

## Sich verstehen will gelernt sein!

Wenn sich zwei Menschen ineinander verlieben, beginnt für beide eine schöne Zeit. Herzklopfen, Schmetterlinge im Bauch, Wolke sieben und die berühmte rosarote Brille.

In dieser Zeit erleben die meisten Paare wenig Konflikte oder Enttäuschungen miteinander. Wenn ein Paar später die Entscheidung für ein gemeinsames Leben trifft, beginnen große Veränderungen. Das Paar sucht sich eine gemeinsame Wohnung oder baut ein Haus, sie entschließen sich zu heiraten und wollen eine Familie gründen. Damit sind für Mann und Frau neue große Herausforderungen verbunden.

Die anfängliche, überschwängliche Verliebtheit wird nach einiger Zeit zum Alltag, mit all seinen schönen, aber auch konfliktreichen Facetten. Und auch wenn die Beziehung mit einer großen Verliebtheit begann, beide gut zueinander passen und eine solide gemeinsame Basis gefunden haben, scheitern viele Paare dennoch.

Auch wer sich „richtig“ liebt, kann sich schnell verlieren, wenn Mann und Frau nicht konstruktiv miteinander reden und in Stresssituationen nicht gut aufeinander eingehen können. Wenn am Ende des Weges dann eine Trennung oder Scheidung steht, ist das besonders tragisch wenn auch Kinder davon betroffen sind. Alle Menschen, die in einer Partnerschaft leben, kennen Situationen, in denen sie sich vom anderen nicht verstanden fühlten oder ihn bzw. sie nicht verstehen konnten. Das passiert auch in gut funktionierenden Ehen oder Partnerschaften. Im vergangenen Jahr kamen 86 Paare zu uns in die Beratungsstelle, um sich in dieser oder ähnlicher Situation Unterstützung zu suchen.

Entscheidend für Erfolg oder Scheitern der Beziehung ist, wie die beiden Partner mit Schwierigkeiten umgehen. Durch wissenschaftliche Studien ist belegbar, dass sich glückliche von unglücklichen Paaren in der Art und Weise unterscheiden, wie sie miteinander reden. Wir alle werden jedoch darauf nicht vorbereitet, es gibt keine „Ausbildung“ oder „Schule“, wie ich ein guter Partner und eine gute Partnerin werde.

Aber es gibt ein Kurskonzept, das inzwischen auf langfristige Effekte untersucht



wurde und sich bewährt hat. Es trägt den komplizierten Namen „Ein Partnerschaftliches Lernprogramm“, kurz EPL, folgt jedoch ganz unkomplizierten Regeln für ein gutes Gespräch. Und diese

Regeln kann man lernen.

Dabei gilt wie bei allen Fähigkeiten: Übung macht den Meister. Wir bieten dazu einmal im Jahr einen Wochenendkurs an, der sich an Paare richtet, die gern harmonischer und liebevoller miteinander umgehen wollen.

**Der diesjährige Kurs findet vom 24. bis 26. Mai 2019 statt.**

Für den gesamten Kurs, inklusive Materialien, entsteht ein Teilnahmebeitrag von 180 € pro Paar. Wenn Sie Interesse oder Fragen dazu haben, rufen Sie uns an.

Ansprechpartner für den Kurs sind Frau Ulbricht und Herr Demmler.

**Familienberatungsstelle der Diakonie  
Karl-Liebknecht-Str. 16, 02625 Bautzen  
Tel.: (03591) 48 16 10  
familienberatung@diakonie-bautzen.de**

**Wir bilden aus!**

**Ausbildung zum/zur Altenpfleger/-in**

Ausbildungsbeginn: 1.9.2019 Bewerbungsfrist: bis 15.4.2019

**Weiterhin bieten wir die Möglichkeit zum**

**Bundesfreiwilligendienst  
oder freiwilligen sozialen Jahr**

**„Sozial ist genial und Diakonie hat Zukunft“.**

**Bewerbungen senden Sie bitte an:**

Diakonisches Werk Bautzen e.V.

Personalabteilung

Karl-Liebknecht-Straße 16, 02625 Bautzen

Tel. (03591) 48 16 44

E-Mail: personal@diakonie-bautzen.de

## Vom Anhalten und Aufräumen – Rückblicken und Ausblicken ...

Am Anfang des Jahres hatte ich begonnen langsam mein Büro auszuräumen.

Zuerst kam mir die Sache etwas unwirklich vor, doch der Kalender lehrte mich, das nächste Blatt (März 2019) kannst du nur noch für einen Nachfolger umschlagen.

Also anpacken und loslegen. Für Schriftwechsel auf dem Schreibtisch und Akten in den Schränken gibt es „Ordnungen“. Die kann man als Wegweiser durch den Dschungel der angehäuften Papiere nutzen und recht sachlich an den richtigen Ort bringen. Was ich noch schöner fand ist das brummende Geräusch des Papierschredders. Was dort hineinging war „aufgeräumt“!

Doch dann gibt es noch den „wirklich schwierigen Stapel“ auf dem Fußboden.

Ein Sammelsurium von Bildern, Zetteln und alten Kalendern, die sich ganz schnell in Menschen und Ereignisse verwandeln, die mir im Laufe der Jahre begegnet sind und sich nicht einfach per Ordnung oder Anweisung auflösen und damit „aufgeräumt“ sind. Diese haben mich beschäftigt und wo ich gemeinsam mit den Betroffenen versuchte einen Weg zu finden, um anstehende Anliegen zu klären und Probleme der Menschen zu lindern.

Da waren die Nachbarn die sich Gedanken machten, warum im Haus nebenan kein Licht mehr leuchtet, obwohl tagsüber der etwas sonderbare Nachbar über den Hof huscht und so schnell er auftauchte, auch wieder in seinem Haus verschwand. Nach einiger Zeit wollten die Nachbarn Klarheit über die Situation dieses Menschen gewinnen, weil sie sich Sorgen um den Mann machten. Selbst war ihnen ein Eingreifen nicht möglich. Doch sie informierten sich wer helfen könnte. Dann klingelte das Telefon bei mir. Keine Patentlösung stand an. Es ging um eine Hilfe, die „passt“. Wie kann ich diesen Mann erreichen? Ein Beratungsgespräch anbieten? Einen Hausbesuch vereinbaren? Eventuell Angehörige einbeziehen oder einen anderen Sozialdienst? Im Rahmen der Kirchenbezirkssozialarbeit war es möglich, nach einer individuellen Hilfe zu suchen und entspre-

chend zu reagieren. Dabei musste ich aber auch akzeptieren, dass es misslingen kann eine befriedigende, dauerhafte Lösung zu finden.

Was krame ich noch heraus aus meinem Sammelsurium von Erinnerungen?

Bilder von Freizeiten für Menschen mit Behinderung. Darauf das „multifunktionale Gefährt“ der „Zweigstelle für Inneren Mission“ (Name der Dienststelle bis in das Jahr 1991). Ein mit allen Utensilien für eine Freizeit vollgestopften „Trabant“ (Kombi). Da fanden Rollstühle, Decken, kleine Hilfsmittel für Teilnehmer, Projektor, Bücher und Schreibzeug einen Platz. Der Beifahrersitz war freigehalten für eine Teilnehmerin, die per Tragetuch („vier Mann/Frau – vier Ecken“) am Anreisetag dort Platz fand und damit ihr „Fahrdienst“ zur Freizeit gesichert war.

Ich ermuntere mich zu einem kühnen Schwung und gebe den Rest der Büroberäumung in die „Aktvernichtung“. Kurz ziehe ich noch an einem Zipfel von gelbem Papier und lese darauf:

*„So lebe denn in Frieden mit Gott, was du auch immer für eine Vorstellung von ihm hast. Was auch immer dein Streben und Sehnen ist, bewahre dir den Frieden mit deiner Seele, also den Frieden mit dir selbst und deinen Mitmenschen. Dann wird in dir die Erkenntnis wachsen, dass die Welt bei aller Mühe und Last, bei aller Plage und zerronnenen Träumen, dennoch eine schöne ist, auf der zu leben sich lohnt“.*

Das Zitat hatte ich einmal von einem Freund bekommen. Es stammt aus der St.-Pauls-Kirche in Baltimore und ist mit der Jahreszahl 1692 datiert.

Ich lege das Papier zur Seite und verlasse mit diesem Ratschlag im Kopf den Stuhl in der Beratungsstelle.

Meinem Nachfolger wünsche ich eine gelingende Zeit. Allen (ehemaligen) Mitstreitern „frohes Schaffen“ und „Auf Wiedersehen“ ... im Ehrenamt (?).

Hermann Kreiß