

**INSTITUT FÜR KOMMUNIKATIONSTHERAPIE UND  
ANGEWANDTE FORSCHUNG IN PARTNERSCHAFT  
UND FAMILIE E.V.**

Rückertstr. 9  
80336 München  
[www.institutkom.de](http://www.institutkom.de)



**Arbeitsbericht 2021 - Planung 2022**

Institut für Kommunikationstherapie und angewandte Forschung  
in Partnerschaft und Familie e.V.

1. Vorsitzender: Msgr. Dr. Siegfried Kneißl  
Leitung: Dr. Franz Thurmaier, Dipl.-Psych.

Rückertstr. 9, 80336 München,  
Telefon 089 / 54 43 11 - 0, Fax: 089 / 54 43 11 - 26  
[www.institutkom.de](http://www.institutkom.de)  
[info@institutkom.de](mailto:info@institutkom.de)

## Inhaltsverzeichnis:

	Seite
<b>1. Das Institut für Kommunikationstherapie und angewandte Forschung in Partnerschaft und Familie e.V. - Einführung</b>	<b>5</b>
<b>2. Wissenschaftliche Arbeit</b> .....	<b>13</b>
2.1. Angewandte Forschung .....	13
2.1.1 Öffentlichkeitsarbeit .....	16
2.1.2 Die Basisprogramme EPL, KEK und KOMKOM, Kursvarianten .....	20
2.1.3 Die Aufbauprogramme APL APL-Work-Life-Balance, APL-Spiritualität, APL-Lebenswenden, SPL (Stressbewältigung mit Partnerschaftlichem Lernprogramm) und das Sonderprogramm Talk, Talk, Talk .....	25
2.1.4 Verbreitung unserer Programme .....	28
2.1.5 Gelungene Kommunikation...damit die Liebe bleibt. Interaktive DVDs zum Gelingen von Beziehungen .....	33
2.1.6 Team und Zusammenarbeit, Literatur, Planung.....	38
2.1.7 FPZ-Projekt .....	44
2.1.8 Paaradies-Projekt - App plus Web .....	46
2.1.9 Öffentlichkeitsarbeit Marketing und Pressearbeit im Paaradies-Projekt .....	50
Die Website damit-die-Liebe-bleibt.de .....	54
Die Website Institutkom.de.....	55
"Tierisch gut drauf" - Eine Werbeinitiative zu EPL und KEK .....	55
<b>3. Institutsverlag</b> .....	<b>57</b>



# **1. Das Institut für Kommunikationstherapie und Angewandte Forschung in Partnerschaft und Familie e.V.**

Ehemals Institut für Forschung und Ausbildung in Kommunikationstherapie e.V.

Dr. Franz Thurmaier

## **Grundauftrag des Instituts**

Präventive und nachgewiesen effektive psychosoziale Ehe- und Familienarbeit wird immer notwendiger. Die Hauptaufgabe des Instituts ist definiert als Qualitätssteigerung und Qualitätssicherung der Ehe- und Familienpastoral. Der Institutsverein ist satzungsgemäß dem trennungs- und scheidungspräventiven Ansatz verpflichtet, (Ehe-)Partner (1) zu unterstützen ihre Beziehung zufriedener und somit auch stabiler zu halten, Partner wieder miteinander konstruktiv ins Gespräch zu bringen, damit Verständnis für sich selbst und für den anderen und somit auch die gegenseitige Liebe wachsen kann.

## **Angewandte Forschung – Verbindung von Forschungsbefunden und praktischer Anwendung**

Hier fließen Paar- und Familienforschung und deren Implementierung in die Praxis ungehindert ineinander. Diese „Arbeitsweise der praktisch angewandten Forschung“ ist ein Alleinstellungsmerkmal des Instituts gegenüber Universitäten einerseits und dem kirchlichen Feld andererseits, da es die Brücke zwischen Theorie und praktischer Anwendung schlägt.

Neueste Erkenntnisse der Paar- und Familienforschung werden umgesetzt in präventive und kurative Programme, in die Aus- und Fortbildung von Kursleitern sowie in die Weiter- und Fortbildung von EFL-Beratern.

Jeder Arbeitsbereich des Instituts und der innerhalb der EFL neu geschaffenen Bereiche „Qualifizierung“ und „Qualitätssicherung Präventive Angebote“ gilt der Ehe- und Familienpastoral, sei es durch Entwicklung verbesserter oder neuer Paar- und Familien-Angebote (Bsp. Projekte zur Entwicklung und / oder Evaluation von Paar- und Familienprogrammen, Entwicklung neuer EFL-Weiterbildungscurricula, etc.), durch qualitätssichernde Maßnahmen (Bsp. Supervision der EPL- und KEK-Trainer für die Ehevorbereitung/Ehebegleitung, oder auch durch Information, Werbemaßnahmen und direkte Arbeit mit Paaren (Bsp. Werbung für Kursbesuche über unsere Homepage, Information über Ehe/Familie durch institutseigene Veröffentlichungen, Durchführung von Paarkursen und Eheberatung durch die Mitarbeiter, etc.).

Das Institut unterstützt so vor allem die EFL-Beratung und die Ehevorbereitung/Ehebegleitung in ihrem fachlich qualifizierten Handeln für Paare und Familien im präventiven und kurativen Bereich und hat dabei in den letzten Jahrzehnten neue Maßstäbe gesetzt, hinsichtlich eines neuen integrativen Ansatzes und der wissenschaftlich fundierten Umsetzung.

- 1) Aufgrund der besseren Lesbarkeit wird die männliche Form für Personen jeglichen Geschlechts verwendet (Generisches Maskulinum). Ich teile die Meinung der „Gesellschaft für deutsche Sprache (GfdS), die von der Nutzung des sog. Gendersternchens ausdrücklich abrät. Der Stern im Wort sei weder mit der deutschen Grammatik noch mit den Regeln der Rechtschreibung konform. Auch der Unterstrich oder der Doppelpunkt in der genderneutralen Sprache seien mit den amtlichen Regeln deutscher Rechtschreibung nicht vereinbar. Orthografische und grammatische Richtigkeit, Lesbarkeit und die Verständlichkeit eines Textes stünden an erster Stelle (Münchner Merkur, 14. – 16.08.2020, S. 1).

## **Der integrative Ansatz der Kommunikationstherapie**

1979 stellen Karl Herbert und Anita Mandel unter der Kapitelüberschrift „Der integrative Ansatz der Kommunikationstherapie“ fest: „Ein primär therapieorientiertes integratives Konzept ist am Institut für Forschung und Ausbildung in Kommunikationstherapie in München entstanden und wird laufend weiterentwickelt (Mandel & Mandel, 1979, S. 228)

Spätestens seit den Forschungsarbeiten von Grawe (Grawe, Donati, & Bernauer, 1994, Grawe, 1995) kann man in psychotherapeutischen Fachartikeln von der wachsenden Bedeutung integrativer Therapien lesen. Das führt zwangsläufig zur psychologischen Beratung, v.a. wie sie hier in der Rückertstrasse gelehrt und in unserer Erzdiözese in der Ehe,- Familien- und Lebensberatung praktiziert wird. Gerade „durch integrative und schulenübergreifende Methoden, die in der Beratung seit langem üblich sind“ (Nestmann, 2002, S. 11), wird ein eigenes Profil der psychologischen Beratung geschaffen.

Bereits vor mehr als 40 Jahren prägte der Gründer unseres Instituts, Karl Herbert Mandel, den Begriff der Kommunikationstherapie. Er war einer der ersten im deutschen Sprachraum, der verschiedene therapeutische Konzepte auf Paartherapie übertrug. Im Rahmen des kommunikationstherapeutischen Ansatzes war die Verbesserung der Paarkommunikation schon immer ein Schwerpunkt unserer Arbeit.

Warum wir dies für so wesentlich halten, wurde lange vor uns wie folgt begründet: „weil wir die Kommunikation für den wichtigsten Gegenstand der Humanwissenschaften wie auch den besten therapeutischen Ansatzpunkt für die Linderung menschlichen Leids halten. Wenn wir dabei phasenweise beim Individuum ansetzen, geschieht das doch im Blick auf die Beziehung zum Partner. Schließlich sind unseres Erachtens Veränderungen der Art und Weise wie des Inhalts der Kommunikation mit den nächsten Bezugspersonen eines Patienten die besten und wichtigsten Kriterien, ja der unumgängliche Prüfstein, an dem sich Psychotherapie als sozial bedeutsam ausweisen muss“ (Mandel, Mandel & Rosenthal, 1975, S. 236).

Den Ansatz der Kommunikationstherapie beständig weiterzuentwickeln, war uns stets ein großes Anliegen. Seit ca. 30 Jahren fokussierten wir sie aus oben genannten Gründen immer mehr auf Interventionen zur Verbesserung der Paar- bzw. Familienkommunikation.

Unseren Ansatz konnte ich zusammen mit Joachim Engl für den Hogrefe-Verlag als Buch unter dem Titel „Kommunikationstherapie – Ein paartherapeutischer Ansatz“ in seiner Reihe „Standards der Psychotherapie“ in 2020 veröffentlichen.

## ***Ehe und Familie als zentrale Anliegen der Erzdiözese München und Freising***

Ehepaare und Familien zu stärken ist ein zentrales Anliegen der Erzdiözese München und Freising. „Die Qualität der Beziehungen innerhalb der Familie muss eine der Hauptsorgen der Kirche sein“ (Instrumentum laboris, I. Teil, Kap. IV, 46).

Ehe und Familie brauchen Einrichtungen, die ihnen kompetente Hilfen anbieten. Hier ist es vor allen anderen die katholische Kirche, die eine Vorreiterrolle einnimmt, indem sie innerhalb der Ehepastoral die Paarbeziehung – und dadurch auch die psychische und physische

Gesundheit aller Familienmitglieder – v. a. durch Ehevorbereitung, Ehebegleitung und Eheberatung fördert und unterstützt.

Der Familienbund der Katholiken erinnert in seinem Beschluss der Bundesdelegiertenversammlung vom 03.04.2022 „Fünf Jahre nachsynodales Schreiben „Amoris laetitia“ – „Paare und Familien auf neue Art ins Zentrum kirchlichen Handelns rücken“ – an dieses Apostolische Schreiben des Papstes Franziskus. Zahlreiche Passagen daraus lesen sich wie eine Anleitung für unsere Paarprogramme:

*„Der Dialog ist eine bevorzugte und unerlässliche Form, die Liebe im Ehe- und Familienleben zu leben, auszudrücken und reifen zu lassen. Doch er setzt einen langen und mühevollen Lernprozess voraus.“ ... „Die Art, zu fragen, die Form, zu antworten, der verwendete Ton, der Moment und viele andere Faktoren können die Kommunikation bestimmen.“... „Wichtig ist die Fähigkeit, die eigenen Empfindungen auszudrücken, ohne zu beleidigen; eine Sprache zu gebrauchen und eine Art zu sprechen, die vom anderen leichter akzeptiert oder toleriert werden kann, auch wenn der Inhalt anspruchsvoll ist; die eigene Kritik vorzubringen, ohne jedoch den Zorn abzureagieren als eine Form der Rache, und eine moralisierende Sprache zu vermeiden, die nur anzugreifen, zu ironisieren, zu beschuldigen und zu verletzen sucht. Viele Diskussionen unter den Ehepartnern drehen sich nicht um sehr schwerwiegende Fragen. Manchmal handelt es sich um kleine Dinge von geringer Bedeutung. Was aber die Gemüter erhitzt ist die Art, wie sie zur Sprache gebracht werden, oder die Haltung, die im Dialog eingenommen wird.“ (Papst Franziskus, 2016, Nachsynodales Apostolisches Schreiben: Amoris Laetitia Nr. 136 und 139).*

Und dann rät Papst Franziskus, die Paare bei dieser schwierigen Aufgabe zu begleiten:

*„Es ist gut, die Eheleute zu begleiten, damit sie die Krisen, in die sie geraten, hinnehmen können und imstande sind, sich der Herausforderung zu stellen und sie zu einem Ort im Leben der Familie zu machen.“... „In einer nicht angenommenen Krise ist das, was am meisten beeinträchtigt wird, die Kommunikation“ (Papst Franziskus, 2016, Nachsynodales Apostolisches Schreiben: Amoris Laetitia Nr. 232 und 233).*

Genau da setzen unsere präventiven Paarkommunikationstrainings an: Das Ehevorbereitungsprogramm EPL und das Ehebegleitungsprogramm KEK. Gerade diese beiden finden deshalb immer mehr Aufmerksamkeit in der Katholischen Kirche.

Und tatsächlich wurde schon in der ersten Zusammenfassung der Antworten aus den deutschen (Erz-)Diözesen auf die Fragen im Vorbereitungsdokument für die III. Außerordentliche Vollversammlung der Bischofssynode 2014, „Die pastoralen Herausforderungen der Familie im Kontext der Evangelisierung“ (Deutsche Bischofskonferenz, 2014, S. 9), dem Arbeitspapier für die Familiensynode, 2014 auf die Fragebogenfrage „Welche besondere pastorale Aufmerksamkeit hat die Kirche gezeigt, um den Weg der Paare, die am Anfang ihres gemeinsamen Weges stehen, sowie den der Ehepaare in der Krise zu unterstützen?“ neben der Eheberatung explizit - und als einziges Paarprogramm - das EPL genannt. Und in der „Antwort der Deutschen Bischofskonferenz auf die Fragen im Hinblick auf die Rezeption und

Vertiefung der Relatio Synodi im Vorbereitungsdokument für die XIV. Ordentliche Generalversammlung der Bischofssynode 2015“ (Deutsche Bischofskonferenz, 2015, S. 4, 10,11“ heißt es wörtlich: *„Eine kirchliche Pastoral und Ehecatechese wird auf offene Ohren stoßen, wenn sie den Menschen – ausgehend von ihrer jeweiligen Lebenssituation, ihrer Sehnsucht und ihrem konkreten alltäglichen Ringen – Unterstützung zum Gelingen ihres Lebens in ihrer Paarbeziehung und ihrer Familie anbieten kann. Gute Beispiele in diesem Sinne sind etwa die Programme zur Stärkung der Paarkommunikation „EPL – Ein Partnerschaftliches Lernprogramm“ und „KEK – Konstruktive Ehe und Kommunikation“* Und einige Seiten weiter: *„...dass Beratungsprozesse, wenn sie denn rechtzeitig begonnen werden, in vielen Fällen eine erhebliche ehe- und beziehungsstützende Wirkung zu entfalten vermögen. Ähnlich lässt sich auch für Kommunikations- und Commitment-Trainings evaluativ nachweisen, dass sie deutlich zur Förderung der Beziehungsqualität beitragen“.* Und *„In diesem Sinn genießen die in vielen deutschen Diözesen auf professionellem Niveau entwickelte Ehe-, Familien- und Lebensberatung... Ansehen.“* Generell wird festgehalten: *„Die Ehevorbereitung, aber auch die Angebote zur Ehebegleitung verdienen in den deutschen Diözesen insgesamt größere Beachtung.“* Und *„Sozial- und humanwissenschaftliche Erkenntnisse über die Entwicklungspotentiale und Gefährdungen von Paarbeziehungen wie auch von Eltern-Kind-Beziehungen können der Weiterentwicklung der Ehe- und Familienpastoral dienlich gemacht werden.“*

Von solchen Aussagen inspiriert, greifen viele Diözesen gezielt auf unsere Programme bzw. auf unsere diesbezügliche Erfahrung zurück.

Literatur:

Engl, J. & Thurmaier, F. (2020). Kommunikationstherapie – Ein paartherapeutischer Ansatz. Verlag Hogrefe.

Familienbund der Katholiken (2022). Fünf Jahre nachsynodales Schreiben „Amoris laetitia“ – „Paare und Familien auf neue Art ins Zentrum kirchlichen Handelns rücken.

Grawe, K., Donati, R. & Bernauer, F. (1994). Psychotherapie im Wandel. Von der Konfession zur Profession. Göttingen: Hogrefe.

Grawe, K. (1995). Grundriss einer allgemeinen Psychotherapie. Psychotherapeut, 40, 130-145.

Mandel, K.H. & Mandel, A. (1979). Der integrative Ansatz der Kommunikationstherapie. In: Mandel, K. H. (Hrsg.). Therapeutischer Dialog. Bausteine zur Ehe-, Sexual- und Familientherapie. München: Pfeiffer.

Mandel, K.H., Mandel, A. & Rosenthal, H. (1975). Einübung der Liebesfähigkeit. Praxis der Kommunikationstherapie für Paare. München: Pfeiffer.

Nestmann, F. (2002). Beratung braucht ein eigenes Profil. Pro Familia Magazin. 4: 11-13.



## **Tätigkeitsüberblick 2021:**

Dr. Franz Thurmaier

Neben den vielfältigen, sich jedes Jahr wiederholenden Aufgabenbereichen hier vor allem der umfangreichen Öffentlichkeitsarbeit incl. Homepageumgestaltung sind für 2021 und 2022 folgende Aufgabenstellungen besonders zu nennen:

- Im Auftrag des Bayerischen Sozialministeriums entwickeln wir seit Anfang 2017 eine Paarbeziehungs-App. Internet und Smartphones verändern die Kommunikationskultur der Gesellschaft rasant. Gerade jüngere Leute verbringen sehr viel Zeit mit dem Blick auf das Display und passen ihre Kommunikationswege den technischen Gegebenheiten an. Das Smartphone ist quasi zum Lebensbegleiter geworden. Um heute das Thema „gelingende Partnerschaft“ breitenwirksam vermitteln zu können, muss man den veränderten „User“-Gewohnheiten Rechnung tragen. Deshalb entwickelte das Institut mit entsprechend spezialisierten Firmen eine zeitgemäße App („Paaradies“) und eine begleitende Website, um über die Möglichkeiten von Smartphones (junge) Paare dazu anzuregen konstruktiv an ihrer Beziehung zu arbeiten. Das Projekt wird gefördert vom Bayerischen Staatsministerium für Familie, Arbeit und Soziales. Entwickelt wurde eine zeitgemäße, mobile Anwendung mit unterhaltsamen Informationen, Messungen zur Beziehungsqualität, Anregungen zu einem gelungenen partnerschaftlichen Austausch und zur Selbstreflexion. Die App wie auch die Website richten sich an Paare und Einzelpersonen aller Altersgruppen, die sich für ihre Beziehung engagieren wollen. In Bezug auf die App liegt der Fokus vor allem auf dem Erreichen der Zielgruppe „jüngere Menschen um die 30 Jahre“, die durch einen spielerischen Ansatz für das Thema „gelingende Partnerschaft“ begeistert werden sollen. Im Mittelpunkt der App steht der partnerschaftliche Umgang miteinander. Die App soll mit zahlreichen Funktionen die Partner dazu animieren, regelmäßig Zeit in gelungene Gespräche zu investieren, sich gegenseitig wertzuschätzen sowie besondere Momente ihrer Beziehung festzuhalten. Weiterführende, vertiefende Informationen erhalten Interessierte auf der begleitenden Website. Zentrale Schwerpunkte sind hier wissenswerte Inhalte rund um das Thema Paarkommunikation und interessante Fragebögen.
- FPZ-PROJEKT (Fragebogen zur Partnerschaftlichen Zufriedenheit)
  - Fragebogenentwicklung & Administration (z.B. technische Umsetzung und Betreuung auf zwei (zukünftig drei) Webseiten, Datenerfassung zu verschiedenen Fragestellungen, Datenschutz, Anfragen von externen Interessenten).
  - Fragebogenvalidierung: Vorbereiten der Daten, Prüfung und Datenauswertung.
  - Dateninterpretation und Verfassen eines wissenschaftlichen Berichts.
- ONLINE-LEARNING-PROGRAMM
  - Administration der inhaltlichen Weiterentwicklung und graphische Ausgestaltung des DVD-Portals zu einem mehrteiligen Onlinetrainings-Tool.

- Erarbeiten und Einpflegen des Inhalts sowie graphische Ausgestaltung, Kooperation mit Fachbereich Ehevorbereitung, Marktanalyse.
  - Administration und Koordination von externen Dienstleistern im laufenden Betrieb (z.B. technische Gestaltung des Portals und Anbindung an das DVD-Portal und das bisherige System, weitere Nutzungsmöglichkeiten (z.B. durch den Fachbereich) Prüfung und Abnahme der Auftragsarbeiten).
- WEITERENTWICKLUNG DES OFB-PROJEKTS BZW. DES TA-PROJEKTS
    - Auswertung der bereits vorhandenen Daten zur Trennungsambivalenz bei Nutzern unserer Website und Ergänzung mit dem neuen Datensatz Trennungsambivalenz in Coronazeiten.
    - Dateninterpretation und Verfassen eines wissenschaftlichen Berichts als Ergänzung zum FPZ-Bericht, Literaturrecherche, Sichtung und Integration.
    - Sammlung von Best-Practice-Beispielen und Gestaltung eines Handbuchs.
- PAARADIES IM BERATUNGSKONTEXT
    - Zoom-Schulungen für externe Anbieter.
- Umsetzung der Paarprogramme EPL, KEK und KOMKOM zur Onlinenutzung sowie Ausbildung von Trainern im Online-Format.
- Digitalisierung der drei interaktiven Paar-DVD's „Gelungene Kommunikation... damit die Liebe bleibt“ zur Internetnutzung.

Es gab und gibt also viel zu tun. Deshalb danke ich all denen, die uns unsere Arbeit im Dienste der Paare und Familien ermöglichen: Dem Erzbischöflichen Ordinariat München, das das Institut zum größten Teil finanziert, dem Bayerischen Staatsministerium für Familie, Arbeit und Soziales, der Katholischen Bundesarbeitsgemeinschaft für Ehe-, Familien- und Lebensberatung, Telefonseelsorge und Offene Tür e.V. und der Arbeitsgemeinschaft Katholischer Familienbildung e.V.

Dank will ich auch all den Einrichtungen sagen, mit denen wir in kollegialer Zusammenarbeit verbunden sind, hier vor allem der Ehe-, Familien –und Lebensberatung München und deren Leiterin, Frau Margret Schlierf, für die vertrauensvolle, enge Kooperation.

## **Organisation:**

Dr. Franz Thurmaier

Der Geschäftsführende Vorstand des Vereins besteht nach Satzungsänderung aus zwei geborenen Mitgliedern: Dem zuständigen Referenten im erzbischöflichen Ordinariat (1. Vorsitzender), dem Leiter des Institutes (2. Vorsitzender). Zwei von der Mitgliederversammlung auf fünf Jahre gewählte Vereinsmitglieder ergänzen den Vorstand. Der Verein hat zurzeit 57 Mitglieder. Jährlich findet mindestens eine Mitgliederversammlung statt. Die geleistete, in den Jahresberichten dokumentierte Arbeit des Vereins und der Haushalt werden hier diskutiert. Der Verein ist als gemeinnützig anerkannt.

Der Vorstand des Institutes setzte sich wie folgt zusammen:

1. Vorsitzender: Herr Msgr. Dr. Siegfried Kneißl

2. Vorsitzender: Herr Dr. Franz Thurmaier

Die beiden gewählten Vorstände: Herr Dr. Joachim Engl und Frau Margret Schlierf

Kassenprüfer ist Herr Klaus Dahlinger.

Die letztjährige Jahresmitgliederversammlung fand im Online-Format am 10.11.2021 statt. Die Vereinsbelange wurden im Vorstand und in Dienstgesprächen erörtert.

Das Institut verfügt mittlerweile nur noch über drei volle Planstellen für Diplom-Psychologen oder vergleichbare Berufsgruppen und zwei Teilzeitstellen für zwei Sekretärinnen. Die Fachkräfte sind zum Teil approbierte Psychologische Psychotherapeuten, Supervisoren und Dozenten und Ehe-, Familien- und LebensberaterInnen, die auch anteilig in der Eheberatung mitarbeiten. Für Sonderaufgaben (z.B. innerhalb der wissenschaftlichen Projekte) werden AssistentInnen auf Honorarbasis und Aushilfskräfte beschäftigt, bzw. MitarbeiterInnen aus der Ehe-, Familien- und Lebensberatung stundenweise und projektgebunden für den Verein freigestellt.

Das Erzbischöfliche Ordinariat München bezuschusst den Institutsverein als kirchennahen Verein der Erzdiözese München und Freising voll in den Personalkosten und gewährt einen Zuschuss für die Sachkosten. Wissenschaftliche Projekte werden im Rahmen der Anteils- oder Zuschussfinanzierung durch öffentliche und kirchliche Träger abgewickelt.

2021 bestanden folgende Ausschüsse, Arbeitsgruppen und Gremien:

Die Hauptabteilungskonferenz:

*Msgr. Dr. Siegfried Kneißl (Hauptabteilungsleiter), Alexander Fischhold (Telefonseelsorge), Andreas Klein (Bäuerliche Familienberatung), Sybille Loew (Münchner Insel), Margret Schlierf (EFL), Dr. Franz Thurmaier (Institut).*

Der Ausschuss für Angewandte Forschung:

*Dr. Joachim Engl, Dr. Sandra Hensel, Dr. Franz Thurmaier und Dr. Mirjam Lorenz.*

Die Arbeitsgruppe der TrainerausbilderInnen:

*Dr. Joachim Engl und Dr. Franz Thurmaier (Leitung), Sigrid Austen, Robert Benkert, Alfred Natterer, Monika Zwiesele-Natterer.*

Der Fachbeirat EPL/APL/KEK mit dem Fachbereich Partnerschaft, Ehe-Familie-Alleinerziehende:

*Robert Benkert, Dr. Joachim Engl, Matthias Reischl, Dr. Franz Thurmaier.*

Der Institutsleiter ist seit Herbst 2017 *Mitglied des Sachausschusses „Familie – Erziehung – Bildung“ des Landeskomitees der Katholiken in Bayern.*

Übergreifende Themen und gemeinsame Aufgaben von Eheberatung und Institut wurden neben den mehrmals in der Woche stattfindenden Besprechungen der beiden Leiter in den Stellenleiterkonferenzen und in der Stellenleiterklausur der EFL-Beratung besprochen, an denen der Leiter des Institutes teilnimmt.

Die Sekretärinnensupervision sowie die stattfindenden Besprechungen der Sekretärinnen mit den Leitern und dem Verwaltungsleiter der Eheberatung finden für Eheberatung und Institut aufgrund der engen Zusammenarbeit gemeinsam statt.

Hauptberufliche, für Vereinstätigkeiten freigestellte Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter der EFL:

*Dr. Franz Thurmaier, Dipl. Psych.*

*Leitung des Institutes*

*Dr. Joachim Engl, Dipl. Psych.*

*Leitung Angewandte Forschung*

*Dr. Sandra Hensel, Dipl. Psych.*

*Angewandte Forschung,  
Fortbildung*

*Christine Lamprecht*

*Sekretariat*

*Michaela Schmid*

*Sekretariat*

Die hauptberuflichen akademischen Fachkräfte des Institutes arbeiten mit unterschiedlichen Stundenanteilen als Ehe-, Familien- und Lebensberater. Dies ist zum einen fachlich sinnvoll, um den Bezug zur praktischen Beratungsarbeit aufrecht zu erhalten, und unterstützt zum anderen das Angebot der Eheberatung.

Zahlreiche Honorarmitarbeiter in den wissenschaftlichen Projekten, sowie der Weiterbildung, Fortbildung und Supervision von Trainern und Beratern tragen wesentlich dazu bei, dass die vielfältigen Aufgaben erfolgreich bewältigt werden können.

Die geraffte "Einnahmen, Ausgaben-, Überschuss- und Bestandsrechnung 2021", die allen Mitgliedern vorliegt, weist die sachgerechte, sparsame Haushaltsführung des Institutes in den vorgegebenen Positionen des Haushaltsplanes aus.

## 2. Wissenschaftliche Arbeit

### 2.1. Angewandte Forschung

Dr. Joachim Engl

Die Projektarbeit stand auch 2021 unter dem Einfluss der Corona-Krise. Unter weiterhin erschwerten Umständen und vor dem Hintergrund der seit 2015 deutlich reduzierten Personaldecke erfolgten große Anstrengungen, die anspruchsvollen Projekte der angewandten Forschung gut voranzubringen.

Der national und international gute Ruf des Instituts rührt zu einem guten Teil von den von uns entwickelten und evaluierten *Paarprogrammen* (*EPL*<sup>1</sup>, *APL*<sup>2</sup>, *KEK*<sup>3</sup>, *KOMKOM*<sup>4</sup>, *SPL*<sup>5</sup>- s. Kap. 2.1.2). Diese sind in Deutschland mehr denn je „Marktführer“ in diesem Bereich. Sie bieten tausenden von Paaren nachhaltig effektive Hilfen für mehr Ehequalität und Ehestabilität und finden Jahr für Jahr Interesse in der wissenschaftlichen Fachwelt und in den Medien.

Durch die bereits im Frühjahr 2020 entwickelten Onlinealternativen für unsere zahlreich angebotenen Paartrainings sowie für die entsprechenden Trainersupervisionen und -ausbildungen konnte der lockdownbedingte Wegfall der Präsenzveranstaltungen relativ gut kompensiert werden. Bewährte Vorgehensweisen aus diesen Veranstaltungen wurden so gut wie möglich mittels Funktionen des Videokonferenzprogramms Zoom nachgestellt. Für die deutschen Trainer- und Supervisorenteams fanden entsprechende Online-Schulungen statt.

Für unsere Studien - auch in Zusammenarbeit mit der EFL-Beratung – wird häufig die Partnerschaftszufriedenheit auf verschiedenen Ebenen erhoben. Die wenigen dafür in Deutschland zur Verfügung stehenden Fragebögen sind lizenzpflichtig und stehen gerade für Online-Erhebungen nicht in einer für uns praktikablen Form zur Verfügung. Deswegen entschieden wir uns, ein eigenes Messinstrument, den *FPZ (Fragebogen zur Partnerzufriedenheit, s. Kap. 2.1.7)* zu entwickeln, das kostenneutral auf unserer Website als auch im EFL-Beratungsalltag eingesetzt werden kann. Der FPZ wurde zwischenzeitlich von über 1.000 Personen ausgefüllt, so dass bald ausreichend Daten für eine Validierung und Normung vorliegen. Mit einer Veröffentlichung ist allerdings erst 2023 zu rechnen.

Das umfangreiche Projekt der 8 Funktionen umfassenden *Beziehungs-App „Paradies“ mit der begleitenden Website damit-die-liebe-bleibt.de* (s. Kap. 2.1.8) konnte 2021 erfolgreich fortgesetzt werden. Für viele junge Menschen findet mittlerweile ein Teil des Lebens im Display des Smartphones statt. Um diesen sich rasant verändernden Kommunikationsgewohnheiten Rechnung zu tragen, versuchen wir auch auf diesem Weg Paare für gelungene Kommunikation zu sensibilisieren.

Diese umfangreiche Partnerschafts-App wurde nach den Konzepten der Programmautoren Dr. Joachim Engl und Dr. Franz Thurmaier entwickelt. Der Zeitraum des vom Bayerischen Staatsministerium für Familie, Arbeit und Soziales geförderten Projekts endete am 30.4.2021.

Für mindestens fünf weitere Jahre wird auch der Betrieb von App und Website vom Ministerium gefordert und gefördert.

---

<sup>1</sup> EPL (Ehevorbereitung - Ein Partnerschaftliches Lernprogramm)

<sup>2</sup> APL (Auffrischkurs zum EPL und KEK)

<sup>3</sup> KEK (Konstruktive Ehe und Kommunikation - Ein Kurs zur Weiterentwicklung von Partnerschaft)

<sup>4</sup> KOMKOM (KOMmunikationsKOMpetenz – Training in der Paarberatung)

<sup>5</sup> SPL (Stressbewältigung mit Partnerschaftlichem Lernprogramm)

Betrieb und Nutzerbetreuung erfordern allerdings viel Aufwand. Die auch 2021 mit Fördermitteln des bayerischen Familienministeriums durchgeführten Werbekampagnen über Facebook, Youtube, Google und Taboola sowie über verschiedene Printmedien (Flyer, Postkarten, die an Familienbildungsstätten, EFL-Beratungsstellen verteilt wurden) bescherten uns nun die ursprünglich angestrebten ca. 10.000 User.

Zwischenzeitlich gab es auch Anfragen, wie die App ergänzend im EFL-Beratungskontext genutzt werden kann. Hierzu wurden Workshops geplant.

Die informative und ansprechend gestaltete begleitende Website erfreut sich weiterhin wachsender Beliebtheit. Mit deutlich über 10.000 Besuchern pro Monat setzt sie auch in dieser Hinsicht Maßstäbe.

*Die drei interaktiven DVDs für junge Paare (Engl & Thurmaier, 2007), für Paare in mehrjähriger Beziehung (Engl & Thurmaier, 2010) und für Paare im (Un-)Ruhestand („Gelungene Kommunikation – damit die Liebe bleibt 3“, Engl & Thurmaier, 2012) (s. Kap. 2.1.5), die wiederum mit Fördermitteln des bayerischen Familienministeriums erstellt wurden, dürften mittlerweile eine Gesamtauflage von knapp 900.000 Stück erreicht haben.*

Unsere erste DVD wird weiterhin an allen bayerischen Standesämtern innerhalb der *Broschüre „Wir heiraten“* mit dem Grußwort der Ministerin kostenlos verteilt. Allerdings neigt sich das Zeitalter von DVD-Laufwerken leider dem Ende zu. Viele unsere Interessenten drängen auf eine Online-Variante, die technisch allerdings schwieriger umzusetzen ist, als wir dachten. So holten wir 2021 erste Vorschläge zu einer entsprechenden Umsetzung ein, um in naher Zukunft dieses Projekt auf eine digitale Plattform umziehen zu können, was finanziell für das Institut allerdings nicht ohne entsprechende Förderung zu stemmen ist.

*Unsere fundierten Angebote an Paare, ihre Beziehungszufriedenheit zu erhalten oder zu verbessern finden also auf verschiedenen Ebenen statt, mit unterschiedlicher Intensität und unterschiedlicher Streuweite. Insgesamt ist uns wichtig, dass unsere Angebote gut ineinander greifen. So helfen z.B. die App oder die DVDs wiederum dabei, die intensiven und hochwirksamen Paartrainings zu füllen, deren Qualitätssicherung und Weiterentwicklung wiederum eine anspruchsvolle Aufgabe bleibt.*

Wir bemühen uns von Institutsseite die Anwender schon bei der Implementierung unserer Programme zu unterstützen, damit die Angebote auch so bei den Paaren ankommen, wie wir uns das vorstellen. *Die Standards unserer Qualitätssicherung* sind deutlich höher als bei anderweitig entwickelten Trainings, dafür aber auch die Nachhaltigkeit der positiven Effekte auf die Paare und die Zufriedenheit bei den Anwendern. Hierzu sind auch regelmäßige persönliche Kontakte zu den AusbilderInnen und SupervisorInnen sowie zu den Organisationsverantwortlichen vor Ort nötig, besonders dann, wenn - wie auch 2021 häufiger geschehen - die Verantwortlichen wechseln. Wer von den Organisationsverantwortlichen selbst Trainerin oder Trainer ist, kann viel eher einschätzen, was unsere Programme tatsächlich leisten können. Deswegen freut es uns, wenn neue EPL-KEK-Diözesanverantwortliche auch eine Trainerausbildung durchlaufen.

Regelmäßig sind unsere Programme auch bei gut besetzten Fachveranstaltungen vertreten - coronabedingt allerdings nicht in 2021. Zuletzt gab es Anfang 2020 im Rahmen eines EPL-Jubiläums die beiden interdisziplinären AKF-Fachtage in Siegburg mit dem Titel „Was hält Paare zusammen?“.

Die qualifizierte Verbreitung der präventiven Programme EPL und KEK erfordert – neben gut geschulten Trainern – Personal zur Bewerbung, Organisation von Kursen und Supervisionen usw. Zurzeit leisten dies nahezu ausschließlich Anbieter aus der katholischen Erwachsenenbildung. Evangelische Anbieter, wie früher z.B. in Hamburg oder der evangelischen Landeskirche Bayerns, haben sich fast vollständig aus dem Bereich Prävention für Paare zurückgezogen.

2021 konnten in Deutschland noch weitere EPL- und KEK-Trainerinnen und –Trainer ausgebildet werden – hierzu wurde aus der Not eine überraschend gut funktionierende Zoomausbildung entwickelt. Weitere Ausbildungen für Italien und Tschechien, die schon in 2020 geplant waren, sind coronabedingt auf unbestimmte Zeit verschoben worden.

Die vielfach dokumentierten erfolgreichen Erfahrungen mit unseren Grundprogrammen führen auch immer wieder zu *Adaptionen für besondere Zielgruppen*, z.B. für Bundeswehrangehörige (Kröger, 2014, Kröger et al. 2017) oder für Insassen einer JVA und deren Partner. Wachsender Nachfrage erfreut sich ein auf der Basis von EPL entwickeltes Training für Jugendliche und junge Erwachsene (Talk, Talk, Talk (TTT) ... and more - Zimmermann, Köthke, Bock, Thurmaier, Engl & Hahlweg, 2014). Gerade TTT wurde bis zur Corona-Krise stärker nachgefragt. Im Bistum Mainz soll TTT 2022 erstmals im Rahmen der Firmvorbereitung zum Einsatz kommen.

Neben den Programmadaptionen für besondere Zielgruppen gibt es auch *Kursvarianten für besondere Themen*, die nach erfolgreicher Erprobung in München in andere Diözesen „exportiert“ werden, z.B. Seminare zum Thema Lebenswenden oder zum Thema Vereinbarkeit von Familie und Beruf. Hier wurde ein sogenanntes Work-Life-Balance-APL 2017 von zwei deutschen Trainern sogar in Paris durchgeführt. 2019 bereicherten die APL-Varianten „Lebenswenden“ und „Familienklima“ das Kursangebot. 2021 wurden coronabedingt keine thematischen Weiterentwicklungen angestoßen, sondern Onlineformate für die Kernprogramme EPL und KEK optimiert.

Unsere Programme dienen auch als Vorbild für weitere präventive Angebote, wie z.B. dem Erziehungshilfeprogramm „Familienteam“.

Die wichtigsten Ergebnisse der bereits 2014 abgeschlossenen *25-Jahreserhebung* bei den damals an der Münchner EPL-Studie teilnehmenden Paaren finden sich in Kapitel 2.1.2. Damit ist die EPL-Studie nicht nur eine der weltweit größten, sondern auch die längste Erhebung dieser Art. Hierfür erschien 2019 ein umfangreicher Fachartikel in der Zeitschrift Verhaltenstherapie (Engl, Thurmaier & Hahlweg, 2019). Eine englische Übersetzung soll in einer amerikanischen Fachzeitschrift erscheinen.

Mit unseren bei Paaren und in der Fachwelt hochgeschätzten Projekten deckt die Angewandte Forschung auch ein fachlich großes Spektrum ab.

### 2.1.1 Öffentlichkeitsarbeit



Die vom Institut entwickelten Angebote werden nicht nur auf unserer *Homepage* [www.institutkom.de](http://www.institutkom.de), sondern auch auf den Websites fast aller deutschen Diözesen dargestellt. Auch die von der Arbeitsgemeinschaft für katholische Familienbildung (AKF) betriebene überregionale Home-

page [www.epl-kek.de](http://www.epl-kek.de) bietet übersichtliche Information vor allem zu den deutschlandweiten Kursangeboten, seit 2020 auch für Online-Trainings.

Die im Rahmen des App-Projekts 2020 veröffentlichte Homepage [www.damit-die-liebe-bleibt.de](http://www.damit-die-liebe-bleibt.de) (s. Kap. 2.1.8), die auch hilfreiche Tipps und Links für Paare und Familien zum Umgang mit der Coronakrise beinhaltet, setzte in diesem Bereich neue Maßstäbe.



Zur Bewerbung der *Paaradies-App* und der neuen *Homepage* wurden u.a. in Eigenregie neue Postkarten mit netten Tiermotiven und humorvollen Sprüchen entwickelt, ein hochwertiger Flyer gestaltet, auf das Projekt zugeschnittene Motive von der bekannten Cartoonistin Renate Alf gezeichnet, diverse Werbebanner für Online-Werbeanzeigen erstellt und ein Erklärvideo mit der RBB-Moderatorin Anni Dunkelmann gedreht.

Im Rahmen einer vom Bayerischen Staatsministerium für Familie, Arbeit und Soziales geförderten Werbekampagne (s. Kap. 2.1.9) wurde das von uns entwickelte Material mit Hilfe einer Werbeagentur möglichst zielgruppennah gestreut.





Szene aus dem App-Erklärvideo



Cartoon von Renate Alf für die App

Die meisten unserer Projekte sind nicht zuletzt durch *zahlreiche Medienkontakte (bisher ca. 530)*, international bekannt geworden.

2021 fokussierten sich die Berichte auf die Veröffentlichung unserer neuen Homepage und der Paaradies-App (s. Kap. 2.1.9), z.B. gab es ein Interview mit Dr. Sandra Hensel auf #Sozialkanndigital. Über diesen Kanal führte das Familienministerium auch ein Live-Webcoaching unter dem Titel „Lass uns reden Schatz!“ mit Dr. Franz Thurmaier durch, der zudem in der WDR-Sendung „Die Kraft der Komplimente“ als Experte auftrat. Auch gab es einen längeren Bericht für das Zeit-Magazin zu unseren Paartrainings mit Dr. Joachim Engl (s. Bild Seite 18) sowie einen Bericht über einen vielbeachteten Vortrag von Prof. Dr. Kurt Hahlweg zu EPL („Die Liebe muss gepflegt werden“) in der Schwäbischen Zeitung.



Kommunikationstraining für Paare

### **Training für die Beziehung**

 EXKLUSIV FÜR ABONNENTEN

Wenn sich bei Paaren Streitmuster verfestigt haben, ist es oft zu spät. Es kann Paaren helfen, schon vor großen Konflikten an ihrer Beziehung zu arbeiten. Von Stella Hombach

#### *Fachveröffentlichungen (bisher ca. 110)*

2021 wurden folgende Fachbeiträge veröffentlicht, die unsere Projekte aufgreifen:

Die umfangreiche Dokumentation eines umfangreichen Projekts (118S.):

Hensel, S., Engl, J. & Thurmaier, F. (2021). Paaradies - Projektdokumentation: Mobile Partnerschafts-App mit korrespondierender Website. München: Institut für Kommunikationstherapie e.V.

sowie ein amerikanischer Fachartikel zum Thema Stimmanalysen bei Konfliktgesprächen:

Weber, D. N., Fischer, M. S., Baucom, D.H., Baucom, B. R., Engl, J., Thurmaier, F. & Hahlweg, K. (2021). Escalation and Regulation of Emotional Arousal in Couples Predicts Relationship Satisfaction Concurrently and 25 Years Later. *Family Process*, 60: 251-269.

Hier zeigte sich, dass ein gewisses Stimmzittern (Voice-Stress) bei Frauen in konflikthaften Paargesprächen eine künftige Beziehungsunzufriedenheit vorhersagen kann – wovon EPL-Paare (dank weniger Stress in Gesprächen) deutlich seltener betroffen sind.

Mit dem bereits 2020 erschienenen Fachbuch (s.u.) werden unsere Ansätze auch in Psychotherapeutenkreisen weiter bekannt gemacht:

Joachim Engl und Franz Thurmaier (2020). *Kommunikationstherapie – Ein kognitiv verhaltenstherapeutischer Ansatz der Paartherapie*. Standards der Psychotherapie. Hogrefe.



## 2.1.2 Die Basisprogramme EPL, KEK und KOMKOM, Kursvarianten



The banner features a blue header with the text "EIN KICK MEHR PARTNERSCHAFT" in white and green, and "FIT FÜR DIE LIEBE" in white. Below the header are three photographs: a young couple smiling, two people holding hands, and an older couple embracing. The bottom part of the banner is green with a white heartbeat icon and the text "Gesprächstraining für Paare".

### *EPL – Ein Partnerschaftliches Lernprogramm*

EPL ist ein Paarkommunikationstraining über 6 x 2½ Stunden, das in unterschiedlicher "Verpackung" (z. B. ein verlängertes Wochenende) für jeweils 4 junge Paare von 2 ausgebildeten und supervidierten Trainern pro Kurs (eine Frau, ein Mann) durchgeführt wird (Thurmaier, Engl & Hahlweg, 1995/2015). Die kurz- und langfristigen Effekte auf die Kommunikations- und die Ehequalität – mittlerweile in mehreren Studien empirisch belegt – sind bislang unübertroffen (Thurmaier, Engl & Hahlweg, 1999; Job et al., 2014). Der Erfolg von EPL, sowohl bei den Teilnehmern als auch bei den Anwendern und das große Interesse der Fachwelt an diesem Programm sind auch nach vielen Jahren ungebrochen. Kurt Hahlweg veröffentlichte die Follow-Up Ergebnisse aus einer weiteren kontrollierten Langzeitstudie mit 81 (eingangs unzufriedenen) Paaren nach 11 Jahren: Auch nach so langer Zeit und bei der schwierigeren Klientel gab es (bei gleicher Ausgangslage) noch hochsignifikante Unterschiede. So war die Scheidungsrate bei Paaren mit EPL (27,5%) nach dieser Zeit nur halb so hoch wie bei Paaren ohne EPL (52,6%). Die EPL-Paare werteten das Gelernte immer noch als sehr nützlich (Hahlweg & Richter, 2010). EPL-Paare sind auch in einer aktuellen Studie mit amerikanischen Kolleginnen und Kollegen (Weber, Fischer, Baucom, Engl, Thurmaier & Hahlweg, im Druck) Forschungsgegenstand: Hier wird mit Hilfe von Stimmanalysen von Konfliktgesprächen auf emotionale Erregung geschlossen und versucht, die Zufriedenheit beider Partner 25 Jahre später vorherzusagen.

1988 wurde unser erstes und bekanntestes Paarprogramm, das EPL, zum ersten Mal in unserer Diözese über den Fachbereich Partnerschaft - Ehe - Familie –Alleinerziehende angeboten. Bei der am 7.4.2014 durchgeführten *Jubiläumsveranstaltung* im Kardinal-Döpfner-Haus in Freising wurden erste *Ergebnisse aus einer weltweit einmaligen 25-Jahres-Erhebung vorgestellt*.

*Hier eine Zusammenfassung der wichtigsten Ergebnisse:*

Von den ursprünglich 96 Paaren (64 EPL- und 32 Kontrollgruppenpaare), die vor 25 Jahren in die Stichprobe eingingen, waren zur 5. Jahresherhebung noch 57 Paare (44 EPL- und 13 KG-Paare) verblieben. Bis zu diesem Zeitpunkt waren 25,0% nicht mehr erreichbar (Drop-Out), 11,1% hatten sich vor Eheschließung getrennt und 9,7% waren bereits geschieden.

Hierbei unterschieden sich die Trennungs- und Scheidungsraten (wie schon bei den vorangegangenen Messzeitpunkten nach 1,5 und nach 3 Jahren) signifikant:

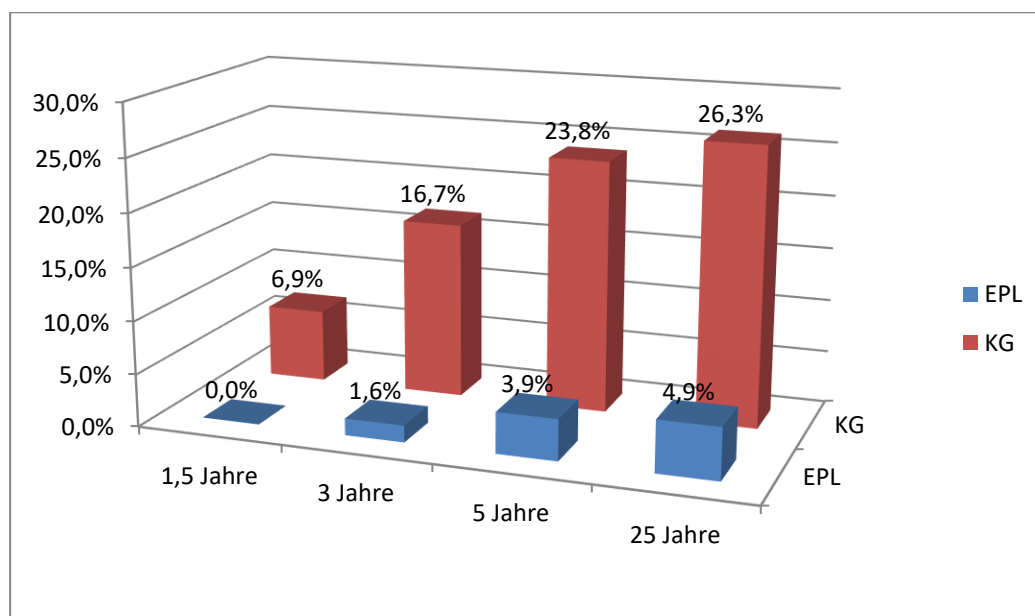
9,8% der EPL-Paare trennten sich vor Eheschließung gegenüber 14,3% der KG-Paare.

Nur 3,9% der EPL-Paare ließen sich innerhalb der 5 Jahre scheiden, allerdings widerfuhr dies 23,8% der KG-Paare.

Zur 25-Jahresherhebung konnten durch eine aufwändige Recherche-, Telefon- und Fragebogenaktion deutlich mehr Paare kontaktiert werden als wir ursprünglich erwartet hatten: Immerhin wurden nach 25 Jahren noch 44 (33 EPL- und 11 KG-Paare) der zur 5-Jahresherhebung verbliebenen 57 Paare erreicht. Die Gesamt-Dropout-Rate seit Studienbeginn ist mit nur 38,5% sehr niedrig. Von den 44 Paaren lebten noch 39 zusammen (29 EPL- und 10 KG-Paare).

4,9% der EPL-Paare hatten sich vergleichsweise kurz vor der 25-Jahresherhebung in der Ehe getrennt, allerdings (noch) keine Scheidung eingeleitet. Bei der Kontrollgruppe betraf dies einen Anteil von 5,3%. Leider ist bei 3,4% der EPL-Paare jeweils ein Partner zwischenzeitlich verstorben. Seit der 5-Jahresherhebung wurden keine weiteren Scheidungen angegeben, das bedeutet auch, dass der signifikante Unterschied der Scheidungsrate zwischen EPL- und KG bestehen bleibt (Drop-out-bereinigt: EPL 4,9%, KG 26,3% ( $p = 0.016$ )).

In der folgenden Grafik sieht man die Entwicklung der Scheidungsraten von EPL- und Kontrollgruppenpaaren seit der ersten Katamnese nach eineinhalb Jahren:



Nimmt man alle Trennungen und Scheidungen zusammen, bleibt auch nach 25-Jahren ein signifikanter Gruppenunterschied ( $\chi^2 p = 0.010$ , Sterbetafelverfahren  $p = 0.004$ ), ein weiterer Beleg, dass die Teilnahme an EPL das Trennungs- und Scheidungsrisiko deutlich und langfristig reduziert.





EPL führte zu Nachfolgeprojekten wie dem KEK, das sich ebenfalls gut etabliert hat. Mit Elementen von EPL oder auf der Basis dieses Programms werden zunehmend auch qualifizierte Maßnahmen von anderen Institutionen entwickelt (z. B. das Freiburger Stress-Präventionstraining „Paarlife“ der Universität Fribourg oder die Elterntrainings „Familienteam“ und „Kinder im Blick“ von der LMU München).

Cartoons von Renate Alf aus der EPL-Fachtagung in Bad Honnef 2009

KEK ist ein Paarkommunikationstraining über 7 x 3 Stunden, das an zwei verlängerten Wochenenden, für jeweils 4 Paare in mehrjähriger Beziehung von 2 ausgebildeten und supervidierten Trainern pro Kurs (eine Frau, ein Mann) durchgeführt wird (Engl & Thurmaier, 1998). Die Zielgruppe sind Paare ohne Therapieindikation ab zwei Jahren Ehe oder entsprechendem Zusammenleben bei Nichtverheirateten. Auf den Grundlagen des EPL aufbauend stellt KEK ein in thematischer, methodischer und zeitlicher Hinsicht erweitertes Programm für die Ehebegleitung dar. So sind der Zielgruppe entsprechende zusätzliche Rahmenthemen (z.B. Veränderungen in der Partnerschaft) und ressourcenbelebende Einheiten vorgesehen. Im Vergleich zu EPL ist KEK kognitiver. KEK beinhaltet Selbstreflexions- (z. B. Reflexion über eigenes Streitverhalten oder eigene Anteile an einem Problemthema) und Wahrnehmungsübungen (z. B. nonverbale Stresszeichen am Partner richtig interpretieren lernen), Coping-Strategien (z.B. als Veränderung des inneren Dialoges) und mehr Erklärungen über psychologische Mechanismen in der Paarinteraktion (z.B. „kommunikative Teufelskreise“). Analog zu EPL, dessen eindrucksvolle Wirksamkeit an der speziellen Zielgruppe heiratswilliger oder sehr jung verheirateter Paare nachgewiesen werden konnte, wurde auch das Nachfolgeprogramm für Paare in mehrjähriger Ehe empirisch überprüft. Ähnlich ermutigend wie die hervorragenden kurzfristigen Effekte des Programms auf die Ehezufriedenheit und Kommunikationsqualität der teilnehmenden Paare sind auch die Ergebnisse der 1½- und 3-Jahreserhebung ausgefallen (Engl, Thurmaier & Black, 1999; Engl & Thurmaier, 2001, 2002, 2016b), was für eine anhaltend positive Auswirkung auf das Erleben und Verhalten der (Ehe-)Partner spricht.

### *KOMKOM (KOMmunikationsKOMpetenz – Training in der Paarberatung)*

Aufgrund der positiven Effekte, die in der KEK-Studie auch bei unzufriedenen Paaren in der Ehebegleitung verzeichnet werden konnten, wurde ein entsprechendes Programm für den Einsatz in der Eheberatung konzipiert und evaluiert:

Das Paarkommunikationstraining *KOMKOM* ist als Ergänzung und Bereicherung der bisherigen Eheberatungsangebote gedacht (Engl & Thurmaier, 2002, 2003a, 2003b, 2016b).

Als zeitlich begrenztes und in Kleingruppenform durchgeführtes Programm ist es ein ökonomisches Angebot, das sich vor allem an Beratungspaare, die über Kommunikationsstörungen klagen, richtet. Es ist aber auch möglich, KOMKOM mit einem einzelnen Paar durchzuführen.

KOMKOM beinhaltet 8 thematische Einheiten, welche sich bei der Arbeit mit einem einzelnen Paar über jeweils ca. 2 Beratungsstunden, bei der Arbeit mit Paarkleingruppen über jeweils ca. 3 Beratungsstunden erstrecken. In Gruppenform angeboten, wird KOMKOM z. B. an zwei verlängerten Wochenenden, für jeweils 3-4 Beratungspaare von 2 ausgebildeten und supervidierten Trainern pro Kurs (nach Möglichkeit eine Frau, ein Mann) durchgeführt. Der Kreis der Kursleiter rekrutiert sich dabei ausschließlich aus Ehe-, Familien- und Lebensberatern mit einer speziellen KOMKOM-Fortbildung. Diesen steht zur Kursdurchführung ein ausführliches Manual zur Verfügung, die Paare erhalten eigene Begleithefte.

### *Kursinhalt*

*Die 8 Einheiten des KOMKOM laufen unter den Titeln: Fehler und Möglichkeiten im Paargespräch, Unangenehme Gefühle äußern, Probleme lösen, Angenehme Gefühle äußern, Notfallstrategien, Gemeinsame Gesprächskultur, Veränderungen und Neuorientierungen, Stärken der Beziehung.*

In den einzelnen Einheiten werden mit den Paaren grundlegende Fertigkeiten der konstruktiven Paarkommunikation, des Problemlösens, des Krisenmanagements und der Entwicklung einer beziehungsförderlichen Gesprächskultur erarbeitet und eingeübt. Jedem Paar steht dabei für die von den Trainern begleiteten Gespräche ein eigener Raum zur Verfügung.

Durch die Betonung der noch vorhandenen Stärken der Beziehung (Ressourcenarbeit) werden die vorhandenen Problembereiche in eine realistische Relation gesetzt und positive Reziprozitätsprozesse gefördert.

Mit Hilfe von Impulsreferaten wird den Paaren Hintergrundwissen über funktionale Zusammenhänge ihrer Beziehung vermittelt. Hierbei werden ihnen allgemeinverständliche Erklärungsmodelle, sog. Plausibilitätsmodelle (z. B. über Teufelskreise, Zwangsprozesse etc.) angeboten, die ihnen helfen, die eigene Paarsituation auf der konkreten Verhaltensebene zu analysieren und gezielt zu verbessern.

Dazu kommen Übungen zur Selbstreflexion und zum internen Stresscoping. Diese Übungen dienen der Einstellungsveränderung, weg von einer unreflektierten Beschuldigung des Partners, hin zu einer differenzierten Sichtweise auch der eigenen Anteile. Zusammen mit den positiven Erfahrungen, die die Partner während der Arbeitseinheiten mit der verbesserten Paarkommunikation machen können, unterstützen diese Einstellungsveränderungen eine andauernde Verbesserung der Beziehung.

Von den teilnehmenden Paaren und den durchführenden Trainerinnen und Trainern werden uns auch unabhängig von der abgeschlossenen wissenschaftlichen Begleitung immer wieder sehr erfreuliche Rückmeldungen zugeschickt. *Auch wenn KOMKOM ein verhaltenstherapeutisch konzipiertes Programm ist, lässt es sich - nach entsprechender Fortbildung - auch in die Arbeit von fachlich anderweitig orientierten Kollegen integrieren.* Einen entsprechend Mut machenden Erfahrungsbericht mit detaillierten Einblicken in den Kursablauf haben die beiden überwiegend tiefenpsychologisch orientierten Kolleginnen Cordula von Ammon und Karin Walker verfasst (v. Ammon & Hawickhorst-Walker, 2005).

### Wesentliche Ergebnisse

Eine Begründung des Projekts sowie die ausführliche Darstellung der kurz- und langfristig erzielten Resultate finden sich in Engl & Thurmaier, 2004, 2016b. Hier nur ein kurzer Überblick:

Mit der 3-jährigen wissenschaftlichen Begleitung einer Münchner Paarstichprobe wurde *die erste und bislang einzige Langzeitstudie innerhalb der deutschen Eheberatung* durchgeführt. Die kurz- und langfristigen Ergebnisse sind ausgesprochen ermutigend. *Die anfangs noch hoch belasteten Paare waren nach dem KOMKOM-Training in allen erhobenen Bereichen deutlich und dauerhaft zufriedener.*

Die lang anhaltenden Verbesserungen erstrecken sich auf die Kommunikationsqualität, die körperlichen und seelischen Allgemeinbeschwerden, die Problembelastung und ebenso auf verschiedene Bereiche der Beziehungsqualität wie die jeweilige Zufriedenheit mit Gemeinsamkeit, mit der Freizeitgestaltung, mit Sexualität. Auch die Zufriedenheit mit der Kindererziehung erhöht sich nach dem Kurs deutlich. Männer und Frauen profitieren gleichermaßen. *Die Teilnehmer selbst sind hochzufrieden mit dem Programm, das die bislang besten kurz- und mittelfristigen Ergebnisse deutscher Eheberatungsstudien vorlegen konnte.* Die Langzeitergebnisse, für die es in Deutschland noch keinen Vergleich gibt, untermauern die Nachhaltigkeit dieses Programms: So kam es bei den anfänglich hochbelasteten Paaren der Münchner Stichprobe im Vergleich zur Erhebung vor dem KOMKOM auch nach drei Jahren noch zu einer mittleren Entlastung von negativen Kommunikationsanteilen um 50%, von ungelösten Problemen (PL) um 47% und von seelischen und körperlichen Allgemeinbeschwerden um 28%.



Cartoons von Renate Alf aus der EPL-Fachtagung in Bad Honnef 2009



## *Kursvarianten*

Unsere o.g. Grundprogramme EPL, KEK und KOMKOM stellen für viele Paaren ein attraktives Angebot dar. Bisweilen kann es allerdings Sinn machen, Varianten dieser Programme mit bestimmten Schwerpunktthemen anzubieten, falls eine entsprechende Nachfrage besteht.

Zum ersten Mal wurde dies mit dem auf EPL und KEK beruhendem Programm PAKT (Partnerschaft und Arbeitswelt. Ein Kommunikations-Training für (berufs-) tätige Paare) probiert (Engl & Thurmaier, 2000), das über eine kirchennahe Unternehmensberatung in Firmen angeboten werden sollte, wozu es aber dann letztlich nicht kam.

Nachdem das Thema Stressbewältigung u.U. auch Paare zum Kursbesuch motiviert, die beim Thema Paarkommunikation noch zögern, wurden aus einer Kombination der Programme KEK und KOMKOM mit dem im folgenden Kapitel beschriebenen SPL Kombiprogramme konstruiert und erprobt. Für die Kombination von KOMKOM und SPL (KOMKOM-SBS = Kommunikationskompetenztraining mit Stressbewältigungsstrategien) wurde von Adrienne Ochsner-Trissl ein Manual erarbeitet (Engl, Ochsner-Trissl & Thurmaier, 2014), das 2017 aktualisiert wurde.

Hier ist es gelungen, wichtige Elemente der beiden Programme organisch zu verbinden, ohne die neue Grundprogrammvariante zu überfrachten.

Das KOMKOM-SBS besteht aus 8 Einheiten (á 150 Min.):

1. Fehler und Möglichkeiten im Paargespräch
2. Unangenehme Gefühle äußern
3. Stress, Partnerschaft und Kommunikation
4. Reaktionen und Ressourcen bei Stress
5. Partnerschaftlicher Umgang mit Problemen
6. Partnerschaftlich Probleme lösen und Stress vermindern
7. Notfallstrategien und Wiederannäherung
8. Als Paar stark gegen Stress: Was uns trägt und beflügelt

### **2.1.3 Die Aufbauprogramme APL, APL-Work-Life-Balance, APL-Spiritualität, APL-Lebenswenden, APL-Familienklima und SPL (Stressbewältigung mit Partnerschaftlichem Lernprogramm), das Sonderprogramm Talk, Talk, Talk**

Die fortwährende Weiterentwicklung der Aufbauprogramme musste 2020 coronabedingt ausgesetzt werden, da kaum noch Anwendungsmöglichkeiten vor Ort bestanden. Stattdessen wurden Online-Varianten für die Kernprogramme EPL und KEK entwickelt und zahlreiche Trainerinnen und Trainer darin geschult. Im Folgenden findet sich eine Zusammenfassung über den Entwicklungsstand der 2020 leider kaum genutzten Aufbauprogramme:

Viele EPL- KEK-Paare möchten ihre positiven Kurserfahrungen irgendwann wieder auffrischen. Für diese Paare gibt es den 1½tägigen Auffrischkurs, das *APL* (Thurmaier, Engl & Passauer, 2000). *APL* gibt es zusätzlich in einer verlängerten (2 Tage) und einer verkürzten Variante (1 Tag). Das *APL* soll den Paaren helfen, die vermittelten Gesprächsfertigkeiten noch besser in ihren Alltag zu integrieren und Vorbereitungen zu treffen, um mit schwierigen und verfahrenen Konfliktsituationen besser umgehen zu können. Im Rahmen der EPL-Studie konnte u. a. ein Anstieg der Ehezufriedenheit bei *APL*-Teilnehmern nachgewiesen werden (Thurmaier, 1997). Das *APL* wird von hierzu fortgebildeten erfahrenen EPL- oder KEK-Kursleitern durchgeführt.

2010 wurde auf der Basis von APL eine Variante unter dem Titel „*APL-Work-Life-Balance*“ erstellt und erstmals erfolgreich durchgeführt. Das Programm soll ehemaligen EPL-Paaren helfen, Beruf, Partnerschaft und Familie besser vereinbaren zu können. Für diese Adaptation des APL-Konzepts danken wir: Sigrid Austen, Robert Benkert, Ulrike Engelmann, Alfred Natterer, Martin Pröstler, Christine Wemhöner. 2017 wurde das entsprechende Manual aktualisiert.

Seit 2013 werden die Besonderheiten dieses Aufbauprogramms den ausgebildeten EPL- und KEK-Trainern vermittelt.

2011 erstellten Robert Benkert und Alfred Natterer eine weitere APL-Variante „*APL Spiritualität*“ mit den 4 Einheiten:

1. Meiner und deiner Spiritualität auf der Spur – Spirituelle Vielfalt wahrnehmen
2. Was mir am Herzen liegt – Zur spirituellen Bedeutung gelungener Kommunikation
3. Werde, was du bist – Gegenseitig Raum geben für persönliche Entwicklungen
4. Wie glaubst du? – Individuelle Formen gelebter Spiritualität

Hierfür wurde von den beiden das Manual aufgrund der Kurserfahrungen in 2018 aktualisiert. Es erfolgen entsprechende Trainerfortbildungen.

Seit 2014 wird ein wiederum auf APL basierendes Konzept „*APL Lebenswenden*“ von Margarethe Greber-Schmidinger und dem Münchner Ausbildersteam entwickelt, das einerseits zur Trauerbegleitung eingesetzt werden kann, aber auch für Paare mit anderen belastenden Wendepunkten im Leben offen sein soll. Das 2015 erstellte Manual wurde 2019 aktualisiert.

Das Programm enthält wiederum 4 Einheiten:

1. Lebenswenden, Partnerschaft und Kommunikation
2. Gemeinsam betroffen – Lebenswenden als Paar annehmen
3. Am Wendepunkt – miteinander neue Schritte vereinbaren
4. Neuland in Sicht – Perspektiven eröffnen

Zur besseren partnerschaftlichen und individuellen Stressbewältigung gibt es das von Dr. Joachim Engl, Adrienne Ochsner-Trissl und Dr. Franz Thurmaier entwickelte *Aufbauprogramm SPL (Stressbewältigung mit Partnerschaftlichem Lernprogramm)*. Die Zielgruppe ist dabei beschränkt auf Paare mit EPL-, KEK- oder KOMKOM-Kurserfahrung.

Das Programm besteht aus 4 Einheiten (à 150-220 Min.):

1. Stress, Partnerschaft und Kommunikation
2. Reaktionen und Strategien bei (individuellen) Stress
3. Probleme lösen und (partnerschaftlichen) Stress vermindern
4. Notfallstrategien und Ressourcen

Das von den Programmautoren entwickelte Weiterbildungskonzept für unsere Trainer hat sich sehr bewährt. Aufbauend auf ihren Interventionsfertigkeiten müssen sich die Teilnehmer das nötige Hintergrundwissen zu den Abläufen bei der Entstehung bis zur Bewältigung von Stress aneignen (z. B. Biochemie, Emotionen, Kognitionen, Reaktionstendenzen) und lernen, die vorgesehenen Entspannungsübungen in geeigneter Form mit den Teilnehmern durchzuführen. Das SPL setzt auch

bei den neu hinzugekommenen Methoden (z. B. Progressive Muskelrelaxation nach Jacobson oder Mentaler Fokus nach Benson) auf empirisch abgesicherte Vorgehensweisen. Wir erhoffen uns für die teilnehmenden Paare nachhaltige Lerneffekte zur besseren individuellen und partnerschaftlichen Stressbewältigung. Wünschenswert wäre auch eine kleine Begleitstudie, um die Effektivität dieses Programms im Hinblick auf ein besseres Stresscoping evaluieren zu können. Dies erfordert jedoch zusätzliche Mittel.

Zur Durchführung des Programms dient ein umfangreiches Handbuch (Engl, Ochsner-Trissl & Thurmaier, 2008), ein Begleitheft für teilnehmende Paare, sowie eine professionell aufgenommene CD für Paare und Trainer mit den Entspannungsinstruktionen aus dem SPL-Programm. Trainer, die sowohl in KEK oder KOMKOM als auch in SPL ausgebildet wurden, können auch die schon erwähnte Variante des Grundprogramms KOMKOM-SBS (Engl, Ochsner-Trissl & Thurmaier, 2014) durchführen, die von Paaren keine Kursvorerfahrungen verlangt.

EPL erfreut sich auch einem wachsenden Interesse bei Schülern und Studierenden, die aber nicht immer einen Partner haben, mit dem sie dieses Angebot wahrnehmen können. Für diese Zielgruppe wurde an der TU Braunschweig auf der Basis von EPL ein Programm für Jugendliche und junge Erwachsene entwickelt, (*Talk, Talk, Talk (TTT) ... and more*, Zimmermann, Köthke, Bock, Thurmaier, Engl & Hahlweg, 2014). In insgesamt 5 Trainingseinheiten werden den Teilnehmern auch unter Zuhilfenahme der DVD „Ein Kick mehr Partnerschaft“ (Engl & Thurmaier, 2007) wesentliche Kommunikationskompetenzen aus unseren Programmen vermittelt.

In einzelnen Diözesen wurden bereits Überlegungen angestellt, dieses Angebot zu übernehmen, eine Reihe EPL-Trainer wurde wiederum in Fortbildungen 2019 darin geschult. In Würzburg wurde Talk, Talk, Talk bereits mehrmals an einer Berufsschule für Großhandelskaufleute im 4. Lehrjahr durchgeführt, in Braunschweig für Gymnasiasten im Alter zwischen 16 und 20 Jahren. 2017 wurde ein Ausbildungskonzept für Lehrkräfte entworfen. Durch die Lockdowns der Coronakrise fanden 2021 keine Anwendungen statt. 2022 plant das Bistum Mainz TTT auch im Rahmen der Firmvorbereitung einzusetzen.



Cartoons von Renate Alf aus der EPL-Fachtagung in Bad Honnef 2009

## 2.1.4 Verbreitung unserer Programme

### ***Verbreitung des Ehevorbereitungsprogramms EPL und des Ehebegleitungsprogramms KEK***

Auf einer jährlich von der AKF (Arbeitsgemeinschaft für katholische Familienbildung) veranstalteten Konferenz treffen sich die für EPL- und KEK regional zuständigen Fachbereichsverantwortlichen, der für EPL- und KEK zuständige Vertreter der AKF und der Leiter der Angewandten Forschung. Es findet ein Austausch über die nationale und internationale Entwicklung unserer Programme statt und eine an den Programmregularien orientierte Planung, wie der hohe Qualitätssicherungsstandard auch bei weiterer Verbreitung und knapper werdenden Mitteln aufrechterhalten werden kann. Dabei wird auch der Bedarf an Trainerausbildungen und Supervisionen ermittelt. Ungünstigerweise haben sich die Förderbestimmungen des Bundesfamilienministeriums geändert, so dass Angebote mit einer Teilnehmerzahl von unter 12 Personen nicht mehr bezuschusst werden können. Das trifft gerade unsere bewährten intensiven Fortbildungen, bei denen umgekehrt nicht mehr als 12 Teilnehmer zugelassen sind. Die AKF versucht seitdem durch terminliche Zusammenlegung von EPL- und KEK-Ausbildungen diesem Problem zu begegnen – bislang mit Erfolg, aber erhöhtem Aufwand.

An weiteren ein bis zwei Tagen im Jahr werden von dem o.g. Personenkreis in Arbeitsgruppen die besten Möglichkeiten der Durchführung und der Bewerbung unserer Programme diskutiert.

In regelmäßigen Abständen werden immer wieder Fachveranstaltungen zu unseren Projekten geplant und durchgeführt, zuletzt im Januar 2020 zum Thema „Was hält Paare zusammen?“.

Insgesamt wurden seit 1988 vom Institut für Kommunikationstherapie ca. 1.911 EPL-Trainerinnen und -Trainer ausgebildet. Da in der Anfangsphase der Verbreitung nicht alle Ausbildungsteilnehmer erfasst wurden, liegen nur Daten von 1.822 Trainern vor (Stand 12/2021). Diese sind bei Ausbildungsabschluss im Mittel 40 Jahre alt, 60% sind Frauen. Es handelt sich überwiegend um Theologen, Pädagogen, Sozialpädagogen und Psychologen, die bereits in der kirchlichen Familienarbeit aktiv sind (Ehevorbereitung, Ehebegleitung, Eheberatung). *In Deutschland sind die weitaus meisten EPL-Trainer registriert. Ca. 200 EPL-Trainer sind in 11 weiteren europäischen Staaten tätig (überwiegend in Österreich und der Schweiz, 17 in Brasilien und 2 in der Mongolei.* Die Kursmaterialien wurden entsprechend übersetzt. So schreibt sich z.B. „Ein Partnerschaftliches Lernprogramm“ in der Mongolei: „Хосуудын хамтын амьдралд суралцах Хэтгэлбэр“. 2017 besuchte uns Pfr. Richard Techie-Quansah aus Ghana, der bei Prof. Martin Hautzinger in Tübingen über EPL promoviert, das er in seiner Heimat den dortigen Paaren anbieten möchte. Seit 2020 ist Richard Techie-Quansah immerhin schon EPL-Trainer, 2023 sollen EPL-Trainings in Ghana stattfinden. Auch für die Verbreitung von EPL in Italien wurden Initiativen gestartet. Hierzu hielten wir im April 2017 einen simultan übersetzten Workshop mit zahlreichen kirchlichen und kommunalen Vertretern in Trient ab und haben im August 2017 mit der Ausbildung von italienisch-deutsch-sprachigen Multiplikatoren begonnen. Ein sorgfältig ins Italienische übersetzte EPL-Manual wurde ebenfalls 2017 erstellt (Thurmaier, Engl & Hahlweg, 2017). 2018 wurde der erste Kurs in italienischer Sprache bei Rom abgehalten. Die Coronakrise stoppte jedoch weitere Initiativen. 2018 wurde eine tschechische Delegation aus Vertretern der kirchlichen Familienarbeit in einem simultan übersetzten

Workshop über unsere Programme informiert. Zwei deutschsprachige tschechische Familienexpertinnen wurden 2020 in EPL ausgebildet, um EPL auch in Tschechien anzubieten. Coronakrisenbedingt lagen 2021 alle Verbreitungsaktivitäten ins Ausland auf Eis.

In dem auf EPL aufbauenden Ehebegleitungsprogramm KEK (Konstruktive Ehe und Kommunikation - Ein Kurs zur Weiterentwicklung von Partnerschaft; Engl & Thurmaier, 1998, 2001) wurden bisher 538 erfahrene EPL-Trainer weitergebildet (Stand 12/2021).

Leider gibt es bislang keine Gesamtübersicht, wie viele Kurse durchgeführt wurden. Diesbezügliche Schätzungen lassen sich nur unter Vorbehalt durch vorliegende regionale Daten anstellen (z.B. hat die EPL-KEK-Diözesanverantwortliche von Würzburg in den Jahren 1992 bis 2015 insgesamt 1.491 teilnehmende Paare gezählt).

Die folgende Tabelle zeigt eine Gesamtstatistik der von uns entwickelten Programme, die in der Erzdiözese München und Freising in den letzten 5 Jahren durchgeführt wurden:

	2017	2018	2019	2020	2021
EPL-Kurse	21	19	17	15	14
APL, APL-S, WLB, SPL	10	8	8	3	4
KEK, KEK-SPL	19	17	20	11	7
KOMKOM-SBS	2	3	4	1	0
KOMKOM	9	6	5	1	0
<b>Kurse gesamt</b>	<b>61</b>	<b>53</b>	<b>54</b>	<b>31</b>	<b>25</b>
EPL-Teilnehmer	192	160	162	80	106
APL, APL-S, WLB, SPL	72	64	74	28	26
KEK, KEK-SPL	136	134	146	74	50
KOMKOM-SBS	12	22	24	6	0
KOMKOM	60	40	36	6	0
<b>Teilnehmer gesamt</b>	<b>472</b>	<b>420</b>	<b>442</b>	<b>194</b>	<b>182</b>

Immerhin profitierten 2021 trotz des Lockdowns allein in der Erzdiözese München und Freising noch 91 Paare von unseren intensiven Trainings. Vor allem die Zahlen von EPL konnten durch die rasch eingeführten Online-Angebote noch einigermaßen gehalten werden. Auch die Aufbaukurse APL, APL-Work-Life-Balance (WLB) und SPL werden von ehemaligen Kurspaaren nachgefragt. Die Sonderkursformen KEK-SPL und KOMKOM-SBS, eine Kombination unserer Programme KEK oder KOMKOM mit dem SPL haben sich ebenfalls zu etabliert. Leider hat der bürokratische Aufwand der Kursorganisation aufgrund neuer diverser Richtlinien in den letzten beiden Jahren stark zugenommen, ein Umstand, der die Kursanbieter zusätzlich belastet. Leider gab es während dem Lockdown keine KOMKOM-Angebote in unserer Diözese, weil in der EFL-Beratung der dafür nötige Zoomzugang erst spät geschaffen wurde.

Die Kurse werden von den kirchlichen Trägern in unterschiedlicher Höhe bezuschusst (z. B. Teilnehmerbeiträge in München: EPL: 120€/Paar, KEK: 260€/Paar), die Trainerausbildungen und Supervisionen erhalten Mittel des Bundesfamilienministeriums. Da die Gesamtbezuschussung qualifizierter Familienbildung seit Jahren limitiert ist und durch die Förderung von neuen Erziehungshilfeprogrammen aus dem gleichen „Topf“ der Anteil für EPL und KEK sinkt, lässt sich eine weiter

wachsende Verbreitung nur über höhere Teilnahmegebühren finanzieren. Dies kann gerade im präventiven Bereich jedoch zum Rückgang von Anmeldungen führen.

*EPL und KEK sind in Deutschland in der Ehevorbereitung und in der Ehebegleitung konkurrenzlos was den empirisch nachweisbaren Nutzen für die Partnerschaft anbelangt. Die kurz- und längerfristigen Effekte auf die Interaktions- und auf die Ehequalität sind mehr als zufriedenstellend und wurden noch von keinem anderen Programm erreicht. Bemerkenswert sind auch die immer wieder berichteten positiven Kurserfahrungen von begeisterten Paaren und von Trainern, die für einen wichtigen Teil der Werbung sorgen. Trotzdem kann damit niemals eine wirklich breite Bekanntheit und Akzeptanz solcher Angebote erzielt werden. Hier bedarf es tatsächlich nennenswerter Investitionen in groß angelegte und durchdachte Werbemaßnahmen, damit im präventiven Sinn vor allem die Paare, die keinen Leidensdruck verspüren, sich auf einen Kursbesuch einlassen.*

### *Sonderinitiativen*

Immer wieder kommen unsere Programme auch bei besonderen Zielgruppen zum Einsatz. So z.B. bei in Englisch oder in Spanisch gehaltenen Kursen in den entsprechenden Missionen in München, oder in der Gefängnisseelsorge der Diözesen Bamberg und Freiburg. Seit 2009 bietet Pfarrer Stefan Sellinger in der Diözese Rottenburg-Stuttgart auch KEK-Kurse für Angehörige der Bundespolizei an. Seit 2011 gibt es spezielle EPL- oder KEK-Angebote für verwaiste Eltern (Meißen), von Krebs betroffene Paare (Hamburg) und Marineangehörige (Hamburg). *Als eigenes Modellprojekt wurde seit 2012 über die TU Braunschweig am Zentrum für Psychiatrie und Psychotraumatologie der Bundeswehr in Berlin EPL auch Bundeswehrangehörigen vor einem Auslandseinsatz und deren Partner angeboten, einer Zielgruppe, deren Trennungs- und Scheidungsraten (bis 80%) besonders hoch sind: Aus strukturellen Gründen konnte die im vorgesehenen Zeitraum angepeilte Stichprobe von 80 Paaren zwar nicht erreicht werden, jedoch wurden von den teilnehmenden Paaren als auch den eigens ausgebildeten Trainern (ebenfalls auslandserfahrene Mitglieder des Sanitätsdiensts) ausgesprochen positive Erfahrungen zurückgemeldet. Trotz sehr ermutigender Projektergebnisse (Kröger, 2014, Kröger et al., 2017) zeigte das Bundesministerium für Verteidigung keine Initiative für eine Verbreitung und auf unsere Nachfrage bei der Bundesministerin wurde lediglich auf das schon bestehende EPL-Angebot innerhalb der Bundeswehr verwiesen, ohne zu berücksichtigen, dass dieses ja für kaum jemanden zugänglich ist.*

### *Aus- und Fortbildungen*

*Bei allen Ausbildungen in neuen Regionen ist es schon bei deren Planung wichtig, das organisatorische Potenzial der zukünftigen Anbieter zu prüfen. Sie müssen in der Lage sein, die Kurse professionell zu bewerben und zu organisieren, ihr Trainerteam zu betreuen und ausreichend Supervisionmöglichkeiten zur Verfügung zu stellen. In Deutschland können das im Wesentlichen nur kirchliche Einrichtungen leisten, da diese bereits entsprechende Strukturen entwickelt haben.*

Die Supervisionen zur Qualitätssicherung werden regional in Form von Tages- oder Wochenendveranstaltungen nach Möglichkeit mindestens zweimal jährlich angeboten – für EPL und KEK ab Herbst 2020 erstmals auch in einer Online-Variante. Die Durchführung erfolgt von KursleiterausbilderInnen unter der Regie der Projektentwickler. Ebenfalls ein- bis zweimal im Jahr werden die EPL-/KEK-Ausbilder und -Supervisoren (insgesamt ca. 20) von den Projektentwicklern supervidiert (2021 notgedrungen online). Um eine langfristige Qualitätssicherung zu gewährleisten, ist es wichtig, die Kurse vor allzu kreativen und fachlich nicht fundierten Zusätzen oder Änderungswünschen einiger Trainer zu schützen. Innerhalb der manualgestützten Vorgehensweisen ist ein gewisses Maß an Individualität möglich und auch wünschenswert, deutliche Veränderungen im Ablauf oder der Interventionstechnik werden jedoch ausgeschlossen, um die Programme nicht zu verwässern. *Trainerausbildungen werden regional bedarfsorientiert durchgeführt*, das heißt, es wird nur die Anzahl von Trainern ausgebildet, deren Einsatz sich der jeweilige Anbieter (die Diözese oder Ev. Landeskirche) leisten kann. In Deutschland werden die Trainerausbildungen in der Regel in enger Zusammenarbeit mit der AKF (Arbeitsgemeinschaft für katholische Familienbildung) durchgeführt. Insgesamt gibt es weit mehr Interessenten als Ausbildungsangebote. Die Rekrutierung möglichst geeigneter Ausbildungskandidaten erfolgt in München z.T. über ein Info- und Übungswochenende („Schnupperkurs“).

Die EPL-Trainerausbildung wird in 2 3-Tagesblöcken nach einem ebenfalls standardisierten Vorgehen (Thurmaier und Engl, 2001) durchgeführt, sodass eine intensive Kleingruppenarbeit das Erlernen der Trainerinterventionen in so kurzer Zeit ermöglichen soll. Die KEK-Ausbildung, die erfahrenen EPL-Trainerinnen und -Trainern vorbehalten ist, dauert ebenfalls 2x3 Tage, hier werden zusätzliche Interventionsfertigkeiten geübt. Sowohl die EPL- als auch die KEK-Ausbildung schließen mit Zertifikat und Supervisionsverpflichtung ab. Rund 10% der Ausbildungsteilnehmer erreichen im Verlauf der Ausbildung die Lernziele (Zertifikatskriterien siehe Kursleitermanuale) nicht und können damit auch nicht als EPL- oder KEK-Trainer tätig werden.

Neben den streng geregelten Trainerausbildungen gab es aufgrund der großen Nachfrage von Therapeuten und Beratern Workshops zur Vermittlung der Interventionsmethoden für die eigene Praxis. Bis 2007 nahmen ca. 370 Fachleute an den von den Programmautoren konzipierten und durchgeführten Workshops teil. Die Fortbildungsteilnehmer können damit jedoch noch nicht EPL- oder KEK-Kurse anbieten, KOMKOM-Kurse nur nach dem Absolvieren aller 3 aufeinander aufbauenden Workshops, was aber einen verhältnismäßig hohen Organisationsaufwand nach sich zieht. Ab 2008 wurde dieses Angebot deshalb vollständig durch die KOMKOM-Fortbildung ersetzt.

### ***Verbreitung von KOMKOM***

Bis Ende 2021 wurden 661 EheberaterInnen und Paar- und PsychotherapeutInnen (darunter auch Kolleginnen und Kollegen aus 5 anderen Staaten) sowie Teilnehmer einer Ehe-, Familien und Lebensberaterausbildung in KOMKOM nach einem Curriculum der Programmautoren fortgebildet.

### ***Kursorganisation***

Die Kursorganisation und Supervision erfolgt über die jeweiligen Ehe-, Familien und Lebensberatungsstellen. Die Kursorganisation in unserer Diözese obliegt der Ehe-, Partnerschafts- und Familienberatung, München. Die KOMKOM-Kurse sind im Rahmen des Angebotes der Katholischen Eheberatung grundsätzlich kostenlos. Die Teilnehmer haben jedoch die Möglichkeit zu spenden.

Die Paare werden über das Klientel der Eheberatungsstellen rekrutiert. Paare, die nach einer Indikationsliste<sup>6</sup> für die Teilnahme am KOMKOM geeignet erscheinen, können nach dem Erstgespräch oder auch zu einem späteren Zeitpunkt zum Kurs überwiesen werden.

#### *Durchgeführte Kurse, Fortbildungen und Supervisionen*

2021 wurde diözesanweit coronabedingt kein KOMKOM-Kurs (Vorjahr 1) und kein KOMKOM-SBS-Kurs (Vorjahr 1) durchgeführt.

Die für 2020 längst ausgebuchte KOMKOM-Fortbildung wurde coronabedingt auf 2021 verschoben und erstmals online durchgeführt.

Die mündlichen Rückmeldungen der bisherigen Fortbildungsteilnehmer sind ausgesprochen positiv. Auch liegen Evaluationen unserer KOMKOM-Fortbildung durch externe Veranstalter vor (schriftliche Befragung der Teilnehmer) – mit ausnahmslos hervorragenden Ergebnissen. Seit 2007 wurde die KOMKOM-Fortbildung erstmals in unseren EFL-Weiterbildungskurs integriert, so auch 2021 beim bislang letzten Nachfolgekurs. Beim deutlich kürzeren Ergänzungsqualifikationskurs (s. Kap. 4.1.) besteht diese Möglichkeit allerdings nicht.

Die Besonderheiten unserer Methoden machen auch ein darauf zugeschnittenes Supervisionsangebot erforderlich. Jährlich werden 1-3 KOMKOM-Supervisionen durchgeführt, allerdings nicht in 2021.

#### ***Verbreitung von SPL***

Für das Aufbauprogramm SPL (Stressbewältigung mit Partnerschaftlichem Lernprogramm) fand 2021 keine Fortbildung statt. Bislang wurden 137 Trainer in SPL fortgebildet.

#### ***Neue Trainer und Interessenten***

2021 sind insgesamt 59 Personen zu EPL-, KEK-, KOMKOM- oder SPL-Trainern aus- und fortgebildet worden (Vorjahr 20) - mit Teilnehmern aus verschiedenen Diözesen und aus der evangelischen Kirche.

Zahlreiche Personen nehmen jedes Jahr an Infoabenden, Einführungs- oder Schnupperversammlungen zur Trainertätigkeit und zu unseren Projekten teil, in 2021 durch den Lockdown allerdings nur sehr eingeschränkt.

---

<sup>6</sup> z.B. beide Partner müssen sich zur vollständigen Kursteilnahme bereit erklären, kein Partner hat eine etablierte Außenbeziehung



## 2.1.5 Gelungene Kommunikation ... damit die Liebe bleibt. Interaktive DVDs zum Gelingen von Beziehungen

### Für junge Paare



## Gelungene Kommunikation ... damit die Liebe bleibt

Eine interaktive DVD zum Gelingen von Beziehungen für junge Paare. Nach dem international erfolgreichen Paarkommunikationstraining EPL  
(Ein Partnerschaftliches Lernprogramm)

Autoren:  
Joachim Engl, Franz Thurmaier

Projektförderung:  
Bayerisches Staatsministerium für Arbeit  
und Sozialordnung, Familie und Frauen

Gute Paargespräche sind lernbar. Hierfür haben wir intensive und auch langfristig sehr erfolgreiche Paarkommunikationstrainings entwickelt. Damit man sich mit wesentlichen Inhalten daraus auch zuhause vertraut machen kann, wurde die DVD „Ein Kick mehr Partnerschaft - Gelungene Kommunikation ... damit die Liebe bleibt“ für junge Paare entwickelt (Engl & Thurmaier, 2007), inkl. 74seitiger Begleitbroschüre. Dieses erste Institutsprojekt zur breitenwirksamen Prävention von Beziehungsstörungen war gleich ein voller Erfolg.

Bayerisches Staatsministerium für  
Arbeit und Soziales, Familie und Integration



Die Realisierung dieses Projekts sowie der beiden Nachfolge-DVDs (s.u.) ist dem Bayerischen Staatsministerium für Familie, Arbeit und Soziales zu verdanken, das jeweils für die maßgebliche finanzielle Förderung gesorgt hat. Zusätzlich wird unsere erste DVD seit April 2008 allen bayerischen Hochzeitspaaren an den Standesämtern innerhalb der Broschüre „Wir heiraten“ ausgehändigt (Engl & Thurmaier, 2008-2020). Die Startauflage betrug 100.000 Stück, es erfolgten seitdem mehrere Neuauflagen in ähnlicher Größenordnung. Bei zuletzt jährlich ca. 67.000 Trauungen in Bayern dürften in den vergangenen 14 Jahren mehr als 900.000 DVDs über die Broschüre verteilt worden sein.

Für die Erzdiözesen Freiburg und Köln stellten wir ebenfalls die DVD1 mit Begleittex-ten zum kostenlosen Verteilung an Paare bereit.

## Für Paare in mehrjähriger Beziehung



## Gelungene Kommunikation ... damit die Liebe bleibt **2**

### Eine interaktive DVD für Paare in mehrjähriger Beziehung

Nach den international erfolgreichen Paarkommunikations-  
trainings EPL (Ein Partnerschaftliches Lernprogramm) und  
KEK (Konstruktive Ehe und Kommunikation)

#### Autoren:

Joachim Engl, Franz Thurmaier

#### Projektförderung:

Bayerisches Staatsministerium für Arbeit  
und Sozialordnung, Familie und Frauen

Unserer ersten DVD für junge Paare folgte zwei Jahre später eine weitere für Paare in mehrjähriger Beziehung (Engl & Thurmaier 2010). Die neue DVD wurde in noch schnellerer Entwicklungs- und Produktionszeit bis Anfang 2010 fertiggestellt, inklusive einer 80seitigen Begleitbroschüre.

Während die erste DVD von den Protagonisten und Themen noch an unserem Programm EPL orientiert ist, greift diese DVD Themen aus unserem Ehebegleitungsprogramm KEK auf und orientiert sich am mittleren Alter dieser Zielgruppe (um die 40, zwei Kinder im Grundschulalter) und dafür typischen Lebenssituationen und Konflikten (z.B. Mangel an Wertschätzung und Beachtung, Überforderungsprobleme, Vereinbarkeit von Familie und Beruf, alter Trott oder neue Impulse ...). Das Ziel ist wiederum die Vermittlung adäquater Paarkommunikation in den gezeigten Lebenssituationen – auch unter Berücksichtigung der Modellwirkung auf die Kinder. Auch wird gezeigt, wie Überforderungssituationen vermieden und gemeinsame Ressourcen angekurbelt werden können. Den zahlreichen positiven Rückmeldungen zu Folge, gelang es offenbar sehr gut, diese Ziele zu realisieren. Diese zweite DVD wird im Verhältnis noch häufiger bestellt als die erste für die Zielgruppe der jungen Paare.

Szenen aus dieser DVD sind zwischenzeitlich in den öffentlich-rechtlichen Sendern BR, SWR und WDR gesendet worden, was jeweils eine erhöhte Nachfrage auslöste.



Die DVD2 ist außerdem enthalten in:

Engl, J. & Thurmaier, F. (2012). *Damit die Liebe bleibt. Richtig kommunizieren in mehrjährigen Partnerschaften*. Bern, Huber.

## ***Für Paare im (Un-)Ruhestand***



Gelungene Kommunikation  
... damit die Liebe bleibt 3

Autoren: Joachim Engl, Franz Thurmaier

Projektförderung: Bayerisches Staatsministerium für Familie, Arbeit und Soziales

Durch die hohe Nachfrage nach unseren ersten beiden DVDs „Gelungene Kommunikation... damit die Liebe bleibt 1 und 2“, fühlten wir uns ermutigt, eine vergleichbare DVD für „Paare im (Un-)Ruhestand“ zu entwickeln (Engl & Thurmaier, 2012) - also Paare kurz vor oder im Rentenalter, die schon etliche Jahre zusammenleben und häufig auch erwachsene Kinder und Enkel haben.

Gerade in dieser Zielgruppe haben sich die Scheidungsraten in den letzten 20 Jahren fast verdoppelt (Bundesamt für Statistik 2010) und die Nachfrage nach Eheberatung erhöht (Fooker, 2007). Ältere Paare berichten meist über ähnliche Probleme wie jüngere. Auch hier werden an vorderster Stelle Schwierigkeiten in der gemeinsamen Kommunikation und ein damit einhergehendes unbefriedigendes Alltagsleben genannt. Speziell der Übergang in den Ruhestand ist für viele ältere Paare oft Anlass zur Krise (Weusthoff & Hahlweg, 2011). Die Interaktions- und Beziehungsqualität ist mitentscheidend, wie gut dieser Übergang gelingt (Bucheberner-Ferstl, 2005) Gleichzeitig wissen wir, dass Großeltern das Erfahrungsfeld ihrer Enkel positiv erweitern sowie zur Entwicklung eines sicheren Bindungsverhalten der Kinder beitragen können (Oerter, 2008). Dies dürfte umso leichter gelingen, je sicherer sich die Großeltern ihrer eigenen Beziehung sind und je besser sie auch miteinander kommunizieren können.

Seit 2012 können wir mit der dritten DVD auch dieser Zielgruppe präventive Hilfen zum Erhalt von Liebe und Zuneigung breitenwirksam anbieten.

## **Nutzung der DVDs**

In den für die jeweiligen Paarzielgruppen typischen Szenen wird gezeigt, wie schnell eine Stresssituation entstehen kann. Dagegen ist oft nichts zu machen. Aber, wie es weiter geht, können die Partner selbst entscheiden – vorausgesetzt, sie erkennen überhaupt eigene Fehler und haben wichtige Gesprächsregeln gelernt. Unsere Filmpaare (DVD1: Sarah und Stefan, DVD2: Susanne und Thomas, DVD3 Inge und Heinz) geraten in einige Situationen mit Konfliktpotenzial. Was dabei herauskommt, entscheidet sich aber erst durch das Verhalten der Partner.

Jede DVD zeigt zu jeder der vier Ausgangssituationen drei Reaktionsvarianten, vereinfacht ausgedrückt: Kampf, Flucht oder Klärung. Wie es ihnen unmittelbar danach geht, sprechen die Protagonisten anschließend in die Kamera. Hier werden bereits erste Konsequenzen der vorangegangenen Reaktion deutlich.

Danach werden die Szenen der jeweiligen Varianten noch einmal aufgerollt und detailliert kommentiert, sodass sowohl Fehler als auch konstruktive Möglichkeiten der Paarkommunikation genau ersichtlich werden.

Zu beachten ist, dass die Figuren in den unterschiedlichen und aufeinander folgenden Lösungsvarianten keine Entwicklung durchlaufen, sondern jeweils so spielen, als ob der jeweilige Interaktionsstil schon Gewohnheit ist.

Technisch aufwändig ist die Programmierung der DVDs, die unterschiedliche Nutzungsvarianten bei gleichzeitig einfacher Bedienung erlaubt.

Den Zuschauern wird empfohlen, sich mindestens eine halbe Stunde Zeit zu nehmen und es sich vor dem Bildschirm ungestört gemütlich zu machen – am besten natürlich zusammen mit dem Partner. Dann soll eine der vier Ausgangssituationen aus dem DVD-Hauptmenü ausgewählt und mindestens einmal abgespielt werden. Die DVD hält am Ende der Szene automatisch an. Vor dem Weiterklicken soll kurz überlegt werden:

- Welche teilweise unterschiedlichen Gefühle und Bedürfnisse des Filmpaares werden in der Szene spürbar?
- Wie würde es mir in einer solchen Situation gehen?
- Wie würde ich reagieren?

Im Anschluss raten wir zu einem kurzen Austausch mit dem Partner.

Dann wird die erste Reaktionsvariante angesehen. Jetzt kann reflektiert und diskutiert werden, welche Verhaltensweisen einem bekannt vorkommen und wohin eine solche Reaktionsweise führt. Anschließend sollte unbedingt der entsprechende Kommentar angehört werden, der die Schlüsselstellen von Misslingen oder Gelingen offen legt.

Mit den beiden weiteren Reaktionsvarianten sollte genauso verfahren werden. Wobei die Überlegung besonders wichtig ist, welche der gezeigten Verhaltensweisen ein jeder von der positiven Variante „Klärung“ für sich übernehmen kann. Das Nachlesen im Booklet wird dringend empfohlen. Im Booklet wird natürlich auch auf die viel intensiveren Lernmöglichkeiten in unseren Trainings aufmerksam gemacht.

Die DVDs haben jeweils eine Gesamtspieldauer von bis zu 2 Stunden und werden durch beiliegende umfangreiche Booklets (74-89 Seiten) ergänzt. Alle DVDs sind quasi zum Selbstkostenpreis über unsere Homepages ([www.institutkom.de](http://www.institutkom.de) oder [www.damit-die-liebe-bleibt.de](http://www.damit-die-liebe-bleibt.de)) zu beziehen (Preis 10,-- € pro Stück, zzgl. Versandkosten (= Verpackung und Porto) inkl. gesetzl. MwSt.).

Da die DVD als digitales Medium wohl mit der Zeit von den rasant wachsenden Streaming-Diensten verdrängt werden wird, müssen wir uns über geeignete Online-Varianten Gedanken machen. Hierzu bedarf es einer Nachrüstung in HD-Qualität, einer Programmierung von Filmausschnitten und Bookletinhalten auf einer Lernplattform und einiges mehr. Die Kosten hierfür sind nicht unerheblich, so dass wir wiederum auf Fördermittel angewiesen sind. Es bestehen deshalb auch Überlegungen, die DVD-Inhalte gleich in ein eigenes Online-Training zu integrieren.

## 2.1.6 Team und Zusammenarbeit

Neben Dr. Joachim Engl, Dr. Sandra Hensel, Dr. Mirjam Lorenz (seit 2020 in Elternzeit) und Dr. Franz Thurmaier (alle hauptamtlich) sind gelegentlich Honorarmitarbeiterinnen für die Angewandte Forschung projektbezogen tätig.

Die Zusammenarbeit der Angewandten Forschung mit Mitarbeitern des Ordinariats ist seit vielen Jahren sehr konstruktiv. Unser Dank gilt v.a. Robert Benkert und Markus Reischl von der Abteilung Familien- und Erwachsenenpastoral. Der o. g. Personenkreis bildet zusammen mit Dr. Joachim Engl und Dr. Franz Thurmaier auch den zweimal jährlich tagenden Fachbeirat für die Projekte EPL und KEK.

Außerdem ist wichtig, darauf hinzuweisen, dass die im Text beschriebene Ausbildungs- und Supervisionstätigkeit für die Projekte des Instituts in den einzelnen Diözesen von einer ganzen Gruppe eigens dafür ausgebildeter Personen geleistet wird. Den Kern bildet dabei unser Münchner Kursleiterausbildungsteam. Dazu gehören neben den Projektentwicklern Dr. Joachim Engl und Dr. Franz Thurmaier: Sigrid Austen, Robert Benkert, Alfred Natterer und für die Fortbildung in SPL: Adrienne Ochsner-Trissl.

Die Ausbilder und SupervisorInnen werden an zwei Tagen im Jahr von den Projektentwicklern an einem möglichst zentralen Ort Deutschlands supervidiert. Die Münchner Gruppe trifft sich zweimal jährlich zur Intervision im Institut.

Daneben gibt es immer wieder einen regen Austausch mit Kollegen aus anderen Institutionen wie z.B. der LMU München, der TU Braunschweig, der Uni Heidelberg oder der psychologischen Hochschule Berlin.

### **Zitierte Literatur**

- v. Ammon, C. & Hawickhorst-Walker, K. (2005). Von „ausgesprochen unerhört!“ zu ausgesprochen und gehört. Über die Kunst des Mitteilens und des Hörens. Ein Erfahrungsbericht aus EFL-Perspektive über die Wirkung des KOMmunikation-KOMpetenz-Trainings auf Paare. *Blickpunkt Beratung, April*: 62-67.
- Austen, S., M., Benkert, R., Engelmann, U., Natterer, A., Pröstler, M., Wemhöner, C., Engl, J., Thurmaier, F. & Ochsner-Trissl, A. (2014). *APL-Work-Life-Balance. Aufbauprogramm als themenspezifische Adaptation der Programme EPL, KEK, KOMKOM und SPL. Kursleitermanual*. München: Institut für Forschung und Ausbildung in Kommunikationstherapie e.V..
- Benkert, R., Natterer, A., Engl, J., Thurmaier, F. & Ochsner-Trissl, A. (2013). *APL-Lebenswenden. Aufbauprogramm als themenspezifische Adaptation der Programme EPL, KEK, KOMKOM und SPL. Kursleitermanual*. München: Institut für Forschung und Ausbildung in Kommunikationstherapie e.V..
- Benkert, R. (2014). Einen heiligen Raum betreten – Paarkommunikationstraining als Beitrag zur Ehepastoral. *Anzeiger für die Seelsorge – Zeitschrift für Pastoral und Gemeindepraxis, 10*, 20-23.



- Birnbaum, A. (2015). Die Partnerschaft stärken – Trainingsprogramme für Paare. *Online Familienhandbuch des Staatsinstituts für Frühpädagogik (IFP) (Hrsg.)*. [www.familienhandbuch.de](http://www.familienhandbuch.de).
- Böhmert, B., Engl, J., Flügel, G., Ochsner-Trissl, A. & Thurmaier, F. (2017). *Familienklima – Ein Eltern-Kommunikationstraining zur Weiterentwicklung der Paar- und Familieninteraktion. Handbuch für ausgebildete Kursleiter*. München, Institut für Forschung und Ausbildung in Kommunikationstherapie.
- Buchebner-Ferstl, S. (2005). *Das Paar beim Übergang in den Ruhestand. Eine qualitative Studie auf der Grundlage der Grounded Theory*. Wien, Österreichisches Institut für Familienforschung Band 14
- Deutsche Bischofskonferenz (2014) *Die Berufung und Sendung der Familie in Kirche und Welt von heute - Antwort der Deutschen Bischofskonferenz auf die Fragen im Hinblick auf die Rezeption und Vertiefung der Relatio Synodi im Vorbereitungsdokument für die XIV. Ordentliche Generalversammlung der Bischofssynode 2015* Vatikanstadt. (Explizite und exklusive Erwähnung von EPL und KEK als Beispiele zum Gelingen von Partnerschaft und Familie)
- Engl, J., Ochsner-Trissl, A. & Thurmaier, F. (2008). *Stressbewältigung mit Partnerschaftlichem Lernprogramm (SPL). Handbuch für ausgebildete Kursleiter*. München: Institut für Forschung und Ausbildung in Kommunikationstherapie.
- Engl, J., Ochsner-Trissl, A. & Thurmaier, F. (2014). *KOMKOM-SBS – Kommunikations-kompetenztraining mit Stressbewältigungsstrategien. Handbuch für ausgebildete Kursleiter*. München, Institut für Forschung und Ausbildung in Kommunikations-therapie.
- Engl, J. & Thurmaier, F. (1998). *Konstruktive Ehe und Kommunikation (KEK) - Ein Programm zur Weiterentwicklung von Partnerschaft. Handbuch für ausgebildete Kursleiter*. München, Institut für Forschung und Ausbildung in Kommunikationstherapie.
- Engl, J. & Thurmaier, F. (2000). *Partnerschaft und Arbeitswelt. Ein Kommunikations-Training für (berufs-) tätige Paare (PAKT). Handbuch für ausgebildete Kursleiter*. München: Institut für Forschung und Ausbildung in Kommunikationstherapie.
- Engl, J. & Thurmaier, F. (2001). Sich besser verstehen – die präventiven Programme EPL und KEK als neue Wege der Ehevorbereitung und Ehebegleitung. In S. Walper & R. Pekrun (Hrsg.), *Familie und Entwicklung: Perspektiven der Familienpsychologie* (S. 364-384). Göttingen, Hogrefe.
- Engl, J. & Thurmaier, F. (2002). Kommunikationskompetenz in Partnerschaft und Familie. In B. Rollett & H. Werneck, (Hrsg.) *Klinische Entwicklungspsychologie der Familie* (S. 326-350). Göttingen, Hogrefe.
- Engl, J. & Thurmaier, F. (2003a). KOMKOM – Kommunikationskompetenz - Training in der Paarberatung. Konzeption und erste Erfahrungen. In R. Oetker-Funk, M. Dietzfelbinger, E. Struck & I. Volger (Hrsg.) *Psychologische Beratung. Beiträge zu Konzept und Praxis* (S. 177-196). Freiburg im Breisgau, Lambertus.
- Engl, J. & Thurmaier, F. (2003b). *KOMKOM – Kommunikationskompetenz - Training in der Paarberatung. Handbuch für ausgebildete Kursleiter*. München: Institut für Forschung und Ausbildung in Kommunikationstherapie.

- Engl, J. & Thurmaier, F. (2004). *KOMKOM – Kommunikationskompetenz - Training in der Paarberatung. Kurz- und langfristige Effekte. Projektbericht*. München: Institut für Forschung und Ausbildung in Kommunikationstherapie.
- Engl, J. & Thurmaier, F. (2007). *Ein Kick mehr Partnerschaft. Gelungene Kommunikation ...damit die Liebe bleibt*. Eine interaktive DVD zum Gelingen von Beziehungen für junge Paare mit Begleitbroschüre (74S.). München, Institut für Forschung und Ausbildung in Kommunikations-therapie.
- Engl, J. & Thurmaier, F. (2008-2020). Ein Kick mehr Partnerschaft. Gelungene Kommunikation ... damit die Liebe bleibt. Eine interaktive DVD für junge Paare. In: *Wir Heiraten*. S. 57-81. Bayerisches Staatsministerium für Familie, Arbeit und Soziales.
- Engl, J. & Thurmaier, F. (2010). *Gelungene Kommunikation ...damit die Liebe bleibt 2*. Eine interaktive DVD für Paare in mehrjähriger Beziehung mit Begleitbroschüre (78S.). München, Institut für Forschung und Ausbildung in Kommunikationstherapie.
- Engl, J. & Thurmaier, F. (2012). *Gelungene Kommunikation ...damit die Liebe bleibt 3*. Eine interaktive DVD für Paare im (Un-)Ruhestand mit Begleitbroschüre (89S.). München, Institut für Forschung und Ausbildung in Kommunikationstherapie.
- Engl, J. & Thurmaier, F. (2015). Kommunikationstraining für Paare. *Online Familienhandbuch des Staatsinstituts für Frühpädagogik (IFP) (Hrsg.) www.familienhandbuch.de*.
- Engl, J. & Thurmaier, F. (2015). *Ein Kick mehr Partnerschaft. KEK-Gesprächstraining. Leitfaden für teilnehmende Paare*. Arbeitsgemeinschaft katholischer Familienbildung, Bonn
- Engl, J. & Thurmaier, F. (2016a). Ist die Emotionally Focused Couples Therapy (EFT) wirklich allen anderen Ansätzen der Paartherapie überlegen – wie Roesler schreibt? *Beratung Aktuell*, 3: 17-32.
- Engl, J. & Thurmaier, F. (2016b). KOMKOM – ein hochwirksames Kommunikationstraining in der Eheberatung. Erfahrungen 10 Jahre nach Einführung von KOMKOM. *Beratung Aktuell*, 1: 39-53.
- Engl, J., Thurmaier, F. & Black, C. (1999). *Konstruktive Ehe und Kommunikation (KEK). Ein Kurs zur Weiterentwicklung von Partnerschaft. 1½-Jahres-Ergebnisse: Entwicklung von Kommunikationsqualität, Ehequalität und individuellen Allgemeinbeschwerden*. München: Institut für Forschung und Ausbildung in Kommunikationstherapie.
- Engl, J., Thurmaier, F. & Hahlweg, K. (Im Druck). Prävention von Scheidung: Ergebnisse einer 25-Jahre Follow-up Studie. *Verhaltenstherapie*.
- Fooker, I. (2007). „Ent-Bindungsarbeit“ - Trennungen und Konflikte in langjährigen Partnerschaften aus der Perspektive einer Entwicklungspsychologie der Lebensspanne. *Psychotherapie im Alter*, 4(2).
- Greber-Schmidinger, M., Benkert, R., Engl, J., Thurmaier, F. & Ochsner-Trissl, A. (2015). *APL-Lebenswenden. Aufbauprogramm als themenspezifische Adaptation der Programme EPL, KEK, KOMKOM und SPL. Kursleitermanual*. München: Institut für Forschung und Ausbildung in Kommunikationstherapie e.V..



- Hahlweg, K. & Richter, D. (2010). Prevention of marital instability and couple distress: Results of an 11-year longitudinal follow-up study. *Behaviour Research and Therapy*, 48, 377-383.
- Hensel, S. & Thomas, C. (2009). Junge Familien in der Ehe-, Familien- und Lebensberatung. *Blickpunkt Beratung, April*: 64-70.
- Hensel, S., Thomas, C. & Böhmert, B. (2010a). *Projektbericht zur JUFA-Studie - Junge Familien in der Ehe-, Familien- und Lebensberatung*. München: Institut für Forschung und Ausbildung in Kommunikationstherapie.
- Hensel, S., Thomas, C. & Böhmert, B. (2010b). *Forschungsbericht KESS Erziehen*. München: Institut für Forschung und Ausbildung in Kommunikationstherapie.
- Job, A.-K., Bodenmann, G., Baucom, D. H. & Hahlweg, K. (2014). Neuere Entwicklungen in der Prävention und Behandlung von Beziehungsproblemen bei Paaren. Aktueller Forschungsstand und zukünftige Herausforderungen. *Psychologische Rundschau*, 65(1), 11-23.
- Job, A.-K., Engl, J., Thurmaier, F. & Hahlweg, K. (2014) Das Kommunikationstraining „Ein Partnerschaftliches Lernprogramm EPL“ für Paare – Überblick über den Praxis- und Forschungsstand. *Report Psychologie*, 2: 58-69.
- Job, A.-K., Mattei, M. H. M., Vasterling, I. & Hahlweg, K. (2015) Kompetente Trainer – zufriedene Teilnehmer: Evaluation eines Ansatzes zur Dissemination evidenzbasierter Präventionsprogramme über Studierende der Psychologie. *Verhaltenstherapie*, 25: 211-218.
- Job, A.-K., Thurmaier, F., Engl, J. & Hahlweg, K. (2016). EPL and its adaptations: Research and implementation findings in Germany and beyond. In J. J. Ponzetti, Jr. (Ed.), *Evidence based approaches to relationship and marriage education* (pp. 197-216). New York, London: Routledge. ISBN: 978-1-138-79717-8
- Kröger, C. (2014). Präventivprogramm zur Paarbeziehung von Soldaten und ihren Partnerinnen im Zusammenhang mit den Auslandseinsätzen der Bundeswehr. In G. Kreim, S. Bruns, G.B. Völker (Hrsg.), *Psychologie für Einsatz und Notfall. Ansätze und Perspektiven der Militärpsychologie* (S. 285-292). 2. vollst. überarbeitete Auflage. Bonn: Bernhard & Graefe.
- Kröger, C., Kliem S., Zimmermann, P. & Kowalski, J. (2017). Short-Term-Effectiveness of a Relationship Education Program for Distressed Military Couples, in the Context of Foreign Assignments for The German Armed Forces. Preliminary Findings from a Randomized Controlled Study. *Journal of Marital and Family Therapy*, doi: 10.1111/jmft.12250 1-17.
- Meyn, E., Engl, J., Thurmaier, F. & Hahlweg, K. (2016). The Stability Of Vocally Encoded Emotional Arousal In Couple Conflict Over 3 Years. *ABCT - Association for Behavioral and Cognitive Therapies, Convention 2016 October 27 - 30, New York City*.
- Oerter, R. (2008). Großeltern zwischen Tradition und Innovation. In G. Klosinski (Hrsg.). *Großeltern heute - Hilfe oder Hemmnis* (S. 13-32). Tübingen, Attempo Verlag.
- Supke, M., Engl, J., Thurmaier F., Schulz, W. & Hahlweg, K. (Im Druck). Eheglück durch „Wenn“ und „Aber“? Lassen sich anhand von Konjunktionen die Scheidungswahrscheinlichkeit und die Partnerschaftszufriedenheit nach fünf und 25 Jahren vorhersagen? *Zeitschrift für Klinische Psychologie und Psychotherapie*.

- Thurmaier, F. (1997). *Ehevorbereitung - ein Partnerschaftliches Lernprogramm (EPL). Methodik, Inhalte und Effektivität eines präventiven Paarkommunikationstrainings*. München: Institut für Forschung und Ausbildung in Kommunikationstherapie.
- Thurmaier, F. & Engl, J. (2001). *Ein Partnerschaftliches Lernprogramm EPL: Kursleiterausbildermanual* München: Institut für Forschung und Ausbildung in Kommunikationstherapie.
- Thurmaier, F. & Engl, J. (2008). Ein Kick mehr Partnerschaft: Gelungene Kommunikation ... damit die Liebe bleibt – eine interaktive DVD zum Gelingen von Beziehungen für junge Paare. In: Schneewind, Berkic, Böhmert, Haupt, Schmidt & Sedlmayer (Hrsg.). *Abstractband 5. Münchner Tagung für Familienpsychologie* (S. 63-64). Department Psychologie der Ludwig-Maximilians-Universität München.
- Thurmaier, F., Engl, J. & Hahlweg, K. (1999). Eheglück auf Dauer? Methodik, Inhalte und Effektivität eines präventiven Paarkommunikationstrainings - Ergebnisse nach fünf Jahren. *Zeitschrift für Klinische Psychologie, 1*: 54-62.
- Thurmaier, F., Engl, J. & Passauer, A. (2000). APL - Auffrischkurs zum EPL (*Ein Partnerschaftliches Lernprogramm EPL*): *Kursleitermanual*. München: Institut für Forschung und Ausbildung in Kommunikationstherapie.
- Thurmaier, F., Engl, J. & Hahlweg, K. (2015). *Ehevorbereitung - Ein Partnerschaftliches Lernprogramm (EPL). Handbuch für ausgebildete Kursleiter*. München: Institut für Forschung und Ausbildung in Kommunikationstherapie.
- Thurmaier, F., Engl, J. & Hahlweg, K. (2017). *Un Programma di Apprendimento (EPL) Manuale per i conduttori del corso*. München, Institut für Forschung und Ausbildung in Kommunikationstherapie. (Italienische Übersetzung des EPL-Manuals)
- Thurmaier, F., Engl, J., Hahlweg, K. (2015). *Ein Kick mehr Partnerschaft. EPL-Gesprächstraining. Leitfaden für teilnehmende Paare*. Arbeitsgemeinschaft katholischer Familienbildung, Bonn
- Weber, D. N., Fischer, M. S., Baucom, D.H., Baucom, B. R., Engl, J., Thurmaier, F. & Hahlweg, K. (Im Druck). Escalation and Regulation of Emotional Arousal in Couples Predicts Relationship Satisfaction Concurrently and 25 Years Later. *Journal of Abnormal Psychology*.
- Weusthoff, S. & Hahlweg, K. (2011). Verhaltenstherapeutische Paartherapie im Alter. *Psychotherapie im Alter, 8*(1), 99-109.
- Zimmermann, T., Köthke N., Bock, T., Thurmaier, F., Engl, J. & Hahlweg, K. (2010, 2014). *Talk Talk Talk (TTT) ... and more. Trainermanual. Ein Kommunikations- und Kompetenztraining für Jugendliche und junge Erwachsene*. Braunschweig, Technische Universität Braunschweig.

## **Zur Planung 2022 – 2.1. Angewandte Forschung**

Die Betreuung und Weiterentwicklung unserer Projekte *EPL, KEK, APL, SPL und KOMKOM* sowie darauf aufbauender Programmvarianten erfolgt in vollem Umfang weiter, ebenfalls Pressearbeit und Fachpublikationen.

Coronabedingt wurden und werden Formate für Online-Trainings, –Supervisionen und –Aus- und Fortbildungen entwickelt. Diese auch aus der Not geborene Aufgabe wird einige Energie binden. Ziel ist es, auch für die Zeit nach Überwindung der Krise diese neuen Programmformate für Paare zu etablieren.

Mit Online-Formaten als Parallelangebot zu den Präsenzkursen können andere Zielgruppen erreicht werden, also online-affine Paare, für die (aus beruflichen oder auch familiären Gründen) die Kurszeiten in den Tagungshäusern nicht gut passen, oder die Entfernungen zu groß sind - sowie Paare, die keinen Wert auf einen informellen Austausch in der Gruppe legen, sondern eher die Privatsphäre eines Angebotes von zu Hause aus schätzen.

2022 wird die vom Bayerischen Staatsministerium für Familie, Arbeit und Soziales geförderte und weltweit bislang größte *Partnerschaft-App „Paaradies“ mit begleitender Website weiter betreut*. Zusätzlich ist ein Wechsel der technischen Betreuung zu stemmen, da die während der Coronakrise stark umstrukturierte Entwicklerfirma der App, die auch für den technischen Betrieb der App verantwortlich ist, hierfür keine Kapazitäten mehr aufbringen kann.

2022 werden wir die Bereitstellung der interaktiven DVDs auf einer digitalen Lernplattform angehen und einen entsprechenden Antrag beim bayerischen Familienministerium auf Förderung stellen.

Zum Erhalt und zum Ausbau von nachhaltig effektiven Angeboten für Paare wollen wir uns einsetzen für:

- Verstärkte Förderung von *bewährten und empirisch abgesicherten* Ansätzen zur Verbesserung des Paar-/Familienklimas
- Möglichkeiten einer breiteren Bewerbung und Finanzierung dieser Maßnahmen
- Finanzierungsmöglichkeiten von Qualitätsnachweisen der EFL-Beratung

## 2.1.7 FPZ-PROJEKT – DR. SANDRA HENSEL

### Validierung des Fragebogens zur Partnerschaftszufriedenheit (FPZ)

---

#### ANGEWANDTE FORSCHUNG & QUALITÄTSSICHERUNG IN DER EHE-, FAMILIEN- UND LEBENSBERATUNG (EFL)

Um ratsuchenden Paaren und Familien effektive Hilfe anzubieten bedarf es einer fundierten Kenntnis über deren Anliegen, deren Belastungsgrad und ihrer Ressourcenausstattung bzw. Bewältigungskompetenz. Im Gegensatz zu einem enormen beraterischen Erfahrungsschatz gibt es in Deutschland vergleichsweise wenige Studien und die wissenschaftlich belegte Erkenntnis über die Klientel der Ehe-, Familien- und Lebensberatung und über die Auswirkungen bzw. Effektivität von Beratung ist eher gering<sup>1</sup>. Gezielte Befragungen der Klienten sind notwendig, um diese Lücken zu schließen. Die Angewandte Forschung leistet einen wichtigen Beitrag zur kontinuierlichen Qualitätssicherung, indem sie hilft notwendige Variablen wie z.B. die Partnerschaftsqualität oder Trennungsambivalenzen messbar zu machen und zu erheben. Nur geeignete und praktikable Messinstrumente ermöglichen es aussagekräftige Befragungen im Beratungsalltag zu planen, durchzuführen und auszuwerten.

---

#### HINTERGRÜNDE DES FPZ-PROJEKTS

Im Rahmen der Planungen zur OFB-Studie (Hensel, 2017) wurde die Entwicklung eines Instrumentes zur Messung der Partnerschaftsqualität beschlossen. Ziel war es, einen eigenen, kostenneutralen Fragebogen zu entwickeln, der in zukünftigen Studien problemlos angewendet und längerfristig auf unserer Website eingesetzt werden kann. Zudem sollte er für den Einsatz im Beratungsalltag geeignet sein.

---

#### PROJEKTVERLAUF UND ZWISCHENERGEBNISSE

Zwischen 2014 und 2017 sind an einer größeren Stichprobe Daten rund um das Thema Zufriedenheit in der Partnerschaft erfasst und analysiert worden.

Die Gesamtstichprobe von n=1179 Personen setzte sich aus drei Teilstichproben zusammen:

- Gruppe 1 (n=925): Personen, die an einer frei zugänglichen Onlinebefragung über die Website [www.institutkom.de](http://www.institutkom.de) teilgenommen hatten
- Gruppe 2 (n=117): Personen, die für den Vergleich des FPZ mit dem normierten Fragebogen PFB an einer Paper-Pencil-Befragung teilgenommen hatten
- Gruppe 3 (n=137): Klienten, die an einer Onlinebefragung in der Eheberatung (Vergleichsgruppe „Klienten in Ehe-Beratung“) teilgenommen hatten<sup>2</sup>

Von den n=1179 Teilnehmer waren 383 (=32,5%) männlich und 796 (=67,5%) weiblich. Die Probanden waren zum Erhebungszeitpunkt im Mittel 36,4 Jahre alt (Min=15, Max=77, sd=11,6).

Von Interesse waren neben den soziodemographischen Angaben und der Lebens- und Partnerschaftszufriedenheit auch Fragen zur Trennungsambivalenz. Diese Fragen wurden in der parallellaufenden

---

<sup>1</sup> Engl, J., Keil-Ochsner, A. & Thurmaier, F. (2004). Ehe-, Familien- und Lebensberatung und empirische Erfolgskontrolle – ein ausbaubares Verhältnis. *Beratung Aktuell*, 4, 200-215.

<sup>2</sup> Es wurden diejenigen Teilnehmer der OFB-Stichprobe ausgewählt, die gemeinsam mit ihrem Partner zum Erstgespräch erschienen waren.

OFB-Studie an Beratungsparen eingesetzt und es sollte an der größeren Stichprobe ein geeignetes Erhebungs- und Auswertungsprozedere für dieses bisher wenig erforschte Thema entworfen und erprobt werden. Die Details werden derzeit in einem eigenen Forschungsbericht für die Veröffentlichung aufbereitet.

Zusammenfassend war ein sehr hoher Anteil zum Untersuchungszeitpunkt mit der Partnerschaft deutlich unzufrieden (NBQ-Anteil von 49%). Zudem lagen mit 43,2% bei einem recht hohen Anteil der Befragten Trennungsambivalenzen vor. Die deutliche Mehrheit der Teilnehmer hatte über die Internetseite institutkom.de ohne unser Zutun (also ohne direkte Akquise) den Fragebogen online ausgefüllt. Die Ergebnisse lassen daher vermuten, dass Personen, die einen (unseren) Partnerschaftsfragebogen suchen und ausfüllen, dies vor allem deswegen tun, weil sie unzufrieden in Ihrer Partnerschaft sind. Nicht verwunderlich, denn bei vielen Störungen des Wohlbefindens kann ein kritischer Blick auf die eigene Befindlichkeit schon der erste Weg zur Besserung bedeuten bzw. im Falle von Partnerschaftskonflikten Hoffnung in Richtung Lösung wecken. Im Hinblick auf das ursprüngliche Anliegen der FPZ-Fragebogenentwicklung - nämlich einen geeigneten Test für Studien zur Prävention und Behandlung von Partnerschafts- und Familienstörungen - zu entwickeln, kann es durchaus von Vorteil sein, die belasteten bzw. unzufriedenen Partner besonders im Blick zu haben. Es wurde entschieden bis 2020 weitere Daten über den Onlinezugang auf der Website institutkom.de zu erfassen um diesen Stichprobenanteil zu erhöhen. Die beiden kleineren Teilstichproben sollen dafür aus zukünftigen Analysen ausgeschlossen werden, da hier nur wenige soziodemographische Variablen erhoben worden waren.

---

## AUSBLICK 2022

Bereits 2021 wurde damit begonnen, weitere Daten statistische auszuwerten. Die sollen 2022/23 abgeschlossen und in einem Forschungsbericht veröffentlicht werden.

App plus Web für alle Paare, die aktiv etwas Gutes für ihre Beziehung tun wollen ...  
damit die Liebe bleibt!

---

## HINTERGRUND, PRINZIPIEN UND ZIELE IM PAARADIES-PROJEKT

Ergebnisse aus der Schutzfaktoren- und Risikoforschung zeigen, dass die frühzeitige Prävention negativen Entwicklungen entgegenwirken kann, indem sie ein besseres Paar- und Familienklima und förderliche Entwicklungsbedingungen der Familienmitglieder begünstigt (z. B. Bodenmann, 2016, Engl, Thurmaier & Hahlweg, 2019)<sup>3,4</sup>. Die Paaradies®-App wurde entwickelt, um es Paaren zu ermöglichen, beziehungsfördernde Verhaltensweisen und Kommunikationsmuster spielend zu üben und sie in den Alltag zu integrieren. Eine begleitende Website rund um das Thema Paarkommunikation ergänzt das Angebot mit hilfreichen Informationen und Übungsmaterialien. Das Paaradies-Projekt verfolgt damit einen frühen, präventiven und ressourcenorientierten Ansatz. Das Angebot zielt auf die universelle Prävention ab: Möglichst viele Paare sollen zu einem frühen Zeitpunkt relevante Kompetenzen lernen, die sie brauchen, um ihre Partnerschaft nachhaltig pflegen zu können. Im Fokus stehen veränderbare, einfach erlernbare Fertigkeiten in Bezug auf eine wertschätzende partnerschaftliche Kommunikation und Steigerung bzw. Aufrechterhaltung zwischenmenschlicher Positivität (z. B. Aufmerksamkeit, Interesse, Anerkennung). Paare werden dazu angeregt, sich ganz bewusst mit den Stärken und positiven Aspekten ihrer gemeinsamen Beziehung auseinanderzusetzen, diese wahrzunehmen und auszubauen. Die App fokussiert das Prinzip der positiven Reziprozität, wonach gute Beziehungen geprägt sind von gegenseitigem Geben und Nehmen. Es werden dabei gezielt Ressourcen und das Interesse aneinander und an partnerschaftlichen Gesprächen geweckt, die gegenseitige Wertschätzung erhöht und positive Alltagsbegegnungen gefördert. Das moderne Medium ermöglicht eine hohe Lernintensität bei geringer Zeitintensität, unabhängig von Zeit und Ort. Im Fokus stehen der unmittelbare Nutzen und das Erleben direkt mit dem eigenen Partner. All dies hilft beim Alltagstransfer vermittelter Inhalte. Die methodischen Ideen stammen aus den äußerst erfolgreichen Paarprogrammen EPL und KEK. Diese Programme auf verhaltenstherapeutischer Basis haben sich in mehreren Langzeitstudien als besonders effektiv für den Erhalt der partnerschaftlichen Zufriedenheit erwiesen (siehe Job, Bodenmann, Baucom, & Hahlweg, 2014 für einen Überblick)<sup>5</sup>.

---

## DIE PAARADIES®-APP IM DETAIL

### **Für wen ist die App geeignet, was bietet sie und wie wird sie genutzt?**

Paaradies® ist eine Partnerschafts-App für Erwachsene. Sie ist exklusiv für die gemeinsame Nutzung als Paar konzipiert und für alle Interessierten geeignet, die aktiv etwas Gutes für ihre Beziehung tun wollen. Die App gibt Reflexions- und Strukturierungshilfen für Konfliktgespräche, sie bietet zahlreiche Anregungen für einen wertschätzenden Umgang und eine gelungene Paarkommunikation. Die App ist als

---

<sup>3</sup> Bodenmann, G. (2016). Lehrbuch Klinische Paar- und Familienpsychologie. Göttingen: Hogrefe.

<sup>4</sup> Engl, J., Thurmaier, F. & Hahlweg, K. (2019). Prävention von Scheidung: Ergebnisse einer 25-Jahres-Follow-up-Studie. Verhaltenstherapie, 29, 85–96.

<sup>5</sup> Job, A.-K., Bodenmann, G., Baucom, D. H. & Hahlweg, K. (2014) Neuere Entwicklungen in der Prävention und Behandlung von Beziehungsproblemen bei Paaren: Aktueller Forschungsstand und zukünftige Herausforderungen. Psychologische Rundschau, 65, 11-23.

präventives Hilfsmittel zu verstehen. Paaradies® unterstützt vorbeugend und langfristig. Sind Konflikte massiv oder bereits festgefahren ist es ratsam, sich rechtzeitig fachliche Hilfe zu holen. Entsprechende Hinweise und Kontaktadressen finden sich auf der begleitenden Homepage.

Die App unterstützt die Kommunikation, versteht sich dabei aber nicht als Kommunikationsmittel bzw. Kommunikations-App an sich. Die Anregungen in der App zielen letztendlich immer auf das persönliche Gespräch und das tatsächliche Miteinander ab. Es geht darum, über Gefühle, positive Ereignisse, Bedürfnisse und Ziele zu sprechen, einander Aufmerksamkeit und Zeit zu schenken und sich Anerkennung zu zeigen.

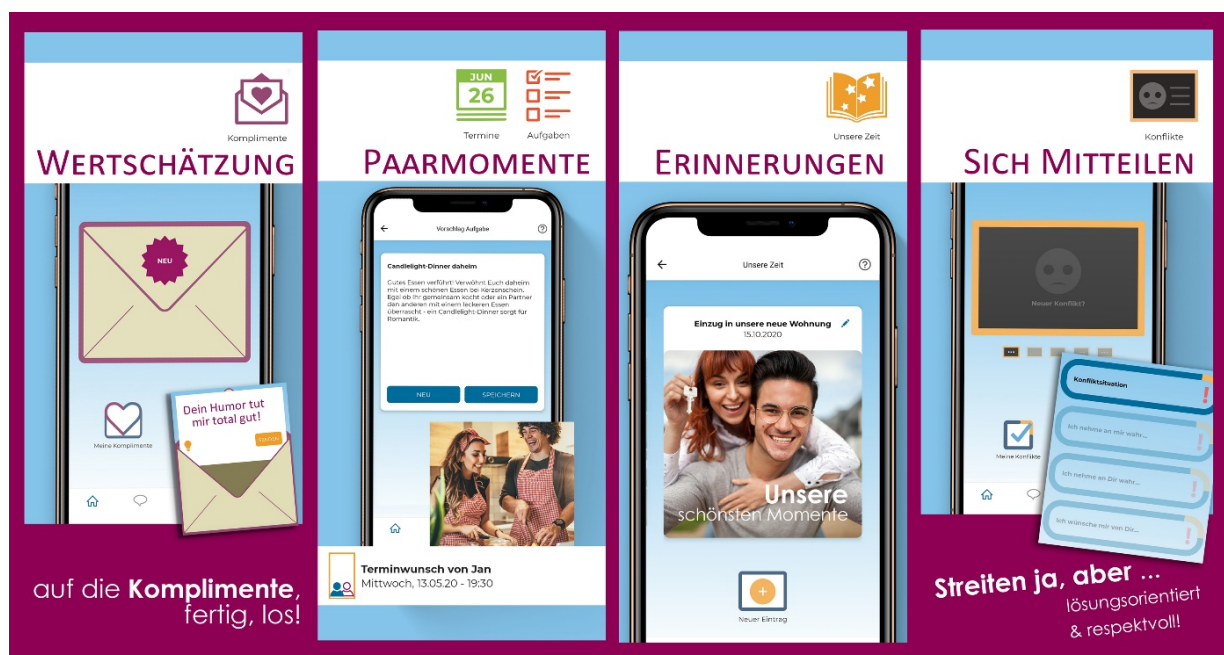
Die App steht den Nutzern seit Juli 2020 kostenfrei zum Download im Google Play Store und im Apple App Store zur Verfügung. Nach einer erfolgreichen Registrierung und anschließenden Partnerkopplung lebt die App durch ihre Anregungen. Diese finden sich zahlreich direkt in der App oder werden in Form von Aufgaben automatisch eingespielt. Der Nutzer kann selbst wählen, wie intensiv und häufig er Angebote aus dem System bekommen möchte.

### Wie unterstützt Paaradies® Paare konkret?

Die App bietet ein umfangreiches Gesamtpaket mit insgesamt acht Funktionen. Diese sind geschickt miteinander verzahnt und animieren Paare immer wieder aufs Neue und auf vielfältige Art und Weise, gemeinsam Zeit zu verbringen und in gelungene Gespräche zu investieren.

### Positive Wertschätzung und Pflege der Zweisamkeit

Komplimente sind Balsam für die Beziehung. Ein virtueller Liebesbrief regt dazu an, dem anderen etwas Nettes zu sagen. Solche kleinen Gesten der Aufmerksamkeit und Beachtung fördern die gegenseitige Wertschätzung. Die Glühbirne gibt Tipps, die richtigen Worte zu finden. Eine Vielzahl an automatisierten Aufgaben und wählbare Aufgabenvorschläge animieren dazu, Zeit in gelungene Gespräche zu investieren oder die Zweisamkeit zu pflegen. Die Bedeutung der Beziehungspflege wird spielerisch mit dem gemeinsamen Beziehungsbaum verglichen. Werden Aufgaben gelöst, wachsen als Belohnung Blätter und erwecken den Baum zum Leben. Diese welken mit der Zeit, daher gilt es, rechtzeitig für den Baum, sprich für die Beziehung, zu sorgen, damit diese weiterhin gedeiht.



Eine Terminfunktion erinnert an wichtige Termine wie z. B. den Hochzeitstag. Das Modul ermuntert auch dazu, den Partner zu einer Aktivität einzuladen. Zahlreiche kreative Ideen helfen dabei. Für eine schnelle Botschaft zwischendurch gibt es einen Messenger.

### **Streiten ja, aber konstruktiv und respektvoll!**

Unter Beachtung wichtiger Kommunikationsregeln gilt es Konflikte konstruktiv, respektvoll und lösungsorientiert anzugehen. Um die Konflikt-Gespräche zu erleichtern, gibt es in der App und auf der Website zahlreiche Hilfestellungen. Beispielsweise ermutigt die „Nörgeltafel“ mittels vorgegebener Fragen zur ausführlichen Selbstreflexion, so dass das Paar im Anschluss besser – sprich ohne Vorwürfe – darüber reden kann.

### **Wünsche äußern, Bedürfnisse mitteilen, Gefühle zeigen**

Die App motiviert, die Stimmung in verschiedenen Bereichen festzuhalten und sie für den Partner freizuschalten. Wenn die Partnerschaftszufriedenheit sinkt regt die App an, sich emotional zu öffnen und dem anderen mitzuteilen, „wo der Schuh gerade drückt“. Abgerundet wird das Angebot durch ein gemeinsames Album „Unsere Zeit“. Hier lassen sich schöne „Paar-Momente“ festhalten. Das lädt ein, sich über positive Erlebnisse des Alltags auszutauschen und sich immer wieder aufs Neue daran zu erfreuen.

### **Was bietet die Website [damit-die-liebe-bleibt.de](http://damit-die-liebe-bleibt.de)?**



Eine informative und klar strukturierte Website ergänzt das Angebot. Neben unterhaltsamen und wissenschaftlichen Inhalten informiert sie über präventive Maßnahmen (z. B. EPL und KEK) sowie die interaktive DVD-Reihe „Gelungene Kommunikation ... damit die Liebe bleibt“. Auch therapeutische und wissenschaftliche Aspekte des Themas kommen nicht zu kurz. In der „Beziehungskiste“ gibt es zahlreiche Tipps und Infos sowie einen Fragebogen zur Partnerschaftszufriedenheit. Alle wichtigen Informationen rund um das ge-

samte Paaradies®-Projekt bzw. zur App sind auf einer eigenen Unterseite zu finden. Ergänzend gibt es für die Nutzer der Paaradies®-App einen passwortgeschützten Login-Bereich. Hier findet der App-Nutzer ergänzendes Material. Einzelne Systemaufgaben animieren dazu, sich diese Materialien immer wieder genauer anzusehen. Ihre Lebendigkeit verdankt die Website nicht zuletzt ihrem multimedialen Angebot. Von interessanten Texten, ansprechenden Photographien und Graphiken über das Kurzvideo, den Onlinefragebogen oder einen animierten Tiercartoon: Es ist für alle etwas Ansprechendes dabei.

---

## **HINWEISE**

### **Förderung**



Bayerisches Staatsministerium für  
Familie, Arbeit und Soziales

Das Forschungsprojekt wird aus Mitteln des Bayerischen Staatsministeriums für Familie, Arbeit und Soziales gefördert.

### **Konzepte und Urheberrecht**

Die Inhalte der App und der begleitenden Website orientieren sich an den Konzepten von Dr. Joachim Engl und Dr. Franz Thurmaier.



## **Ansprechpartner und Projektleitung: Dr. Sandra Hensel**



Institut für Kommunikationstherapie und  
angewandte Forschung in Partnerschaft  
und Familie e.V.

Rückertstr. 9, 80336 München

E-Mail: paaradies@damit-die-liebe-bleibt.de, Homepage: [www.damit-die-liebe-bleibt.de](http://www.damit-die-liebe-bleibt.de)

---

## **AUSBLICK 2022**

### **Laufender Betrieb von App und Website**

Seit der Inbetriebnahme im Juli 2020 übernimmt das Institut die inhaltliche Weiterbetreuung der App Paaradies® und der dazugehörigen Website [damit-die-liebe-bleibt.de](http://damit-die-liebe-bleibt.de). Neben den zahlreichen Hürden, die es in diesem Projekt immer wieder zu meistern gilt, wurde schnell klar, dass auch die „ganz normale“ Betreuung der App und der Website einen großen Aufwand mit sich bringen. Hier gilt es Nutzer zu betreuen, mit den zahlreichen involvierten Dienstleistern zu kommunizieren, Presseanfragen zu beantworten, die Website zu aktualisieren, um nur ein paar wenige Aufgaben zu nennen die direkt durch das Institut und zwar überwiegend durch die Projektleitung Dr. Sandra Hensel geleistet werden. Die Betreuung des Projekts umfasst aktuell etwa eine Vollzeitstelle. Das große Engagement und die Arbeitszeit steuern wir als Eigenleistung dem Projekt bei, da es uns sehr am Herzen liegt.

Die technische Betreuung erfolgt durch externe Dienstleister, die über die erforderlichen Kompetenzen und Ressourcen verfügen. Die für die Wartung und das Hosting der App zuständige Firma Publyc Germany GmbH (vormals Westwing Online GmbH) hat die Softwarepflege zum Ablauf des zweiten Betriebsjahres gekündigt. Nach langen Recherchen und Gesprächen mit anderen in Frage kommenden Firmen ist es uns gelungen, eine praktikable und finanziell im Rahmen bleibende technische Weiterbetreuungsmöglichkeit der App vorlegen zu können. Um den Firmenwechsel so einfach wie möglich zu gestalten und die Kosten und den Aufwand auf ein Minimum zu reduzieren, wird die App weiterhin auf dem bisherigen Server gehostet. Ein Umzug auf einen extern angemieteten Server soll im Fall, dass sich diese Lösung als unpraktikabel erweist, zu einem späteren Zeitpunkt nochmals überdacht werden. Die Firma Codivo hat Mitte März mit dem Projektumzug begonnen und übernimmt ab 1. Mai die Wartung.

### **Support und Hosting der zugehörigen Website und der Schnittstelle zur App**

Die Firma Luehrsen & Heinrich wurde bisher nach Bedarf beauftragt, die Kosten waren im Vorfeld schwer einschätzbar. Im letzten Betriebsjahr wurde deutlich, dass wesentliche und zwingend notwendige Betreuungsleistungen mit dieser Lösung nicht ausreichend abgedeckt und im veranschlagten finanziellen Rahmen bisher nicht berücksichtigt wurden. Die Website ist als notwendiger Bestandteil der App zu sehen und eng verzahnt. So sind wichtige Funktionen der App nur in Zusammenarbeit mit der Website möglich (z.B. die Registrierung in der App oder die Passwortvergabe). Die Funktionsfähigkeit der App hängt also maßgeblich mit der vollen Funktionsfähigkeit dieser Schnittstelle zusammen. Diese muss folglich zwingend betreut werden, um auch eine lückenlose Funktionsfähigkeit der App zu gewährleisten. Mit Beginn des 3. Betriebsjahres übernimmt die Firma Luehrsen & Heinrich die regelmäßige Wartung und technische Betreuung der Website.

### **Paaradies® im Beratungskontext**

Um die App mit dazugehöriger Website auch für weitere Zielgruppen und Anwendungskontexte (also beispielsweise über den rein präventiven Bereich hinausgehend) zu erschließen, beschäftigen wir uns

intensiv mit der Frage, wie die App im Beratungskontext verwendet werden kann. Es wurden unterschiedliche Maßnahmen geplant bzw. bereits durchgeführt. Hierzu zählen Zoom-Infoveranstaltungen für die Beraterschaft der Erzdiözese, welche zukünftig auch anderen Zielgruppen angeboten werden können und sollen. Beleuchtet werden beispielsweise der inhaltliche und methodische Hintergrund sowie konkrete Anwendungsbeispiele, wie z.B. die Übung für Streitpaare. Geplant ist eine Sammlung von Bestpractice-Beispielen für ein „Handbuch“. Für die Zeitschrift „Blickpunkt EFL-Beratung“ wurde zwischenzeitlich ein Fachartikel zu diesem Thema verfasst und veröffentlicht. Zudem wurde ein Workshop für die Jahrestagung des Bundesverbandes Kath. Ehe-, Familien- und Lebensberaterinnen und -berater e.V. geplant.

## 2.1.9 ÖFFENTLICHKEITSARBEIT – DR. SANDRA HENSEL

---

### MARKETING UND PRESSEARBEIT IM PAARADIES-PROJEKT 2020/2021

Bereits zu Projektbeginn im Jahre 2016 hatten wir auf die spätere Notwendigkeit einer intensiven Bewerbung von App und Website hingewiesen. Die gewonnenen Erfahrungen bestärken diesen Eindruck und zeigen, dass für den längerfristigen Erfolg der Verbreitung von Paaradies® kontinuierliche Marketingmaßnahmen erforderlich sind.

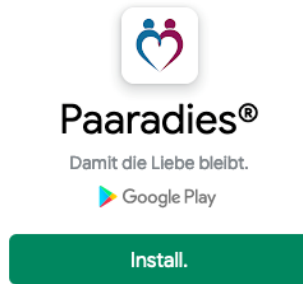
Nach der Freischaltung der App im Juli 2020 wurde im Sinne einer initialen Starthilfe eine erste zeitbegrenzte (Social-) Marketingkampagne durchgeführt. Zwischen Mitte Nov. 2020 und Juni 2021 wurden Werbeanzeigen schwerpunktmäßig im sozialen Medium Facebook geschaltet. Ergänzend wurden bei Google und Taboola statische Bildanzeigen und Displaywerbung geschaltet. Zusätzlich sind zahlreiche Printmedien (Flyer und Tierpostkarten) gedruckt und z.B. an Familienbildungsstätten und EFL-Beratungsstellen verteilt worden. Eine Vielzahl an Onlinebannern und Printanzeigen zur Nutzung im Druck und im Web wurden entworfen und eingesetzt. Das Werbematerial ist zwischenzeitlich in einem eigenen Pressebereich organisiert und kann von dort zu Paaradies®-Werbezwecken heruntergeladen werden. Diese Möglichkeit wird immer wieder von externen Anbietern, der Presse und von Kooperationspartnern genutzt. Weitere werbewirksame Aktivitäten fanden statt bzw. wurden geplant (z.B. Interviews, Presseartikel, Veröffentlichungen). Die Kernziele der Startkampagne lagen aus unserer Sicht darin, Paaradies® bekannt zu machen und erste Erfahrungen mit möglichen Marketingmaßnahmen zu sammeln. Dies ist mit gutem Erfolg gelungen. Bis zum Ende der Kampagne stieg die Zahl der neu registrierten App-Nutzer auf knapp 7400 an<sup>6</sup>. Ein Teil der Registrierungen fand dabei direkt nach Veröffentlichung der App statt. Es ist davon auszugehen, dass diese auf die zahlreichen Erstmaßnahmen zur Bekanntmachung von Paaradies® zurückzuführen sind (z.B. Presserklärungen, Interviews, Internetbeiträge, interne Maßnahmen zur Verbreitung). Der Großteil der Neuregistrierungen erfolgte im Werbezeitraum. Zwischen November 2020 und Juni 2021 verzeichneten wir etwa 5.700 Neuregistrierungen, wobei wir im März die Anzeigenkampagne einen Monat pausierten, um den Erfolg zu überprüfen.

---

<sup>6</sup> Aus Datenschutzgründen sind weder für die Website [damit-die-liebe-bleibt.de](http://damit-die-liebe-bleibt.de) noch die Paaradies®-App Trackingmaßnahmen vorgesehen und eingebunden. Somit ist datengestütztes Marketing nur eingeschränkt möglich.

## MARKETING UND PRESSEARBEIT IM PAARADIES®-PROJEKT 2021/2022

Nach eingehendem Austausch mit der Marketingagentur wurde auf Grundlage der gewonnenen Erkenntnisse eine Reichweiten-Kampagne bei Google geplant. Die Kampagne, bei der über die Google-Suche, auf YouTube und bei Google Play für die Paaradies®-App geworben wird, startete im November 2021.



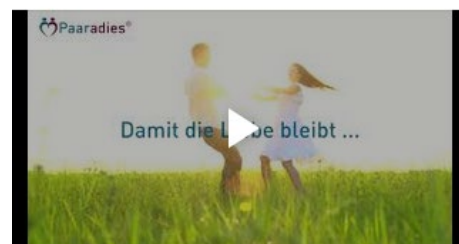
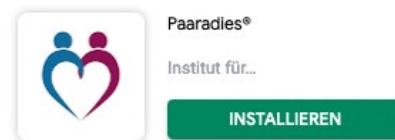
Zum Einsatz kommen/kamen folgende Formate:

Displaynetzwerk-Anzeigen, die genau dann für die APP werben, wenn Nutzer online recherchieren, sich Videos auf YouTube ansehen, in Gmail aktiv sind oder ein Mobilgerät bzw. Apps verwenden.

Videoanzeigen, die YouTube-Nutzer erreichen, wenn diese Videos aufrufen oder suchen. Voraussetzung für erfolgreiche Videowerbung ist ein geeigneter Werbespot. Um kostensparend vorzugehen, wurde ein Kurzwerbespot aus Stock Materialien und vorhandenen App-Screens erstellt.



Cartoons, die z.B. auf unterschiedlichen Webseiten als Anzeigen platziert werden, (Post)karten bzw. Visitenkartchen zur Verteilung.



Damit die Liebe bleibt.  
Die App für alle Paare, die aktiv etwas für ihre...

### Zielsetzung und Erfolge

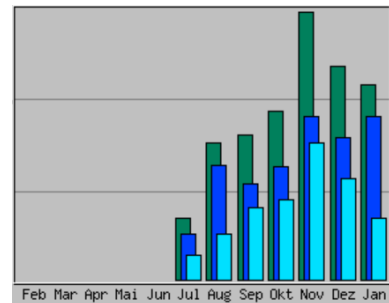
Auf Anraten der Agentur konzentriert sich die zweite Kampagne schwerpunktmäßig auf Google. Der Marktanteil bei Apple liege nur zwischen 30% und 40%, daher seien die Ausgaben beim Playstore gut aufgehoben und richtig. Hinzu käme, dass für iOS unter den Datenschutzvorgaben keine direkte Kampagnenführung bzw. gezielte Auswertung möglich sei, da hierzu ein entsprechendes Plug-in im App Store installiert werden müsse. Dies führe dazu, dass die Werbung für iOS von der Googleanzeige auf die Webseite [damit-die-liebe-bleibt.de](http://damit-die-liebe-bleibt.de) führt und nicht direkt in den App-Store. Hierdurch ist potentiell mit einem Leistungsverlust zu rechnen. Vor diesem Hintergrund und ausgehend von der Basis der bisher generierten Installationszahlen legte die Agentur folgende Zieldefinition für das Android-Betriebssystem fest: konservativ berechnet sei bei einem Einsatz von monatlich 2.400€ (=Mediabudget) ein sogenannter Uplift von 10% in den ersten beiden Monaten und 5% in den Folgemonaten nach Neubeginn der Kampagne erreichbar.

**Vorweggenommen: Insgesamt wurde dieses Ziel deutlich übertroffen.**

Übergeordnet zielten die Werbekampagnen darauf ab, für das Thema gelungene Partnerschaft und Paarkommunikation an sich zu sensibilisieren. Dies ist mit sehr gutem Erfolg gelungen! Nicht nur, dass wir mit einem äußerst geringen finanziellen Einsatz von unter 3,00€ neue App-Nutzer akquirieren können, auch die Website erfreut sich insgesamt sehr großer Beliebtheit. Zwischen Juli 2021 und Januar 2022 wurden ein paar oberflächliche statistische Werte beim Hoster Domainfactory erfasst und von uns ausgewertet. Die Besucherzahlen pro Monat lagen im hohen vierstelligen, teils fünfstelligen Bereich. Auch, wenn die Anzahl der Besucher nur eine erste Erfolgsgröße mit begrenzter Aussagekraft ist, können wir uns mit bis zu 14.000 Besucher monatlich klar im deutlich überdurchschnittlichen Bereich<sup>7</sup> einordnen.

Grundsätzlich gilt: Je mehr Besucher (Visitors) und je mehr Besuche, desto besser. Es zeigte sich eine deutliche Zunahme der Besucher mit Beginn der Werbekampagne im Nov. 2021:

Monat	Monats-Summe			
	Besuche	Seiten	Dateien	Anfragen
<a href="#">Jan 2022</a>	11018	88448	234710	281565
<a href="#">Dez 2021</a>	11764	145703	205699	308870
<a href="#">Nov 2021</a>	14259	197997	235403	387351
<a href="#">Okt 2021</a>	8990	115402	162595	242671
<a href="#">Sep 2021</a>	9139	103602	137391	208824
<a href="#">Aug 2021</a>	10844	65069	165709	197646
<a href="#">Jul 2021</a>	7709	35497	66718	89014
<b>Summen</b>	<b>73723</b>	<b>751718</b>	<b>1208225</b>	<b>1715941</b>



### Beziehungspflege mit der Paaradies® -App

Wer kennt ihn nicht, den Traum von der großen, nie endenden Liebe? Ist die erste Verliebtheitsphase vorbei, gilt es, die frisch gewonnene Liebe wie ein Pflänzchen zu hegen und zu pflegen, damit sie wächst und gedeiht. Aber was tut der Liebe gut? Glaubt man der Wissenschaft, so ist dies z.B. das persönliche Engagement in der Paarbeziehung. Das bedeutet, sich emotional auf den anderen einzulassen, im Gespräch zu bleiben, sich gegenseitig im Alltag zu unterstützen und dem Partner, der Partnerin zu zeigen, dass man aufeinander zählen kann.

#### Die Beziehung hegen und pflegen



Dünger: Reichlich Wertschätzung, Zärtlichkeit, Humor....

Leider können wir aufgrund der strengen Datenschutzvorgaben keine Nutzerinhalte und persönlichen Erfahrungen auswerten. Aber auch andere Zahlen und Fakten sind bemerkenswert. So wurden zur Beziehungspflege seit Inbetriebnahme der App mehr als 34.000 Komplimente verschickt, etwa 19.000 Aufgaben erledigt sowie knapp 9.000 Sedcards angelegt und mit knapp 17.500 Bildern gefüllt. Insgesamt sind bereits beeindruckende 136.500 Blätter an den partnerschaftlichen Paaradies®-Beziehungsbäumen gewachsen! Und auch Rückmeldungen von unseren Testern markieren beispielhaft die positiven Erlebnisse und Erfahrungen mit und rund um das App-Erlebnis:

<sup>7</sup> z.B.: [www.johannes-strommer.com/rechner/abschaetzung-website-besucher-rank/](http://www.johannes-strommer.com/rechner/abschaetzung-website-besucher-rank/) (Zugriff am 17.03.22): Jede Unterseite einer Website sollte mind. 1 Besucher am Tag haben, also im Monat ca. 30. Mit etwa 50 öffentlichen Unterseiten ergibt sich für die Website nach diesen Berechnungen ein Wert von:  $1 \cdot 50 \cdot 30 = 1.500$  erwarteten Besuchern.

Eine schöne App für Paare! Nachdem Zeit zu zweit im Alltag oft viel zu kurz kommt, fand ich es toll, dass die App uns viele Anregungen für gemeinsame Aktivitäten vorschlägt - ein paar davon haben wir auch schon direkt umgesetzt:-) Sehr hilfreich fand ich die Konflikte-Funktion, wenn einem am Partner doch mal etwas ärgert: statt meinem Partner einfach wütende Worte an den Kopf zu hauen, leitet die App durch gut reflektierte Fragen, so dass man am Ende eine konstruktive Nachricht versenden kann.

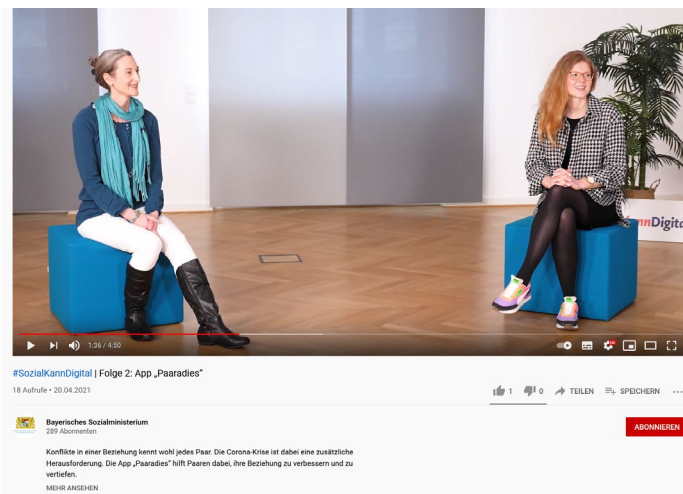
„Macht Spaß und hilft wirklich mehr mit dem Partner (korrekt) zu kommunizieren und regelmäßig Komplimente zu machen. Der Baum ist ein super Anreiz dazu. Möchte man ihn doch am Monatsende komplett voll haben. Das Teilen von Bildern in "Unsere Zeit" erhält die schönen Erinnerungen.“

„Animiert dazu, Quality time/Energie/Gedanken in die Beziehung zu investieren, bietet [einen] guten Rahmen, auch unliebsame Themen anzusprechen, hilft bei der gemeinsamen Planung & Dokumentation der Partnerschaft, ist eine schöne Abwechslung und macht doch echt Spaß.“

### Weitere werbewirksame Maßnahmen im Paaradies-Projekt (2021)

Ergänzend zur Marketingkampagne finden kontinuierlich projektbegleitende Werbemaßnahmen statt. So wird bzw. wurden App und Website zahlreich auf Websites, durch Facebook- oder Instagrambeiträge oder mittels Newsletter beworben.

Das Projektteam kam zudem zahlreichen Interviewanfragen aus der Presse nach, so dass Informationen zur App und/oder der Website in Zeitschriften, Zeitungen, im Radio und im Fernsehen erschienen sind. Auch beteiligten wir uns an Maßnahmen, die durch das Ministerium initiiert wurden, wie beispielsweise an der Kampagne *#SozialKannDigital* oder mit dem Beitrag „Lass uns reden, Schatz!“ im Rahmen eines *Webcoachings*.



### AUSBLICK 2022

Auch für 2022 waren/sind bereits weitere Werbemaßnahmen geplant, wie z. B.:

- Fortsetzung und Abschluss der Werbekampagne bis Ende April
- Kontakt zu Kooperationspartnern mit dem Ziel, (Banner) Werbung zu schalten
- „Pressemappen“ mit Infomaterial für interessierte Redakteure
- Workshops und Zoominfoveranstaltungen für interessierte Fachleute
- Fachartikel in Fachzeitschriften oder andere Pressebeiträge wie z.B. der Beitrag im Münchner Merkur am 24.01.2022 zum Tag des Kompliments oder der Fachartikel in Blickpunkt EFL-Beratung (Ausgabe 1/2022)



---

## DIE WEBSITE DAMIT-DIE-LIEBE-BLEIBT.DE

Die zum Paaradies-Projekt dazugehörige Website [www.damit-die-liebe-bleibt.de](http://www.damit-die-liebe-bleibt.de) wurde am 08. Mai 2020 veröffentlicht. Die Startseite (= Home) der Website ist über den „Weltkugel“-Button direkt aus der App erreichbar. Sie ist Teil des Projekts Paaradies® und ergänzt die Partnerschafts-App Paaradies®. Ihre Lebendigkeit verdankt die neue Website nicht zuletzt ihrem multimedialen Angebot.



Die optisch ansprechend gestaltete und klar strukturierte Website leitet interessierte Nutzer geschickt durch die Fülle von Informationen rund um das Thema „gelingende Beziehung“.

Die Website umfasst ein breites Spektrum an Themen: Neben unterhaltsamen und wissenswerten Inhalten informiert sie über präventive Maßnahmen, wie die international bekannten Kommunikationstrainings EPL, KEK und Co., oder die interaktive DVD-Reihe „Gelingene Kommunikation ... damit die Liebe bleibt“. Auch therapeutische und wissenschaftliche Aspekte des Themas kommen nicht zu kurz. In der bunten Beziehungskiste findet der Nutzer zahlreiche Tipps, Tricks und Infos rund um das spannende und interessante Thema Paarkommunikation, sowie den institutseigenen Fragebogen zu Glück und zu Zufriedenheit in der Partnerschaft (FPZ), einen langjährigen Publikums-magneten der Institutswebsite.

---

## AUSBLICK 2022

Eine Internetseite sollte natürlich immer auf dem neusten Stand bleiben. Daher standen/stehen immer wieder Aktualisierungen und Wartungsarbeiten an.

### Medienmanagement Website (z.B. Suchmaschinenoptimierung, Barrierefreiheit)

Suchmaschinenoptimierung gilt als wichtiger Teil des Onlinemarketinggesamt-konzepts, der sich mit der Auffindbarkeit von Seiten über die organische Suche in den verschiedenen Suchmaschinen, wie Google und vielen mehr beschäftigt. Eine Analyse der Website [damit-die-liebe-bleibt.de](http://damit-die-liebe-bleibt.de) ergab hier Handlungsbedarf. Zwischenzeitlich wurden die Bilder der Webseite katalogisiert (z.B. Metadaten, Titel, Bildbeschreibungen...) und für die Überarbeitung der Website vorbereitet. Leider mussten wir in diesem Zusammenhang erfahren, dass für die Website bisher keine Sicherungen durchgeführt werden. Erste praktische Versuche zur Bildoptimierung haben zudem gezeigt, dass eine händische Überarbeitung jedes einzelnen Bildes in keinem Kosten-Nutzen-Verhältnis steht. Eine sinnvolle und kostensparende Überarbeitung ist nur durch ein zusätzliches Plug-in machbar. Dies wiederum setzt aber zwingend eine vorherige Sicherung voraus, um im Notfall sofort reagieren zu können. Entsprechende Vorgehensweisen und Angebote werden aktuell diskutiert.

### Nutzerfeedback

Um dem wiederkehrenden Wunsch nachzukommen, konkrete Rückmeldungen und Erfahrungen zur Paaradies®-App zu erhalten, wurden Möglichkeiten diskutiert Nutzerfeedback zu erfassen und zu verarbeiten sowie gezielte Befragungen zum App-Nutzen durchzuführen (z.B. in Form einer Erhebung mittels App-Fragebogen). Eine allgemeine In-App-Aufforderung zur Bewertung oder Beantwortung eines Fragebogens soll mittelfristig mit einem nächsten Update geplant und umgesetzt werden. Der Fragebogen wurde im Marketingzeitraum entwickelt und für eine erste Befragung in kleinerem Umfang online

vorbereitet. Zu Beginn des Jahres 2022 haben 30 Nutzer die App getestet. Im März wurde die geplante Nutzerbefragung begonnen.

### **Inhaltliche Weiterentwicklungen und Ergänzungen**

Ab Sommer 2022 ist die Digitalisierung der DVD-Reihe ...damit die Liebe bleibt geplant. Wir hoffen, dass sich mit erfolgreichem Umzug etwas Entspannung in Bezug auf die App-Betreuung einstellt, damit wir unser Engagement der Erweiterung der Website widmen können. Hier sollen die Filmsequenzen und Kommentare unter Erhalt der Interaktivität über ein, an die Website [damit-die-liebe-bleibt.de](http://damit-die-liebe-bleibt.de) angegliedertes, nutzerfreundliches DVD-Online-Portal abrufbar sein. Dieses soll das präventive Angebot zum Thema gelungene Partnerschaft und Paarkommunikation abrunden. Wir sind sehr davon überzeugt, dass hierdurch die Besucherzahlen der Website weiter ansteigen werden und freuen uns nach der Umsetzung auch ein präventives Angebot für die alleinige Nutzung zur Verfügung stellen zu können.

---

### **DIE WEBSITE INSTITUTKOM.DE**

Unsere Homepage [www.institutkom.de](http://www.institutkom.de) wird von Paaren, Fachleuten und Journalisten jedes Jahr intensiv genutzt. Um mit dem technischen Fortschritt mitzuhalten wurde vor längerem entschieden die Website zu modernisieren. In diesem Zusammenhang wurden Ideen zu einem modernen Corporate Design erarbeitet. Die neue Institutshomepage wird das Institut zukünftig umfassend als Einrichtung für angewandte Forschung im Bereich Partnerschaft und Familie repräsentieren. Ein Hauptbestandteil der neuen Homepage sind Detailinformationen zu unseren Forschungsprojekten. Es wurde bereits begonnen das neu entwickelte Design der Institutsseite technisch umzusetzen. Große Bereiche unserer bisherigen Seite wie z.B. die Informationsseiten zu den Kommunikationstrainings und den DVDs sind in diesem Zusammenhang auf die neue Seite [www.damit-die-liebe-bleibt.de](http://www.damit-die-liebe-bleibt.de) umgezogen.

---

### **AUSBLICK 2022**

Aufgrund der projektbedingten extrem hohen Arbeitsbelastung waren 2021 keine Kapazitäten mehr frei. Daher mussten wir die Weiterentwicklung und Veröffentlichung der Institutsseite aufschieben. Sie soll ab Herbst 2022 erneut in Angriff genommen werden.

---

### **„TIERISCH GUT DRAUF“ & PAARADIESISCH GUT DRAUF“ – DIE WERBEINITIATIVE ZU EPL/KEK BZW. PAARADIES**



Seit vielen Jahren werden unsere selbstentwickelten Tiercartoons für Werbezwecke zu unseren Gesprächstrainings eingesetzt. Im Zuge der Veröffentlichung der Paaradies-App und der dazugehörigen Website wurde eine neue Reihe Tiercartoons zu entwickelt. Diese werden seither für Onlinewerbeanzeigen und als Postkarten genutzt, um Paaradies zu bewerben.

## AUSBLICK 2022

Im Rahmen der Googlemarketingkampagne 2021/2022 wurden die Tiermotive durch eine lustige Cartoonserie der Cartoonistin Renate Alf ergänzt. Neben den klassischen Postkarten und Anzeigenmotiven entstanden auch handliche Visitenkärtchen und ein großes Werbeplakat.





### 3. Institutsverlag

Dr. Franz Thurmaier

1995 wurde der institutseigene Verlag mit der Zielsetzung gegründet, Bücher und Manuale vorwiegend von Mitarbeitern des Institutes und der Eheberatung aber auch von Fremdautoren zu veröffentlichen, soweit sie thematisch den Aufgabenbereichen des Institutes entsprechen. Mittlerweile hat sich der Verlag zu einem arbeitsintensiven Aufgabenbereich entwickelt. Vor allem die DVDs werden zahlreich verkauft. Die Gewinne aus den Veröffentlichungen fließen wiederum in die Institutsrücklagen ein.

Bisher wurden im Institutsverlag veröffentlicht:

Austen, S., Benkert, R., Engelmann, U., Natterer, A., H., Pröstler, M. & Wemhöner, C. (2015). Kursleitermanual - APL-Work-Life-Balance.

Böhmert, B., Engl, J., Flügel, G., Ochsner-Trissl, A. & Thurmaier, F. (2015). Familienklima – Ein Eltern-Kommunikationstraining zur Weiterentwicklung der Paar- und Familieninteraktion. Handbuch für ausgebildete Kursleiter. München: Institut für Forschung und Ausbildung in Kommunikationstherapie.

Engl, J. (1997). Determinanten der Ehequalität und Ehestabilität. Eine fünfjährige Längsschnittstudie an heiratswilligen und jungverheirateten Paaren. München: Institut für Forschung und Ausbildung in Kommunikationstherapie.

Engl, J., Ochsner-Trissl, A. & Thurmaier, F.: Stressbewältigung mit Partnerschaftlichem Lernprogramm (SPL). Handbuch für ausgebildete Kursleiter. München: Institut für Forschung und Ausbildung in Kommunikationstherapie.

Engl, J. & Thurmaier, F. (1998). Konstruktive Ehe und Kommunikation (KEK). Ein Kurs zur Weiterentwicklung von Partnerschaft. Kursleitermanual.

Engl, J., Thurmaier, F. & Black, C. (1998). Konstruktive Ehe und Kommunikation (KEK). Ein Kurs zur Weiterentwicklung von Partnerschaft. Vorher-nachher-Ergebnisse: Entwicklung von Kommunikationsqualität, Ehequalität und individuellen Allgemeinbeschwerden.

Engl, J., Thurmaier, F. & Black, C. (1999). Konstruktive Ehe und Kommunikation (KEK). Ein Kurs zur Weiterentwicklung von Partnerschaft. 1½-Jahres-Ergebnisse: Entwicklung von Kommunikationsqualität, Ehequalität und individuellen Allgemeinbeschwerden.

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. (2004). KOMKOM – Kommunikationskompetenz - Training in der Paarberatung. Kurz- und langfristige Effekte. Projekt-Abschlussbericht. München: Institut für Forschung und Ausbildung in Kommunikationstherapie.

- Engl, J. & Thurmaier, F. (2007). Ein Kick mehr Partnerschaft. Gelungene Kommunikation ... damit die Liebe bleibt. Eine interaktive DVD für junge Paare. München: Preview Production.
- Engl, J. & Thurmaier, F. (2010). Gelungene Kommunikation... damit die Liebe bleibt II. Eine interaktive DVD für Paare in mehrjähriger Beziehung. München: Preview Production.
- Engl, J. & Thurmaier, F. (2012). Gelungene Kommunikation... damit die Liebe bleibt III. Eine interaktive DVD für Paare im (Un-) Ruhestand. München: Preview Production.
- Haslbeck, A., Mayer, A. & Thurmaier, F. (Hg.) (2010). Ehe-, Familien- und Lebensberatung in Kirche und Gesellschaft. Theorie und Praxis. München: Institut für Forschung und Ausbildung in Kommunikationstherapie.
- Hauke-Schrag, C., Flügel, G. & Rösgen, P. (2014). Forschungsbericht „Ehe- und Familienberatung für gehörlose und schwer hörgeschädigte Menschen in Bayern“.
- Hauke-Schrag, C. & Böhmert, B. (2014). Forschungsbericht – „Klimaveränderung“ – Familienzeit in den Ferien – Zeit für dich – Zeit für uns.
- Hensel, S., Engl, J. & Thurmaier, F. (2021). Paaradies. Mobile Partnerschafts-App mit korrespondierender Website. Projektdokumentation.
- Hensel, S., Thomas, C. & Böhmert, B. (2010). Projektbericht – JUFA-Studie. Institut für Forschung und Ausbildung in Kommunikationstherapie.
- Hensel, S., Thomas, C. & Böhmert, B. (2010). Forschungsbericht – KESS-Erziehen. Institut für Forschung und Ausbildung in Kommunikationstherapie.
- Hensel, S. (2017). Onlinebefragung in der Ehe-, Familien- und Lebensberatung. Forschungsbericht.
- Heßdörfer, S. (1995). Ehe-, Familien- und Lebensberatung. Ein Ausbildungskonzept.
- Kaiser, A. (1998). Indizierte Prävention von Beziehungsstörungen - Effektivität eines Gruppenprogramms für (Ehe)paare mit längerer Beziehungsdauer zur Verbesserung der partnerschaftlichen Kommunikation und Beziehungsqualität.
- Lorenz, M. (2020). Trennungsambivalenz in der Paarberatung. Forschungsbericht.
- Thurmaier, F. (1997). Ehevorbereitung - ein Partnerschaftliches Lernprogramm (EPL). Methodik, Inhalte und Effektivität eines präventiven Paarkommunikationstrainings.
- Thurmaier, F., Engl, J. & Hahlweg, K. (1995). Ehevorbereitung - Ein Partnerschaftliches Lernprogramm (EPL). Handbuch für ausgebildete Kursleiter.

- Thurmaier, F., Engl, J. & Hahlweg, K. (2015). Ein Partnerschaftliches Lernprogramm EPL. Kursleitermanual. (Vollständig überarbeitete Fassung des EPL-Manuals von 1995)
- Thurmaier, F., Engl, J. & Passauer, A. (2000). Auffrischkurs zum EPL - Ein Partnerschaftliches Lernprogramm (APL). Kursleitermanual.
- Thurmaier, F., Engl, J. (2001). Ein Partnerschaftliches Lernprogramm (EPL). Kursleiterausbildermanual. München: Institut für Forschung und Ausbildung in Kommunikationstherapie.



**Selbstgehaltene Vorträge und Seminarveranstaltungen,  
ReferentInnen- und SupervisorInnen-Tätigkeit 2021**

**Anhang**

<b>Name</b>	<b>Datum</b>	<b>Ort</b>	<b>Thema</b>	<b>Teiln. Zahl</b>
Engl Dr. Joachim	08. – 10.01., 29. - 31.01. und 12.- 14.02.	online	EPL-KEK–Trainerausbildung	12
	15. - 16.01.	online	EPL-KEK-Ausbildersupervision	13
	Jan. – Dez.	München oder online	EFL-Weiterbildungskurs 2020-2025 (Methoden Allgemein-, VT- und KOMKOM- Blöcke)	17
	07. – 09.05. und 21. – 23.05.	online	KOMKOM-Fortbildung	12
	22.11.	online	Supervision EPL-KEK-TrainerInnen	20
	12. – 14.11. und 03. – 05.12.	online	KOMKOM-Fortbildung	12
Hensel Dr. Sandra	07.05.	online	Entspannung für den Gruppenalltag (Tageseltern eV)	10
	22.09.	online	Infoveranstaltung zur Paaradies-App (Steko EFL)	
	23.10.	München	Autogenes Training Einführung	10
	04.12.	online	Entspannung für den Gruppenalltag (Tageseltern eV)	9
	14.12.	online	Die Paaradies-App im Beratungsalltag	16
Thurmaier Dr. Franz	08. – 10.01., 29. – 31.01. und 12. – 14.02.	online	KEK-Trainerausbildung	12
	15. – 16.01.	online	EPL-KEK-Ausbildersupervision	12
	Jan. – Dez.	München oder online	EFL-Weiterbildungskurs 2020-2025 (VT und KOMKOM-Blöcke, Organisationseinheiten)	17
	02. – 04.08.	Regenstauf	EFL-Ergänzungsqualifikationskurs: Theologische Aspekte in der EFL-Beratung	16
	11.10.	München	Supervision EPL-KEK-TrainerInnen	14
	12. – 14.11. und 03. – 05.12.	online	KOMKOM-Fortbildung	12

## Veröffentlichungen in Zeitschriften, Büchern etc. 2021

Name, ggf.Co-Autoren	Titel	Zeitschrift bzw.Verlag, Ort	Jahr	Heft	Seite(n)
Hensel, S., Engl, J. & Thurmaier, F.	Paaradies – Projektdokumentation: Mobile Partnerschafts-App mit korrespondierender Website.	<i>Institut für Kommunikations-therapie</i>	2021		
Weber, D.N., Fischer, M.S., Baucom, D.H., Baucom, B.R., Engl, J., Thurmaier, F. & Hahlweg, K.	Escalation and Regulation of Emotional Arousal in Couples Predicts Relationship Satisfaction Concurrently and 25 Years Later.	<i>Family Process</i>	2021	60	251-269

## Öffentlichkeitsarbeit - Kontakte mit Rundfunk, Fernsehen, Presse 2021

Name	Datum	Thema	Sendeanstalt Programm, z.B. Familienfunk Onlinemagazine, Webportale	Zeitung/ Zeitschrift
Engl Dr. Joachim	März 2021	Kommunikationstraining für Paare – Training für die Beziehung		<i>ZEITmagazin</i>
	30.10.2021	Besser Lieben		<i>SZ</i>
Hensel Dr. Sandra	18.03.2021	#SozialKannDigital: die Paaradies-App	<i>stmas.bayern.de</i>	
	12.05.2021	Besser miteinander reden – kann man üben!	<i>familienland.bayern.de</i>	
	12.06.2021	Streiten ja, aber richtig! 3 Paartipps von der Expertin	<i>zeitfuermich-magazin.de</i>	
	Sept. 2021	Paaradies-App: Hilfen für die Paarbeziehung und eine gelungene Kommunikation	<i>famiienhandbuch.de</i>	
Thurmaier Dr. Franz	07.01.2021	Die Kraft der Komplimente	<i>WDR. Quarks</i>	
	27.07.2021	Lass uns reden, Schatz!	<i>Live-Sendung: Web-Coaching Sozialministerium</i>	