

Kath. Ehe-, Familien- und Lebensberatung

in der Erzdiözese München und Freising



Belege für die Wirksamkeit von
Ehe-, Familien- und Lebensberatung



Belege für die Wirksamkeit von Ehe-, Familien- und Lebensberatung

Zusammenfassung

Einschätzungen der Wirksamkeit von psychologischer Beratung in den Ehe-, Familien- und Lebensberatungsstellen (EFLB) der Erzdiözese München und Freising können aus drei Quellen gewonnen werden. Zum einen werden die in der EFLB verwendeten Methoden seit langem auch in der kassenärztlichen Psychotherapie verwendet, wo ihre Wirksamkeit gut bis sehr gut belegt ist. Zum anderen wurde in zahlreichen methodisch einfachen, aber auch in einigen methodisch anspruchsvolleren Untersuchungen die Effektivität der psychologischen Beratung in EFLB-Stellen bundesweit belegt. Zuletzt haben drei eigene Untersuchungen an den katholischen EFLB-Stellen in der Erzdiözese deutliche und differenzierte Belege erbracht, dass die geleistete Beratung zu positiven Entwicklungen für den Einzelnen, die Partnerschaft und die familiäre Situation mit Kindern führt und als hilfreich, überwiegend sogar als sehr hilfreich erlebt wird. Es handelt sich im einzelnen um eine differenzierte repräsentative Nachbefragung von EFLB-Klienten, eine quasiexperimentelle Untersuchung zur Wirkung von Paarberatung bei Familien mit Kindern zwischen drei und zehn Jahren sowie eine sehr sorgfältige quasiexperimentelle Untersuchung der Wirkungen eines Kommunikationstrainings im Rahmen der Beratung.

Anwendung gut untersuchter Verfahren aus der Psychotherapie

In der Psychotherapeutischen Versorgung wurden Interventionsmethoden entwickelt, die Klienten zu einer verbesserten Selbstaufmerksamkeit, Selbstbeobachtung und Selbstreflexion in Belastungssituationen und im Alltag anregen und auf dieser Basis auch zu konstruktiven Verhaltensänderungen führen. Ergänzt werden sie durch entsprechende diagnostische Konzepte und Verfahren. Der wissenschaftliche Beirat für Psychotherapie hat aufgrund der vorhandenen Wirksamkeitsbelege zunächst verhaltenstherapeutische und psychodynamische (GEMEINSAMER BUNDESAUSSCHUSS DER ÄRZTE UND KRANKENKASSEN 2008) und zuletzt systemische Behandlungsverfahren für die kassenärztliche psychotherapeutische Versorgung anerkannt (RETZLAFF u.a. 2009).

Klienten der EFLB kommen nicht wegen einer psychischen Erkrankung in Bera-

tung, sondern weil sie durch erhebliche soziale Konflikte belastet sind. Dennoch geht es auch bei Ihnen darum, Selbstaufmerksamkeit, Selbstbeobachtung und Selbstreflexion zu verbessern und auf dieser Basis zu einer Veränderung ihres Verhaltens in Beziehungen zu gelangen. Von Beginn an wurden in der Ehe-, Familien- und Lebensberatung in der Erzdiözese München und Freising besonders die diagnostischen Konzepte und Interventionsmethoden aus der psychodynamischen, systemischen und verhaltenstheoretischen Psychotherapie auf die psychologische Beratung bei familiären und partnerschaftlichen Konflikten übertragen und in der Ausbildung zum Ehe-, Familien- und Lebensberater vermittelt (HESS-DÖRFFER 1995). Die vierjährige Aus- und Weiterbildung für Ehe-, Familien- und Lebensberater in der Erzdiözese erfolgt nach einem Modell, in dem tiefenpsychologisch-psychodynamische, lerntheoretische und systemische Ansätze in einem Beratungskonzept verbunden werden. Da diese Verfahren sich in der Psychotherapieforschung als hilfreich erwiesen haben, liegt es nahe, dass sie auch im Kontext der EFLB hilfreich sein können. Allerdings ist ihre Wirksamkeit im Anwendungsfeld der Ehe-, Familien- und Lebensberatung eigens zu untersuchen.

Bundesweite Untersuchungen zur Wirksamkeit von Ehe-, Familien- und Lebensberatung

In den vergangenen zwei Jahrzehnten gab es im ganzen Bundesgebiet zahlreiche Nachbefragungen von Klienten der Ehe-, Familien- und Lebensberatung nach Abschluss der Beratung. Sie waren unterschiedlich konzipiert und bestätigten jeweils, dass Klienten die zurückliegende Beratung überwiegend als hilfreich und veränderungswirksam erlebten. Einen Überblick über die entsprechenden Untersuchungen bis 1998 gibt OETKER-FUNK (1998a, 1998b). Ferner wurde in einer methodisch aufwendigen bundesweiten Untersuchungen im Auftrag des Bundesministeriums für Familie, Senioren, Frauen und Jugend nachgewiesen, dass Paarberatung in der EFLB positive Wirkung auf die Partnerschaft und die individuelle Befindlichkeit und Gesundheit der Beratenen hat (KLANN & HAHLOWEG 1994). Eine neuere aufwendige Untersuchung an den EFL-Beratungsstellen der Erzdiözese Köln brachte vergleichbare Ergebnisse und bestätigte, wie wichtig die Einbeziehung beider Partner in die Beratung ist, soweit dies möglich ist (MÄRTENS u.a. 2006). Eine ausführliche Expertise zum Thema gibt KRÖGER (2006). Da es trägerübergreifende bundesweite fachliche Standards für Ehe-, Familien- und Lebensberatungsstellen und für die Ausbildung zum Ehe-, Familien- und Lebensberater gibt (DEUTSCHER ARBEITSKREIS FÜR

JUGEND-, EHE- UND FAMILIENBERATUNG 1998, 2001), können Ergebnisse aus anderen Bundesländern bzw. Diözesen auf die Situation in der Erzdiözese München und Freising übertragen werden.

Eigene Evaluationsstudien zur Ehe-, Familien- und Lebensberatung

In den vergangenen sechs Jahren wurden an den EFLB-Stellen der Erzdiözese München und Freising drei Untersuchungen zur Wirksamkeit der Beratungsangebote durchgeführt. Eine 2005 abgeschlossene repräsentative Befragung von Klienten unmittelbar nach Abschluss der Beratung erbrachte neben sehr guten Beurteilungen der Strukturqualitätsmerkmale auch vergleichsweise gute Rückmeldungen über erlebte Veränderungen des persönlichen Befindens, der Partnerschaft, des Familienlebens mit Kindern sowie gegebenenfalls der Bewältigung von Trennung und Scheidung. Auf einer vierstufigen Skalierung von „gar nicht hilfreich“ bis „sehr hilfreich“ wurde die zurückliegende Beratung weit überwiegend als „sehr hilfreich“ beurteilt (SCHMIDT-BLECHTA 2005). Es ergaben sich außerdem verlässliche Daten für die geschlechtsspezifische Nutzung der EFLB sowie Hinweise darauf, dass die erlebten Veränderungen der Partnerschaft dann deutlicher ausfallen, wenn beide Partner zumindest zeitweise in die Beratung einbezogen sind, und vor allem deutliche Hinweise, dass Beratung als hilfreicher und veränderungsintensiver erlebt wird, wenn sie über einen längeren Zeitraum in Anspruch genommen wird (SCHMIDT-BLECHTA 2009).

Das Projekt „Junge Familie“ untersuchte die Wirkung von Paarberatung bei Paaren mit Kindern zwischen drei und zehn Jahren an katholischen EFLB-Stellen in der Erzdiözese. Es ergaben sich Belege für eine allgemeine Verbesserung der Zufriedenheit mit der Partnerschaft, für eine bedeutsame Verringerung von Trennungsgedanken und für eine Verringerung der individuellen Belastung besonders der Frauen. Auf der Elternebene zeigte sich im Selbsterleben eine Entlastung bei den elterlichen Erziehungskonflikten, eine Verbesserung der elterlichen Erziehungskompetenz sowie eine Abnahme ungünstigen Erziehungsverhaltens, wiederum vor allem bei den Müttern. Im Verlauf wurden zudem die Kinder von ihren Eltern als weniger auffällig wahrgenommen (HENSEL & THOMAS 2009).

Vom Institut für Forschung und Ausbildung in Kommunikationstherapie wurde ein intensives Kommunikationstraining (KOMKOM) für Paare zur Durchführung vor allem in Kleingruppen entwickelt und aufwendig evaluiert. Es ließ sich

eine sehr gute Wirkung auf das persönliche Befinden, die Partnerschaftszufriedenheit und die konkrete partnerschaftliche Interaktion nachweisen. Soweit die teilnehmenden Paare Kinder hatten, verbesserte sich auch der erlebte Umgang mit diesen signifikant (ENGEL & THURMAIER 2005). Nach bisherigen Erfahrungen kann dieses Training für etwa zehn Prozent der Beratungsfälle empfohlen werden. Jährlich werden in der Ehe-, Familien- und Lebensberatung der Erzdiözese 15 Kurse landkreisübergreifend organisiert und angeboten.

Literatur

- DEUTSCHER ARBEITSKREIS FÜR JUGEND-, EHE- UND FAMILIENBERATUNG, 1998. Rahmenordnung für die Weiterbildung zur/zum Ehe-, Familien- und Lebensberaterin/er. Verfügbar unter: <http://www.dakjef.de/index.html?p=publications>.
- DEUTSCHER ARBEITSKREIS FÜR JUGEND-, EHE- UND FAMILIENBERATUNG, 2001. Fachliche Standards von Ehe-, Familien und Lebensberatungsstellen. Verfügbar unter: <http://www.dakjef.de/index.html?p=publications>.
- ENGEL, J. & THURMAIER, F. 2005. KOMKOM – ein hochwirksames Kommunikationstraining in der Eheberatung. In: Beratung Aktuell, 1, 22 – 40.
- GEMEINSAMER BUNDESAUSSCHUSS DER ÄRZTE UND KRANKENKASSEN. (2008). Richtlinien des Bundesausschusses der Ärzte und Krankenkassen zur Durchführung von Psychotherapie (Psychotherapie-Richtlinien). Verfügbar unter: <http://www.g-ba.de/downloads/62-492-272/RL-Psycho-2008-04.pdf> (28.01.2009).
- HENSEL, S. & THOMAS, C. 2009. Junge Familie in der Ehe-, Familien- und Lebensberatung. In: Blickpunkt EFL-Beratung, April: 64-70.
- HESSDÖRFER, S. 1995. Ehe-, Familien- und Lebensberatung, ein Ausbildungskonzept. München: Institut für Forschung und Ausbildung in Kommunikationstherapie.
- KLANN, N. & HAHLEWEG, K. 1994. Beratungsbegleitende Forschung – Evaluation von Vorgehensweisen in der Ehe-, Familien- und Lebensberatung und ihre spezifischen Auswirkungen. Schriftenreihe des Bundesministeriums für Familie, Senioren, Frauen und Jugend.
- KRÖGER, C. 2006. Institutionelle Paarberatung in Zeiten von Trennung und Scheidung – ein wirksames Angebot zur Stärkung familialer Beziehungskompetenzen. In: Beratung Aktuell, 3, 145-193.
- MÄRTENS, M., SCHMIDT, H. & LUCAS, M. 2006. Einzelberatung und Paarberatung: Unter welchen Umständen ist bei Problemen in der Partnerschaft eine Einzelberatung noch zu vertreten? In: Beratung Aktuell, 1, 6-17.
- OETKER-FUNK, R. 1998a. Erfolgskontrolle in der psychologischen Beratungsarbeit. In: DIETZFELBINGER, M. & HAID-LOH, A. (Hrsg.) 1998. Qualitätsentwicklung – eine Option für Güte. Berlin: Evangelisches Zentralinstitut für Familienberatung.
- OETKER-FUNK, R. 1998b. Nachbefragungen von KlientInnen Psychologischer Beratungsstellen. In: DIETZFELBINGER, M. & HAID-LOH, A. (Hrsg.) 1998. Qualitätsentwicklung – eine Option für Güte. Berlin: Evangelisches Zentralinstitut für Familienberatung.
- RETZLAFF, R., VON SYDOW, K., ROTTHAUS, W., BEHER, S. & SCHWEITZER, J. 2009. Systemische Therapie als evidenzbasiertes Verfahren – aktuelle Fakten, Entscheidungen und Aussichten. In: Psychotherapeutenjournal, 1, 4-16.
- SCHMIDT-BLECHTA, U. 2005. Beratung im Urteil der Klienten. Tätigkeitsbericht 2005. Verfügbar unter: <http://www.eheberatung-muenchen.de/index.php?seite=forschung>.
- SCHMIDT-BLECHTA, U. 2009. Zusammenhänge erlebter Veränderung. Zur Veröffentlichung vorgesehen in: Beratung Aktuell.

**Ehe-, Partnerschafts- und
Familienberatung München e.V.**

Leitung: Alfred Haslbeck

Anschrift: Rückertstraße 9, 80336 München

Telefon: 089/54 43 11 - 0

Fax: 089/54 43 11 - 26

E-Mail: info@eheberatung-muenchen.de

Internet: www.eheberatung-muenchen.de

Redaktion, Text: Ulrich Schmidt-Blechta

München, Juli 2009