

Neue Wege in der Beratung

Die Altöttinger Ehe, Familien- und Lebensberaterin Dr. Barbara Heller ist die erste zertifizierte Therapeutin für Emotionsfokussierte Paartherapie in der institutionellen Paarberatung in Bayern.

ALTÖTTING. Seit drei Jahren praktiziert die EFL-Beratung im Bistum Passau als erste kirchlich getragene Paarberatung in Deutschland die „Emotionsfokussierte Paartherapie“ (EFT) – unter Ausbildung und Supervision von hochrangigen Spezialisten aus Kanada, US-Amerika und Norwegen. Seit wenigen Tagen ist Dr. Barbara Heller, als erste der zehn Passauer EFL-Berater, dafür zertifiziert. Neben einer einwöchigen Ausbildung in den EFT-Basics und des mehrwöchigen „Core-Skills“-Trainings müssen die Kandidaten zahlreiche Videographien von Paarsitzungen einreichen. Dazu gibt es kollegiale Interventionen und eine spezielle Lerngruppe, die der Gesamtleiter der EFL, Helmut A. Höfl, betreut.

Im Vergleich zu den bisherigen Angeboten der Paarberatung lässt die emotionsfokussierte Paartherapie die Hintergründe partnerschaftlichen Streits besser verstehen. „Allerdings“, so fügt Höfl an, „müssen Paare mit etwas mehr Einsatz an Zeit und Arbeit investieren; eine Paartherapie ist regulär mit 20-25 Stunden anzusetzen“. Deshalb sei die Paarberatung nach wie vor ein empfehlenswertes Mittel, Gutes für seine Paarbeziehung und Familie zu tun.

Dr. Heller ist nun anerkanntes Mitglied der ICEEFT (International Centre for Excellence in Emotionally Focused Therapy) geleitet von der Gründungsdirektorin Prof. Dr. Sue Johnson, University of Ottawa, Kanada. Sie ist nun berechtigt, die hochwirksame EFT-Paartherapie durchzuführen. Zudem ist Dr. Heller in der EFL-Beratung die zuständige Koordinatorin für die EFT. Dabei kommt der gebürtigen US-Amerikanerin aus Maine ihre Muttersprachlichkeit zugute. „Ich komme aus einem kleinen Dorf mit circa 1000 Einwohnern, wo meine Familie einen Tante-Emma-Laden mit Restaurant betrieben hat“, erzählt Barbara Heller, „wahrscheinlich sind mir deswegen mein Leben lang Gemeinschaft und Verbundenheit so wichtig gewesen.“ Als Wissenschaftlerin schätzt Heller an dieser Therapieform, dass sie fundiert und wirksam erprobt ist, als Gläubige stellt für sie EFT eine Verkörperung des Hauptgebots der Liebe dar. „EFT macht Liebe explizit oder, wie Dr. Sue Johnson sagt: „Liebe macht Sinn“. Sie sei sehr dankbar, dass sie in diesem Bereich nun arbeiten dürfe, macht aber auch klar: „EFT ist kein Allheilmittel und nicht für jedes Paar geeignet.“ Laut Dr. Heller wächst der Bedarf nach EFT derzeit



Dr. Barbara Heller ist die erste EFL-Beraterin aus dem Bistum, die für die „Emotionsfokussierte Paartherapie“ zertifiziert ist.
Foto: privat

weltweit. Einige Klienten würden deshalb sogar aus der Schweiz oder aus Norddeutschland anreisen, weil sie gezielt EFT machen möchten. Helmut A. Höfl, Initiator der EFT-Ausbildung in Südostbayern, freut sich mit der 30-köpfigen Crew der EFL-Berater im Bistum Passau über diesen Erfolg: „Aus dem Senfkorn unermüdlicher Wirkungsforschung und kritischen Selbstüberprüfung unserer Arbeit führte der Weg in eine Arbeit mit

Paaren, die nicht nur sehr wirksam, sondern auch enorm feinfühlig und bindungsstärkend ist – und heute stehen wir vor dem ersten Baum in der Reihe von gut ausgebildeten Paartherapeuten.“

Die Diözese investierte großzügig in diese Ausbildung. Personalreferent Josef Ederer: „Hier ist jeder Euro gut eingesetzt, wenn es um das nachweisliche Senken der Scheidungsbereitschaft und vor allem um ein tragende, erfüllte und tief verbundene Partnerschaft geht.“

Die EFL-Beratung steht ab 4. Mai 2020 wieder als Face-to-Face-Beratung den Paaren, Familien und Einzeln zur psychologischen Beratung und Paartherapie kostenfrei offen – getragen zu 80 Prozent von der Kirchensteuer und zu 20 Prozent von Staat und Kommunen. red ■

ONLINE-TIPP

Die Ehe-, Familien- und Lebensberatung bietet den nächsten freien EFT-Kurs „Halt mich fest“ von 27. bis 28. Februar 2021 und von 23. bis 24. Oktober 2021 in Burghausen an. Infos über EFT: www.eft-paartherapie.de

