309
geschieden	34
verwitwet	5

### Altersverteilung

unter 30	54
30 - 50	252
50 - 70	113

### Beratungsstunden: 1581

Einzelsitzungen	37 %
Paarsitzungen	62 %
Familien Sitzungen	1 %

## Zusätzliche Angebote

KEK: Konstruktive Ehe und Kommunikation

In Trägerschaft der Abteilung Ehe- und Familienpastoral im Erzbistum Köln wurde im Jahr 2013 das Kommunikationstraining für Paare „KEK“ in unserer Stelle angeboten.

Das Gesprächstraining soll neben der persönlichen Beratung ein kontinuierliches präventives Angebot sein für Paare, die sich nicht in einer akuten Krise befinden und ihre Gesprächskompetenz verbessern möchten.

Weitere Informationen unter

[www.epl-kek.de](http://www.epl-kek.de)

Termine 2014:  
21./22.03. und 04./05.04.;  
24./25.10. und 07./08.11.

### Fachlicher Austausch, Vernetzung, Zusammenarbeit

- Regelmäßige Supervision und Teamsitzungen
- Supervision und Team in der Onlineberatung
- Katholische Familienzentren: Euskirchen, Euskirchen-Erfmühlenbach, Bad Münster-eifel, Weilerswist, Zülpich
- Haus der Familie in Euskirchen
- Kath. Bildungswerk
- „Runder Tisch gegen häusliche Gewalt“ in Euskirchen
- Caritasverband im Kreis Euskirchen
- Psychosoziale Arbeitsgemeinschaft im Kreis Euskirchen
- Leiterkonferenz der Ehe-, Familien- und Lebensberatung im Erzbistum Köln
- Referat für Ehe- und Familienpastoral im Erzbistum Köln
- AG „Ehepastoral“ im Erzbistum Köln
- AG Partnerschaft Süd
- AK Familienzentren und EFL, Köln
- Regionalkonferenz, Kreisdekanat Euskirchen

## Team

Ursula Wiederspahn  
Dipl.-Psychologin,  
EFL-Beraterin, Stellenleiterin

Ursula Merzbach  
Sozialpädagogin grad.,  
EFL-Beraterin

Andreas Heek  
Dipl.-Theologe  
EFL-Berater in Weiterbildung

Christel Scheve  
Sekretärin

## Freie Mitarbeiterinnen

Elke Behrens-Bruckner  
Pädagogin,  
EFL-Beraterin

Doris Menkenhagen  
Dipl.-Sozialarbeiterin,  
EFL-Beraterin

Referent für Ehepastoral  
Norbert Koch

## Supervisoren

Axel Böhmer  
Dipl.-Psychologe,  
Psychoanalytiker

Friedrich Neitscher  
Facharzt für Psychiatrie,  
Psychosomatische Medizin  
und Psychotherapie

## Kontakt

Katholische Beratungsstelle für  
Ehe-, Familien- und Lebensfragen  
Neustraße 43  
53879 Euskirchen

02251 51070  
[info@efl-euskirchen.de](mailto:info@efl-euskirchen.de)  
[www.efl-euskirchen.de](http://www.efl-euskirchen.de)

## Dank

Das Team der EFL Euskirchen bedankt sich bei allen, die die Arbeit in vielfältiger Weise, u.a. durch Spenden, unterstützt haben.

## Zeit zum Reden



katholische  
ehe-familien-lebens-  
beratung euskirchen