

## Grundlagen II

### Vorwort

Der folgende Lernabschnitt beginnt mit den Lernstoffen der Grundlagen II und schließt mit dem Präsenzworkshop II ab. Der Lernstoff der Grundlagen II baut systematisch auf dem Lernstoff Grundlagen I und dem Workshop I auf.

In Grundlagen I lag der Schwerpunkt auf der Ehe allgemein und der Ehe aus der Sicht Gottes. In Grundlagen II nehmen wir Bezug auf die Paar- und Familienkonstellationen, wie sie uns im Miteinander begegnen. Dabei steht die Person des Mentors als Helfers im Mittelpunkt.

Die Begegnung mit Paaren in schwierigen Situationen löst bei Mentoren meist Gefühle von Hilflosigkeit und Ohnmacht aus. Er sucht innerlich verzweifelt nach den ‚richtigen Worten‘. Und er befindet sich oft in einer Zerreißprobe zwischen möglicher An- und Überforderung. Im Rahmen der Grundlagen II und dem sich anschließenden Workshop werden schwierige Situationen von Paaren näher betrachtet. Es wird aufgezeigt, wo die Zuständigkeit des Mentors beginnt und wo sie endet.

Mit dem auf diesen Grundlagen aufbauenden Präsenzworkshop II erhalten Sie das

### EFA- Label

**„Ehe und Familie stärken und fördern durch Mentoren“**

## Inhalt Grundlagen II

1.	Gespräche führen – wie mit anderen reden?	3
1.1	Gespräche führen – wie mit anderen reden? Teil 1	3
1.2	Gespräche führen – wie mit anderen reden? Teil 2	3
2.	Soziale Kompetenz	3
3.	Das Dilemma des Helfers	3
4.	Supervision und Coaching	4
5.	Grundlagen zum Thema Scheidung und Wiederheirat	4
6.	Besondere Ehe- und Familiensituationen	4
6.1	Welche Hilfe braucht es bei Suchterkrankungen?	4
6.2	Krankheit und Schicksalsschläge	5
6.3	Besonderheiten bei nicht christlichen Ehen	5
6.4	Besonderheiten bei Ehen von Christen und Nichtchristen	5
6.5	Merkmale interkultureller Ehen	5
6.6	Paare ohne Trauschein	6
6.7	„Alte“ und „neue“ Partner	6
6.8	Hochsensibilität und Paarbeziehungen	6
6.9	Eltern im Stress – wir haben besondere Kinder!	6
7.	Grundwissen über Missbrauch und Traumatisierungen	6
7.1	Woran lässt sich Missbrauch erkennen	6
7.2	Grundwissen über Traumatisierungen	7
8.	Ermutigung und Ausblick	7

## 1. Gespräche führen – wie mit anderen reden?

Der Lernstoff wird in einen Teil 1 und einen Teil 2 aufgeteilt.

### 1.1 Gespräche führen – wie mit anderen reden? Teil 1

Dieser Lernstoff beschreibt, wie der Schwerpunkt der Mentoren-Aufgabe, nämlich mit Menschen in Kontakt zu treten, hilfreich unterstützt werden kann. Die Fragen sind: Was macht mich als Mentor aus? In welcher Weise trete ich bevorzugt mit anderen in Kontakt? Wie kann ich ein Gespräch beginnen, sowohl bei Bekannten als auch bei Fremden? Welche Gesprächssituationen sind zu unterscheiden? Was sind Gesprächskiller? Wie kann ich ein Gespräch wieder gut beenden? Wie kann man Gespräche so führen, dass man Interesse zeigt, aber nicht zu direkt wird? Gibt es gute Möglichkeiten sich zu schützen, wenn eine Person nicht mehr „loslassen“ will? Wie vermeidet man Gesprächskiller?

### 1.2 Gespräche führen – wie mit anderen reden? Teil 2

In diesem Lernstoff möchten wir Gespräche unter verschiedenen Blickwinkeln beleuchten. Es geht um folgende Themen: Beziehungen als System verstehen, meine eigene Haltung und die Haltung meines Gegenübers erkennen und wie ich Gespräche in Problemsituationen führen kann. Damit werden Ihre Wahrnehmung und Ihr Bewusstsein für Gesprächssituationen gestärkt. Außerdem beinhaltet der Lernstoff einige einfache Gesprächstechniken, die die Mentorentätigkeit erleichtern.

Ihre Art zu kommunizieren und wie Sie Beziehungen aufbauen, sollen Sie beibehalten, denn damit bleiben Sie authentisch.

**Lernziele von Teil 1 und Teil 2:** Als Mentor mehr Sicherheit in Kontakten und Gesprächen finden.

## 2. Soziale Kompetenz

In diesem Lernstoff geht es um Einstellungen und Fähigkeiten im Umgang mit mir selbst und mit den anderen, insbesondere in der Zusammenarbeit mit anderen oder wenn ich Verantwortung trage. Reflektiert wird das Spannungsfeld zwischen meinen und den Bedürfnissen des anderen.

**Lernziel:** Soziale Kompetenz kennenlernen und das Spannungsfeld zwischen meinen und den Bedürfnissen des anderen erkennen.

## 3. Das Dilemma des Helfers

Der Lernstoff geht der Frage nach, weshalb der Mentor in seiner Rolle als Helfer manchmal ein Dilemma erlebt, obwohl Helfen eigentlich etwas Gutes ist. Wer trägt die Verantwortung für verschiedene Situationen und welcher Umfang an Hilfe wird von jemand in einer bestimmten Situation benötigt? Was mache ich, wenn jemand mehrere Stellen gleichzeitig aufsucht oder nach sofortiger Hilfe ruft? Wie gehe ich mit dem Schwierigen um, das ich gehört oder erlebt habe oder wenn ich sogar Ablehnung erfahre? Was kann ich zu meinem eigenen Schutz tun?

Dieser Lernstoff behandelt auch die Spannung zwischen dem Fördern und Fordern. Wann muss ich loslassen? Wann unterstütze ich Ungutes? Wie kann ich mich abgrenzen, wenn es nötig ist, und freundlich und kompetent Nein sagen? An wen kann ich mich wenden, wenn ich überfordert bin?

**Lernziel:** Eine gute Balance zu finden zwischen Helfen und Selbstschutz.

## 4. Supervision und Coaching

In diesem Lernstoff geht es um die Frage, warum Supervision und Coaching für Mentoren für Ehe und Familie interessant sind. Menschen, die andere Menschen begleiten und beraten, kennen die Wichtigkeit der Reflexion ihres Tuns und Handels. Es geht um Austausch mit anderen, die Erfahrung von Hilfestellung und ein Gefühl der Solidarität. „Ich bin nicht allein.“

Im Lernstoff „Dilemma des Helfers“ und in den Lernstoffen zu „besonderen Ehe- und Familiensituationen“ liegt der Schwerpunkt auf dem Thema „Abgrenzung“. In diesem Lernstoff wird eine Möglichkeit vorgeschlagen, mich mithilfe anderer Menschen zu reflektieren und einen guten Weg für mich zu finden und/oder wie andere mich darin unterstützen können, mich nicht zu überfordern.

**Lernziel:** Eine Methode der Unterstützung und Entlastung kennenlernen.

## 5. Grundlagen zum Thema Scheidung und Wiederheirat

Scheidungen und Wiederheirat begegnen uns in den letzten Jahren verstärkt in christlichen Gemeinden. Viele Gemeinden stehen vor der Herausforderung: Wie lässt sich der Spagat zwischen dem Wunsch nach lebenslangen Ehen und der Realität der Zerbrechlichkeit von Ehen gestalten?

Wir werden in diesem Lernstoff folgenden Fragen nachgehen: Was sind die biblischen Grundlagen? Wie können Gemeinden mit diesem Thema authentisch umgehen? Wie kann der Mentor betroffene Paare hilfreich begleiten? Was können wir tun, um Ehe und Familie in unseren Gemeinden zu stärken, damit Ehe im biblischen Sinn nicht nur ein frommer Wunsch bleibt?

**Lernziel:** Umgang mit dem konfliktreichen Thema Scheidung und Wiederheirat in unseren Gemeinden

## 6. Besondere Ehe- und Familiensituationen

### 6.1 Welche Hilfe braucht es bei Suchterkrankungen?

Der Lernstoff behandelt einerseits das Thema Sucht und andererseits die Auswirkungen der Sucht auf Partnerschaft und Familie.

Fragestellungen sind: Wann spricht man von Sucht? Wie unterscheiden sich körperliche und psychische Abhängigkeit? Was ist stoffliche und nichtstoffliche Sucht?

Wer kann dem Partner von Süchtigen helfen, und wann befindet er sich in der Gefahr der Co-Abhängigkeit? Der Partner befindet sich oft im Spannungsfeld, den Süchtigen einerseits vor der Entdeckung schützen zu wollen und ihn andererseits damit konfrontieren zu müssen. Welche Spaltungsgefahr gibt es für die Ehe, wenn Kinder süchtig sind? Kann der Mentor dem Süchtigen helfen? Wo gibt es Anlaufstellen sowohl für den

Betroffenen als auch für den Partner? In diesem Lernstoffkapitel gehen wir speziell auf die Alkoholsucht (verschiedene Formen) und Pornografiesucht ein.

**Lernziel:** Grundlagenwissen über Suchterkrankungen und Möglichkeiten der Hilfe.

## 6.2 Krankheit und Schicksalsschläge

Dieser Lernstoff beschreibt besondere Situationen, die Ehepaare in ihrem gemeinsamen Leben erleben können. Diese Situationen umfassen die körperliche oder psychische Erkrankung oder die Behinderung eines Partners oder Kindes. Ebenso wenn Ehepaare unter großen Belastungen, z.B. durch finanziellen oder zeitlichen Druck leben müssen, oder es familiäre Verpflichtungen gibt, wie z.B. die Pflege der Eltern. Welche Spaltungsgefahr besteht, weil ein Partner mit einer schweren Situation (z.B. Kinderlosigkeit, Fehlgeburten und Tod) anders umgeht als der andere?

Was bedeutet es für das Paar, wenn Erlebnisse aus der Vergangenheit Schwierigkeiten in der Gegenwart verursachen? Oder wenn Paare (oder ein Partner) durch die Art der Verarbeitung es sich selber schwer machen.

Der Lernstoff thematisiert außerdem, was Paare in schweren Situationen manchmal durch ihre Umgebung an Unverständnis oder Verletzungen erleben und welche Hilfe ihnen gut tut.

**Lernziel:** Wissen über die besonderen Situationen von Paaren mit Krankheiten und Schicksalsschlägen.

## 6.3 Besonderheiten bei nicht christlichen Ehen

Als Mentor begegnen Sie sicher auch Paaren, die keinen christlichen Hintergrund haben. Hier können Unsicherheiten entstehen, die folgende Fragen aufwerfen: Wie denken Nichtchristen? Habe ich Vorurteile? Welche Haltung bedarf es meinerseits? Geht es mir darum, diesen Menschen in Liebe und Barmherzigkeit zu begegnen oder sie zu missionieren? Wie kann ich die Weisheit Gottes so formulieren, dass ein Mensch ohne christlichen Hintergrund mich versteht?

**Lernziel:** Meine Haltung gegenüber Nichtchristen überprüfen. Gottes Handeln vertrauen und das Evangelium nicht predigen, sondern leben.

## 6.4 Besonderheiten bei Ehen von Christen und Nichtchristen

Bei Partnerschaften, in denen ein Partner Christ und der andere kein Christ ist, ist es erforderlich, beide Partner verstehen zu lernen. Was ist ihre besondere Situation? Ist der nichtchristliche Partner gegen den Glauben oder verunsichert ihn die Veränderung des anderen Partners? Wie erlebe ich als Begleiter das Paar? Was tun, wenn der christliche Partner in Spannung zwischen Gemeinde- und Eheleben kommt? Was muss ich wissen, wenn der Partner einer anderen Religion angehört?

**Lernziel:** Sensibilität für diese spezielle Situation entwickeln.

## 6.5 Merkmale interkultureller Ehen

In Deutschland werden 15% aller Eheschließungen zwischen einem Deutschen und einem Ausländer geschlossen. Die kulturellen Unterschiede können zusätzliche Herausforderungen für die Partner sein, Ehe und Familie zu leben.

**Lernziel:** Sensibilität für interkulturelle Ehen und ihre Lebensumstände entwickeln.

## 6.6 Paare ohne Trauschein

Warum leben auch christliche Paare ohne Trauschein zusammen? Welche Standpunkte gibt es zum Thema „Sex vor der Ehe?“ Wie kann die Paar-Mentoren-Beziehung auch bei unterschiedlichen Ansichten aufrechterhalten werden?

In diesem Lernstoff wird nicht mit dem moralischen Zeigefinger gezeigt, aber es wird deutlich Position bezogen. Sie als Mentor für Ehe und Familie sind aufgefordert, Ihr persönliches Verständnis zu vertiefen und für Ihren Gemeindegemeindekontext umzusetzen.

**Lernziel:** Sensibilität für diese spezielle Situation entwickeln.

## 6.7 „Alte“ und „neue“ Partner

Dieser Lernstoff befasst sich mit zwei voneinander getrennt zu betrachtenden Familienkonstellationen.

Im ersten Teil geht es um sogenannte Dreiecksbeziehungen. Darunter versteht man, dass ein Partner nicht nur mit seinem Partner, sondern zusätzlich mit einer dritten Person eine (sexuelle) Beziehung führt. Andere Worte dafür sind Fremdgehen, Seitensprung, ein Verhältnis bzw. eine Affäre haben.

Im zweiten Teil stehen die Herausforderungen einer Patchworkfamilie im Blickpunkt. Es wird uns die Frage beschäftigen, in welchen besonderen Situationen sich Patchworkfamilien befinden. Und dieser Teil gibt Anhaltspunkte, wie man als Mentor Patchworkfamilien praktisch unterstützen kann.

**Lernziel:** Wissen über die Besonderheiten im Umgang mit Dreiecksbeziehungen und Patchworkfamilien und deren Problemstellungen erkennen.

## 6.8 Hochsensibilität und Paarbeziehungen

Was ist Hochsensibilität? Wie beeinflusst diese eine Paarbeziehung und auf was kann der Mentor im Umgang mit diesen Menschen achten?

**Lernziel:** Besonderheiten im Umgang mit Hochsensibilität in der Paarbeziehung.

## 6.9 Eltern im Stress – wir haben besondere Kinder!

In diesem Lernstoff geht es um die veränderten Lebensverhältnisse und Familiensituationen in unserer Zeit und deren Auswirkungen auf Eltern und Kindern. Wie erleben Eltern und Kinder das veränderte „Elternsein-wollen oder -können“ aus ihrer Sicht? Wie geht es Eltern mit „besonderen“ Kindern in unserer Zeit? Welche Not erleben sie?

**Lernziel:** Die Not der Eltern verstehen und auf weitere Beratungsmöglichkeiten hinweisen können.

## 7. Grundwissen über Missbrauch und Traumatisierungen

### 7.1 Woran lässt sich Missbrauch erkennen

Was ist sexueller Missbrauch? Was begünstigt sexuellen Missbrauch in der Familie und Gemeinde? Wer sind die Täter, wer ist Opfer? Wie kann ich sexuellen Missbrauch erkennen? Wie kann ich vorgehen, wenn

ich ihn vermute? An wen kann ich mich wenden mit diesem sensiblen Thema und doch verhindern, dass ich jemanden verleumde?

Der Lernstoff enthält auch Differenzierungen und Statistiken über verschiedene Formen von sexueller und körperlicher Gewalt und deren Auswirkungen. Er gibt ebenso Informationen über Möglichkeiten der Prävention.

Auf das Thema „Geistlicher Missbrauch“ wird ebenfalls kurz eingegangen.

**Lernziel:** Nicht wegschauen, sondern eine Bewusstwerdung dieser Problematik und der sensible Umgang damit.

## 7.2 Grundwissen über Traumatisierungen

Dieser Lernstoff soll Ihnen Grundlagenwissen über die Auswirkungen von Traumatisierungen vermitteln, die Personen erleiden können und Sie für den Umgang mit diesen sensibilisieren und darin unterstützen, Situationen besser einzuschätzen. Woran erkenne ich eine traumatisierte Person? Wohin kann und sollte ich als Mentor sie vermitteln?

**Lernziel:** Wissen über Grundlagen von traumatisierten Personen, zur Sensibilisierung und besseren Einschätzung der Situation. Wissen um die Weiterleitung an Spezialisten für Traumatherapie.

## 8. Ermutigung und Ausblick

Wie geht es weiter? Hilfreiche Tipps. Wo können bzw. sollen Mentoren für Ehe und Familie in der Gemeinde verankert sein? Informationen wie Mentoren von der Stiftung in ihrer Arbeit unterstützt, ausgebildet, in ihrer Arbeit gefördert und beraten werden. Bildung von lokalen Mentorennetzwerken in Gemeinden. An wen kann ich mich im Problemfall wenden? Wie komme ich an den geeigneten Seelsorger und Therapeuten? Wie ein Netzwerk in einer Gemeinde aufgebaut werden kann und wie die Vernetzung zur Stiftung realisiert werden wird.