



www.sozialministerium.bayern.de



Dem Bayerischen Staatsministerium für Arbeit und Sozialordnung, Familie und Frauen wurde durch die Beruf & Familie gemeinnützige GmbH die erfolgreiche Durchführung des Audits Beruf & Familie® bescheinigt:
www.beruf-und-familie.de.



Familienservicestelle 0180 / 12 33 555
Telefonische Auskunft für familienbezogene Leistungen und Hilfen

- Zentrum Bayern Familie und Soziales
- Für Anrufer aus Bayern zum Ortstarif
- Auch aus öffentlichen Telefonzellen
- Nicht von Mobilfunk, nicht aus Internet



BAYERN DIREKT
ist Ihr direkter Draht zur Bayerischen Staatsregierung.
Unter Tel.: 0 18 01/20 10 10 (3,9 Cent pro Minute aus dem Festnetz der Deutschen Telekom; abweichende Preise aus Mobilfunknetzen) oder per E-Mail unter direkt@bayern.de erhalten Sie Informationsmaterial und Broschüren, Auskunft zu aktuellen Themen und Internetquellen sowie Hinweise zu Behörden, zuständigen Stellen und Ansprechpartnern bei der Bayerischen Staatsregierung.



Bayerisches Staatsministerium für
Arbeit und Sozialordnung, Familie und Frauen
Winzererstr. 9, 80797 München
E-Mail: kommunikation@stmas.bayern.de
Gestaltung: brainwaves.de, München
Bildnachweis: Anja Wechsler, Fotografie; Heidi Mayer, Fotografie
Druck: Peradruck GmbH, München
Stand: September 2007

Bürgerbüro: Tel.: 0 89/12 61 - 16 60, Fax: 0 89/12 61 - 14 70
Mo–Fr 9.30 bis 11.30 Uhr und Mo–Do 13.30 bis 15.00 Uhr
E-Mail: Buergerbuero@stmas.bayern.de

Hinweis: Diese Druckschrift wird im Rahmen der Öffentlichkeitsarbeit der Bayerischen Staatsregierung herausgegeben. Sie darf weder von Parteien noch von Wahlwerbern oder Wahlhelfern im Zeitraum von fünf Monaten vor einer Wahl zum Zwecke der Wahlwerbung verwendet werden. Dies gilt für Landtags-, Bundestags-, Kommunal- und Europawahlen. Missbräuchlich ist während dieser Zeit insbesondere die Verteilung auf Wahlveranstaltungen, an Informationsständen der Parteien, sowie das Einlegen, Aufdrucken und Aufkleben parteipolitischer Informationen oder Werbemittel. Untersagt ist gleichfalls die Weitergabe an Dritte zum Zwecke der Wahlwerbung. Auch ohne zeitlichen Bezug zu einer bevorstehenden Wahl darf die Druckschrift nicht in einer Weise verwendet werden, die als Parteinahme der Staatsregierung zugunsten einzelner politischer Gruppen verstanden werden könnte. Den Parteien ist es gestattet, die Druckschrift zur Unterrichtung ihrer eigenen Mitglieder zu verwenden.

**JETZT NEU MIT
PARTNER-DVD**



GENERATION
Familie
IN BAYERN

WIR HEIRATEN!

WIR HEIRATEN!

VORWORT

Liebes Brautpaar,

Sie haben sich entschieden, Ihr weiteres Leben gemeinsam zu gehen. Dazu möchten wir Ihnen schon jetzt herzlich gratulieren und Ihnen alles Gute für Ihre gemeinsame Zukunft wünschen.

Eine Ehe basiert auf Liebe, Partnerschaft und wechselseitiger Unterstützung. Sie eröffnet viele Möglichkeiten zur Entfaltung und Entwicklung Ihrer Persönlichkeit. Sie erfahren dauerhafte Bindung, Verlässlichkeit, Zuwendung, Anerkennung und Wertschätzung.

Ehe und Familie bilden die Basis für die nachwachsende Generation. In der Familie erleben die Kinder Liebe, Geborgenheit und eine gute Erziehung, sie erlernen soziale Fähigkeiten und entwickeln Selbstvertrauen. Dies sind unverzichtbare Voraussetzungen für das Zusammenleben in unserer Gesellschaft und die Lebenschancen künftiger Generationen.

Der Staat hat sich Ehe und Familie gegenüber in besonderer Weise verpflichtet und will diese Formen des Zusammenlebens schützen und fördern. Viele Fragen wurden deshalb durch Gesetze geregelt, um so auch ein Stück Sicherheit, Zuverlässigkeit und Beständigkeit zu gewährleisten, die die Ehe ja auszeichnen sollen.

Mit dieser Broschüre möchten wir Sie aber nicht nur über die rechtlichen Grundlagen der Ehe und über die staatlichen Förderungen für Familien informieren, sondern Ihnen auch Tipps und Antworten auf die vielen praktischen Fragen geben, die mit dem Heiraten verbunden sind – vom Ehenamen bis zur Lohnsteuerklasse. Ebenso finden Sie hier Hinweise auf das vielfältige Angebot an Hilfen für das Gelingen von Partnerschaft und Familie.

Ganz besonders freut es uns, dieser Broschüre die DVD – „Gelungene Kommunikation ... damit die Liebe bleibt“ beilegen zu können. Sie ist ein Geschenk an Sie, das Ihnen helfen soll, auftretende Konflikte besser zu lösen und zu einer gelingenden, erfüllten Lebenspartnerschaft zu kommen.

Eine Familiengründung ist eine schöne, verantwortungsvolle Aufgabe und eine spannende Herausforderung für Sie beide. Wir wünschen Ihnen viel Glück und Verständnis für einander zum Gelingen Ihrer Partnerschaft in guten wie in schweren Zeiten!



Ihre

Christa Stewens

Christa Stewens

Bayerische Staatsministerin
für Arbeit und Sozialordnung,
Familie und Frauen



Ihre

Melanie Huml

Melanie Huml

Bayerische Staatssekretärin
für Arbeit und Sozialordnung,
Familie und Frauen

INHALT



Einleitung	8		
1. Der Weg zur Trauung	10 – 19		
Notwendige Formalitäten	10		
Die Wahl des Ehenamens	12		
Gesetzliche Regelungen oder Ehevertrag	15		
Ehelicher Güterstand	16		
Die Eheschließung	18		
2. Ein neuer Lebensabschnitt: Die Ehe	20 – 23		
Gemeinsame Lebensplanung	21		
Partnerschaft und Kommunikation	22		
Ehe- und Familienberatung	23		
3. Rechtliche und wirtschaftliche Aspekte der Ehe	24 – 29		
Unterhaltspflicht	25		
Mietverträge	26		
Sozialversicherung	25		
Staatsangehörigkeit	27		
Staatsangehörigkeit der Kinder	28		
4. Steuerrecht für Ehepaare	30 – 33		
Ehegattensplitting	30		
Die richtige Lohnsteuerklasse	32		
Weitere steuerliche Auswirkungen	33		
5. Familiengründung	34 – 41		
Gesundheitliche Vorsorge vor der Schwangerschaft	35		
Gesundheitliche Vorsorge während der Schwangerschaft	36		
Hilfen für Schwangere	37		
Unterstützung für Schwangere in Notlagen	37		
Mutterschaftshilfe	38		
Mutterschutzbestimmungen	38		
Gesundheitliche Vorsorge nach der Geburt	39		
Standesamtliche Beurkundung der Geburt	40		
Namensgebung	41		
6. Das Leben zu dritt	42 – 45		
Elternschaft und Partnerschaft	42		
Elternbildung	42		
Erziehungsberatung	45		
7. Leistungen für die Familie	46 – 55		
Kindergeld und Steuerfreibeträge für Kinder	46		
Weitere steuerliche Auswirkungen	49		
Elternzeit	50		
Familienservicestelle beim Zentrum	51		
Bayern Familie und Soziales			
Elterngeld	50		
Landeserziehungsgeld	52		
Elternzeit	54		
Stichwortverzeichnis	56		
Anhang	60		

EINLEITUNG

Ehe und Familie stehen unter dem besonderen Schutze der staatlichen Ordnung (Artikel 6 Absatz 1 des Grundgesetzes für die Bundesrepublik Deutschland).

Ehe und Familie sind die natürliche und sittliche Grundlage der menschlichen Gemeinschaft und stehen unter dem besonderen Schutz des Staates (Artikel 124 Absatz 1 der Verfassung des Freistaates Bayern). Die Ehe wird auf Lebenszeit geschlossen. Die Ehegatten sind einander zur ehelichen Lebensgemeinschaft verpflichtet; sie tragen für einander Verantwortung (§ 1353 Absatz 1 des Bürgerlichen Gesetzbuchs).

8

Heiraten gehört zu den wichtigsten Entscheidungen, die Sie in Ihrem Leben fällen. Nur wenige Schritte im Leben haben so weit reichende Konsequenzen wie die Eheschließung.

Diese Broschüre informiert Sie und verfolgt dabei mehrere Ziele:

ZUR VORBEREITUNG DER EHE SCHLIESSUNG ERLÄUTERT DIE BROSCHÜRE ZUNÄCHST DEN ABLAUF UND DIE FORMALITÄTEN.

DIE BROSCHÜRE GIBT EINEN ÜBERBLICK ÜBER DIE RECHTLICHEN FOLGEN DER EHE SCHLIESSUNG.

ENTSPRECHEND DEM AUFTRAG DES GRUNDGESETZES UND DER BAYERISCHEN VERFASSUNG SCHÜTZT DER STAAT EHE UND FAMILIE IN VIELFACHER WEISE. DIE BROSCHÜRE INFORMIERT SIE ÜBER DIE WICHTIGSTEN REGELUNGEN.

DIE BROSCHÜRE GIBT FERNER PRAKTISCHE HINWEISE, DIE DAZU BEITRAGEN SOLLEN, DASS IHRE EHE GELINGT.

Die vorliegende Auflage berücksichtigt den Rechtsstand 01.07.2007.

9



Vertrauen

1. Der Weg zur Trauung

Heiraten ist – trotz vieler gesellschaftlicher Veränderungen in den letzten Jahrzehnten – weiterhin groß im Trend: Die Ehe gilt auch heute noch als ein starkes Symbol für die enge Verbundenheit zweier Menschen – sowohl nach außen als auch nach innen.

Notwendige Formalitäten

Wenn Sie sich zur Heirat entschlossen haben, folgt als nächster Schritt der Weg zum Standesamt. Dort müssen Sie Ihren Wunsch zur Eheschließung förmlich anmelden. Zuständig ist das Standesamt des Bezirks, in dem Sie Ihren Wohnsitz oder gewöhnlichen Aufenthalt haben. Dies gilt auch dann, wenn Sie vorhaben, vor einem anderen Standesamt zu heiraten.

Der Standesbeamte prüft anhand verschiedener Unterlagen, ob der Ehe Verbote oder Hindernisse entgegenstehen. Sie benötigen in jedem Fall:

_Aufenthaltsbescheinigung zum Zwecke der Eheschließung der Meldebehörde.

_Aktuelle beglaubigte Abschriften des Familienbuches der Eltern (erhältlich beim Wohnsitzstandesamt der Eltern) oder Auszüge aus diesem, ggf. Abstammungsurkunden.

_Bei nicht deutschen Staatsangehörigen: Ehefähigkeitszeugnis der Heimatbehörde; ist dies nicht möglich, benötigen Sie eine Befreiung durch den Präsidenten des zuständigen Oberlandesgerichts.

_Falls einer der Heiratswilligen bereits einmal verheiratet war: Nachweis der Auflösung der früheren Ehe in der Regel durch beglaubigte Abschrift oder Auszug aus dem Familienbuch. Auslandsscheidungen müssen in bestimmten Fällen durch die zuständige Landesjustizverwaltung anerkannt werden.

_Bei Minderjährigen: Einer der Heiratswilligen muss volljährig, der andere mindestens 16 Jahre alt sein. Darüber hinaus muss eine Befreiung vom Volljährigkeitserfordernis durch das Familiengericht vorliegen.

_Reisepass oder Personalausweis.

_Gegebenenfalls Nachweis, wenn eine geschützte Berufsbezeichnung oder ein akademischer Grad geführt wird.

_Gegebenenfalls Abstammungsurkunden gemeinsamer Kinder.

Welche Papiere in Ihrem Fall nötig sind, erfahren Sie beim Standesamt. Fragen Sie rechtzeitig nach, da die Beschaffung fehlender Unterlagen langwierig sein kann.

Bei vielen Standesämtern besteht die Möglichkeit, ausführliche Hinweise zu notwendigen Unterlagen, Checklisten, Öffnungszeiten etc., im Internet einzusehen.

Bestehen keine Ehehindernisse oder Eheverbote, kann Ihre Ehe geschlossen werden. Falls Sie es wünschen, kann die eigentliche Eheschließung auch vor einem anderen Standesbeamten erfolgen (z. B. an Ihrem Heimatort). In diesem Fall stellt der Standesbeamte, der die Anmeldung entgegengenommen hat, eine Bescheinigung darüber aus, dass keine Ehehindernisse vorliegen.

Falls Sie im Ausland heiraten möchten, sollten Sie sich frühzeitig bei den zuständigen Stellen im

jeweiligen Land oder vom Standesbeamten an Ihrem Wohnort beraten lassen. Sehr oft ist ein Ehefähigkeitszeugnis nötig, das Sie am Standesamt Ihres Wohnorts erhalten.

Im Ausland geschlossene Ehen werden in Deutschland grundsätzlich anerkannt, wenn bei der Trauung die jeweils landesübliche Form eingehalten wurde und die Ehevorsatzungen der Heimatrechte der Verlobten beachtet wurden. Oftmals müssen Sie die ausländische Heiratsurkunde durch die dort zuständigen Behörden oder durch das deutsche Konsulat beglaubigen lassen. Auskünfte dazu erteilt das deutsche Konsulat in dem jeweiligen Staat.

Die Wahl des Ehenamens

Der Standesbeamte wird Sie vor der Trauung fragen, ob Sie einen gemeinsamen Familiennamen (Ehenamen) gewählt haben. Als Ehename kann der Geburtsname oder der derzeit geführte Name des Mannes oder der Frau bestimmt werden.

Beispiel: Heiratet Lisa Huber einen Peter Meier, so kann als Ehename „Meier“ oder „Huber“ gewählt werden.

Beide Ehegatten und auch die künftigen Kinder führen dann diesen Ehenamen als gemeinsamen Familiennamen.

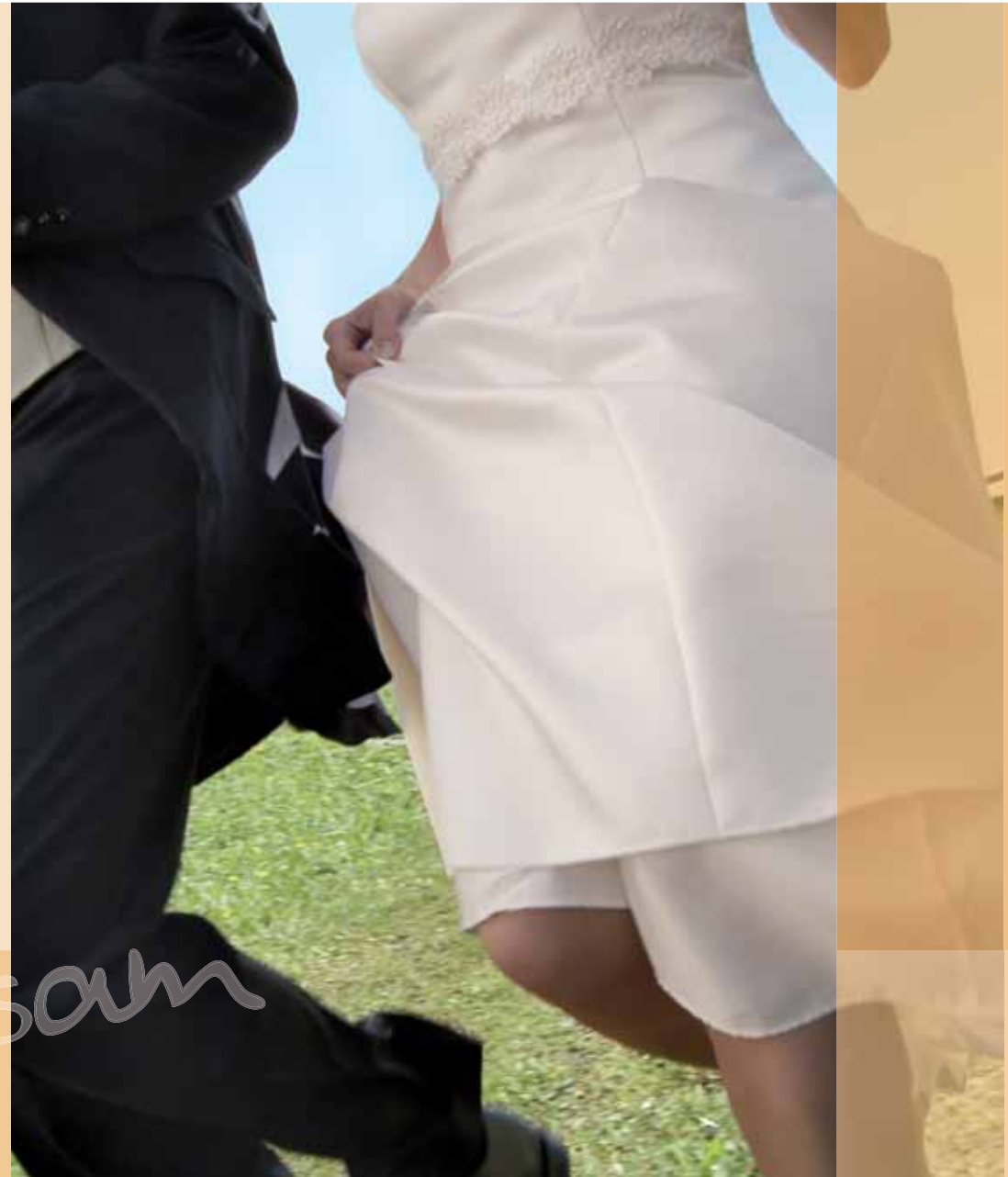
Zusätzlich kann der Ehegatte, dessen Name nicht als Ehename gewählt wurde, dem Ehenamen seinen Geburtsnamen oder den gegenwärtig geführten Namen voranstellen oder anfügen.

Wählen die Eheleute im vorigen Beispiel den derzeitigen Namen der Frau als Ehenamen, also „Huber“, so kann Peter Meier künftig die Namen „Huber“, „Huber-Meier“ oder „Meier-Huber“ führen.

„Dreifach-Namen“ dürfen auf diese Weise nicht entstehen.

Falls Sie keinen gemeinsamen Ehenamen bestimmen, behält jeder Ehegatte den zur Zeit der Eheschließung geführten Namen. Die Bestimmung des Ehenamens kann jedoch zu einem späteren Zeitpunkt jederzeit nachgeholt werden.

Gemeinsam



Bei der Eheschließung **BEREITS VORHANDENE GEMEINSAME KINDER** unter fünf Jahren erhalten den gemeinsamen Ehenamen automatisch. Ab fünf Jahren ist die Zustimmung des gesetzlichen Vertreters des Kindes (regelmäßig der Eltern) zur Änderung seines Namens erforderlich. Ab dem vierzehnten Lebensjahr ist die Einwilligung des Kindes selbst notwendig.

Von einem Elternteil **MIT IN DIE EHE GEBRACHTE KINDER** behalten bei der Eheschließung ihren Familiennamen. Es ist aber unter bestimmten Voraussetzungen mit Zustimmung des anderen Elternteils möglich, dem Kind den Ehenamen zu erteilen.

Ist einer der Partner nicht deutscher Staatsangehöriger, kann der künftige Name – auch bei einer Trauung vor einem deutschen Standesamt – nach dem Namensrecht gewählt werden, das in seinem Herkunftsland gültig ist. Dieses kann sich vom deutschen Namensrecht erheblich unterscheiden. Informieren Sie sich deshalb vorab beim Standesamt oder beim zuständigen Konsulat.



WICHTIG: ES BESTEHT KEINE VERPFLICHTUNG ZUM ABSCHLUSS EINES EHEVERTRAGES. SIE KÖNNEN ES ABLEHNEN, EINEN EHEVERTRAG ZU SCHLIESSEN. DIES GILT AUCH NOCH WÄHREND DES NOTARTERMINES. EIN NEIN GENÜGT.

Gesetzliche Regelungen oder Ehevertrag

Mit der Eheschließung tritt eine Vielzahl rechtlicher Folgen in Kraft, ohne dass es dafür einer gesonderten Vereinbarung oder besonderer Erklärungen bedarf. Das Ziel dieser gesetzlichen Regelungen ist es, einen gerechten Ausgleich zwischen den Interessen der Eheleute zu finden.

Sie können aber manche vom Gesetz vorgesehenen Wirkungen der Eheschließung durch einen Ehevertrag ausschließen oder abändern.

Ein solcher Ehevertrag muss durch einen Notar beurkundet werden. Darin können insbesondere Vereinbarungen zu folgenden Bereichen getroffen werden:

EHELICHER GÜTERSTAND ODER AUSGLEICH DES ZUGEWINNS (SIEHE DAZU AUSFÜHRLICH S.17)
NACHEHELICHER UNTERHALT IM FALL DER SCHEIDUNG UND VORSORGEAUSGLEICH (D.H. DIE VERTEILUNG DER IN DER EHE ERWORBENEN ANWARTSCHAFTEN AUF EINE ALTERSVERSORGUNG).

In vielen Fällen werden die gesetzlichen Regelungen zu einem angemessenen Ausgleich zwischen den Interessen der Ehegatten führen. Der Abschluss eines Ehevertrags ist daher oftmals nicht erforderlich. Sinnvoll kann ein Ehevertrag dagegen sein, wenn zwischen den Ehegatten große Vermögensunterschiede bestehen, ein Ehegatte Inhaber eines Unternehmens oder Eigentümer von Immobilien ist, wenn hohe Haftungsrisiken bestehen oder erhebliche Schulden vorhanden sind. Auch wenn geplant ist, dass ein Ehegatte zur Betreuung und Erziehung von Kindern für längere Zeit auf eine Erwerbstätigkeit verzichtet, kann ein Ehevertrag zur Absicherung dieses Ehegatten zweckmäßig sein. Vor- und Nachteile eines Ehevertrags sollten im Rahmen einer umfassenden fachkundigen Beratung erörtert werden.

Wenn Sie sich über die Folgen eines Ehevertrags nicht im Klaren sind, sollten Sie sich vor Vertragsabschluss umfassend beraten lassen. Dies kann etwa in einem Einzelgespräch mit dem Notar oder durch einen Rechtsanwalt geschehen.

Ehelicher Güterstand

Nach deutschem Recht gilt für jede Ehe, in der die Partner keinen Ehevertrag geschlossen haben, der gesetzliche Güterstand der Zugewinnsgemeinschaft. Dies bedeutet:

_Das bei der Eheschließung vorhandene Vermögen (z. B. Immobilien, Geld, Mobiliar) der Ehefrau und das Vermögen des Ehemannes bleiben voneinander getrennt. Ebenso gibt es keine Vermischung des nach der Eheschließung durch die Ehegatten jeweils hinzuerworbenen Vermögens. Die Annahme vieler Paare, durch die Hochzeit würde das Vermögen der Partner zusammengelegt, ist also falsch. Ebenso haftet kein Ehegatte für die Schulden des anderen.

_Bei Beendigung der Ehe wird der Zugewinn an Vermögen während der Ehe geteilt: Der Partner, der weniger Vermögen dazu gewonnen hat, kann den Ausgleich des Zugewinns verlangen.

Beispiel:

Frau Müller erzielt einen Wertzuwachs von 20.000 € aus der von ihr in die Ehe eingebrachten Eigentumswohnung. Herr Müller hat aus seinem Gehalt 10.000 € gespart.

Da Frau Müller einen um 10.000 € höheren Zugewinn gemacht hat, kann Herr Müller einen Ausgleich in Höhe von 5.000 € verlangen.

Die Idee dieser Regelung ist die folgende: Was die Ehegatten im Laufe der Ehe erwirtschaften, verdienen sich beide gleichermaßen. Insbesondere rechtfertigt auch der Beitrag der Hausfrau oder des Hausmannes eine Beteiligung am Zugewinn des anderen Partners.

Anstelle des gesetzlichen Güterstandes der Zugewinnsgemeinschaft kann sich das Brautpaar auf Gütertrennung oder Gütergemeinschaft einigen. Daneben können auch Vereinbarungen zur Art und Weise des Zugewinnausgleichs im gesetzlichen Güterstand getroffen werden. Dazu muss das Paar vor oder während der Ehe einen Ehevertrag vor einem Notar schließen.

_Bei der **GÜERTRENNUNG** bleibt jeder Ehepartner – wie bei der Zugewinnsgemeinschaft – Inhaber seines Vermögens. Es findet jedoch bei Beendigung der Ehe **KEIN** Ausgleich des Zugewinns statt. Die Gütertrennung kommt insbesondere in Frage, wenn ein Ehegatte ein größeres Vermögen oder ein Unternehmen mit in die Ehe bringt. Oftmals ist es dabei sachgerecht, den wirtschaftlich schwächeren Ehepartner durch eine entsprechende Vereinbarung für den Scheidungsfall (z. B. einmalige Geldzahlung, Abschluss einer Lebensversicherung, Übertragung eines Vermögensgegenstandes) an der Vermögensentwicklung des anderen zu beteiligen.

_Bei der **GÜTERGEMEINSCHAFT** gehen alle Werte, die vor der Ehe einem der Partner gehörten, in gemeinschaftliches Eigentum über, ebenso das Vermögen, das einer der Ehegatten während der Gütergemeinschaft erwirbt. Je nach Vereinbarung wird dieses Gesamtgut von einem der beiden Ehegatten oder gemeinschaftlich verwaltet. Dabei können die Eheleute im Ehevertrag Ausnahmen für bestimmte Gegenstände (sog. Vorbehaltsgut) vereinbaren. Dieser Güterstand ist heute allerdings kaum mehr üblich.

Liebe



Die Eheschließung

Der Tag Ihrer Hochzeit ist der Startschuss für einen gemeinsamen Lebensweg, den Sie mit der Eheschließung auch offiziell sichtbar dokumentieren. Bei Ihrer Trauung wird Sie der Standesbeamte fragen, ob Sie die Ehe miteinander eingehen wollen. Wenn Sie beide mit JA antworten, sind Sie „kraft Gesetzes rechtmäßig verbundene Eheleute“.

Trauzeugen sind inzwischen nicht mehr zwingend vorgeschrieben. Es ist aber auch weiterhin möglich, einen oder zwei Zeugen zu benennen. Darüber hinaus können selbstverständlich auch andere Hochzeitsgäste bei der Zeremonie anwesend sein.



2. Ein neuer Lebensabschnitt: Die Ehe

Eine glückliche Partnerschaft zu führen ist kein leichtes Unterfangen: Viel zu oft werden an sie unrealistisch hohe Erwartungen gestellt, alle Hoffnungen und Wünsche in sie gesetzt. Wie schnell kann es da zur Ernüchterung, zu Enttäuschungen und geplatzten Träumen kommen.

Für eine gute Partnerschaft ist ständige gemeinsame Beziehungsarbeit vonnöten. Wichtig sind Verlässlichkeit, Treue, Aufrichtigkeit, Vertrauen und Verständnis füreinander sowie die Bereitschaft zu einer offenen Kommunikation. Wenn eine Beziehung auf diesen Grundlagen aufgebaut ist, sind die besten Voraussetzungen für ein langes und harmonisches Eheleben gegeben.

Wir

Gemeinsame Lebensplanung

Heute schreiben weder Staat noch Gesellschaft einem Ehepaar vor, wie es sein Leben zu gestalten hat. Diese Freiheit ist eine Chance, bedeutet aber auch, dass sich die Partner über das neue Miteinander verständigen und gemeinsam Grundlagen für das Leben zu zweit schaffen müssen.

Eine funktionierende Partnerschaft bedarf deshalb immer auch einer gemeinsamen Lebensplanung: Wichtige Entscheidungen sollten stets einvernehmlich getroffen werden, dies erfordert von den Partnern ein hohes Maß an Kompromissbereitschaft und gegenseitiger Rücksichtnahme. Der Schritt ins Eheleben sollte dazu genutzt werden, die wichtigsten Themen miteinander zu besprechen und für eventuell bestehende unterschiedliche Vorstellungen frühzeitig eine Lösung zu finden. Dazu gehören vor allem auch Fragen der Familienplanung, der Gestaltung der Kinderbetreuung und des weiteren beruflichen Lebenswegs:

- __BESTEHT EIN WUNSCH NACH KINDERN (EIGENE KINDER, ADOPTIVKINDER)?
- __WER SOLL SICH STÄRKER UM DIE BETREUUNG UND ERZIEHUNG DER KINDER KÜMMERN? SOLL EINER DER PARTNER ZUGUNSTEN DER KINDERBETREUUNG ZURÜCKSTECKEN – BERUFLICH ODER HINSICHTLICH VON HOBBYS?
- __WIE SOLLEN DIE AUFGABEN IM HAUSHALT VERTEILT WERDEN?
- __IST MAN IN SEINER UMGEBUNG STARK VERWURZELT ODER WILL MAN EVENTUELL – AUCH BERUFLICH BEDINGT – UMZIEHEN ODER SOGAR INS AUSLAND GEHEN?
- __WELCHE NÄHE ZU DEN SCHWIEGERELTERN IST GEPLANT?
- __SOLL ES NACH DER TRAUUNG ZU ÄNDERUNGEN IM FREIZEITVERHALTEN KOMMEN?
- __IST DIE ANSCHAFFUNG VON WOHNEIGENTUM GEPLANT? WENN JA, EHER AM LAND ODER IN DER STADT?

Partnerschaft und Kommunikation

Jede Ehe ist immer wieder Belastungen ausgesetzt. Vielen Paaren fällt es oftmals schwer, auch im Streit fair zueinander zu sein. Dabei ist gerade eine gelingende partnerschaftliche Kommunikation eine unverzichtbare Voraussetzung für das Beziehungsglück. Wenn Sie auch im Konfliktfall miteinander sprechen und Ihre Wünsche offen äußern können, verringern Sie die Gefahr, in Ihrer Beziehung zu scheitern.

Mit Hilfe eines Partnerschafts- und Kommunikationstrainings können Sie sich jene Kompetenzen aneignen, die Ihnen bei der positiven Entwicklung Ihrer Beziehung helfen. Sie lernen, wie man fair und ohne Schuldzuweisung streitet, wie Sie Alltagsprobleme effizient lösen und worauf es in einer lebendigen Paarbeziehung ankommt. Am besten finden Sie selbst heraus, welche der zahlreichen Angebote Ihnen persönlich liegen. Informieren Sie sich bei:

EHE- UND FAMILIENBERATUNGSSTELLEN,
DIÖZESANVERWALTUNGEN UND PFARRGEMEINDEN,
TRÄGERN DER ERWACHSENENBILDUNG (INSBESONDERE VOLKS-
HOCHSCHULEN) ODER
DEN WOHLFAHRTSVERBÄNDEN (CARITAS, DIAKONIE, ARBEITER-
WOHLFAHRT, DER PARITÄTISCHE, ROTES KREUZ).



VORBEREITUNG AUF PARTNER-
SCHAFT UND EHE,
BERATUNG BEI SCHEIDUNGS-
PROBLEMEN UND
SEXUALBERATUNG.

Ehe- und Familienberatung

Informationen, Rat und Hilfe einzuholen ist kein Zeichen von Schwäche, sondern zeugt von Klugheit und Lebenserfahrung. Überall gibt es Veränderungen und Schwierigkeiten im Alltag. Wer über Konflikte spricht und sich mit anderen austauscht, löst sie leichter. Holen Sie sich deshalb bei Fragen und Problemen in Ihrer Ehe rechtzeitig professionelle Hilfe.

In Bayern gibt es zurzeit rund 140 Ehe- und Familienberatungsstellen. Die Beratung wird von fachlich qualifiziertem Personal durchgeführt (z. B. Diplom-Psychologen/Diplom-Psychologinnen, Diplom-Pädagogen/Diplom-Pädagoginnen, Ärzten/Ärztinnen, Juristen/Juristinnen und Sozialpädagogen/Sozialpädagoginnen). Die Schwerpunkte der Beratung sind:

PROBLEME IN DER EHE BZW.
PARTNERSCHAFT,
FAMILIEN- UND SONSTIGE
LEBENSKRISEN,

Die Anschriften der Beratungsstellen finden Sie im Telefonbuch oder im Internet unter www.stmas.bayern.de/familie/beratung. Für Familien und Ehepartner aus verschiedenen Nationen gibt es eine besondere Beratungsstelle: IAF - Verband binationaler Familien und Partnerschaften e.V. Goethestraße 53, 80336 München, Tel. 089/53 14 14.





3. Rechtliche und wirtschaftliche Aspekte der Ehe

Mit der Ehe gehen die beiden Partner auch ein rechtliches Verhältnis miteinander ein. Dieses Rechtsverhältnis wird von den Paragraphen 1353 bis 1362 des Bürgerlichen Gesetzbuchs beschrieben. Daraus ein Auszug:

„§ 1353. Eheliche Lebensgemeinschaft.

(1) Die Ehe wird auf Lebenszeit geschlossen. Die Ehegatten sind einander zur ehelichen Lebensgemeinschaft verpflichtet; sie tragen füreinander Verantwortung.

(...)

§ 1356. Haushaltsführung, Erwerbstätigkeit.

(1) Die Ehegatten regeln die Haushaltsführung im gegenseitigen Einvernehmen. Ist die Haushaltsführung einem der Ehegatten überlassen, so leitet dieser den Haushalt in eigener Verantwortung.

(2) Beide Ehegatten sind berechtigt, erwerbstätig zu sein. Bei der Wahl und Ausübung einer Erwerbstätigkeit haben sie auf die Belange des anderen Ehegatten und der Familie die gebotene Rücksicht zu nehmen.

(...)

§ 1360. Verpflichtung zum Familienunterhalt.

Die Ehegatten sind einander verpflichtet, durch ihre Arbeit und mit ihrem Vermögen die Familie angemessen zu unterhalten. Ist einem der Ehegatten die Haushaltsführung überlassen, so erfüllt er seine Verpflichtung, durch Arbeit zum Unterhalt der Familie beizutragen, in der Regel durch die Führung des Haushalts.“

Verantwortung



Unterhaltungspflicht

Die Eheleute sind verpflichtet, einander und die Familie zu unterhalten. Dabei ist es die Entscheidung der Eheleute, wie sie Erwerbstätigkeit und Haushaltsführung untereinander aufteilen. Jeder Ehegatte kann erwerbstätig sein. Die Haushaltsführung wird gegenüber der Erwerbstätigkeit als gleichberechtigter Beitrag anerkannt.

Wenn einer der Eheleute den Haushalt führt, muss der andere ihn mit den dafür nötigen Mitteln ausstatten (Haushaltsgeld). Außerdem hat der nicht erwerbstätige Ehegatte einen Anspruch auf ein angemessenes Taschengeld. In praktischer Hinsicht empfiehlt sich ein gemeinsames Haushaltskonto oder die gegenseitige Erteilung einer Kontovollmacht.

Geschäfte zur Deckung des täglichen Lebensbedarfs der Familie darf jeder Ehegatte allein vornehmen. In diesem Fall ist auch der andere Ehegatte zur Bezahlung verpflichtet.

Beispiel: Die nicht erwerbstätige und vermögenslose Ehefrau beauftragt einen Klempner mit der Reparatur eines Wasserhahns in der Ehwohnung und erwirbt Kleidung für die Kinder. Für beides muss auch der Ehemann aufkommen.

Mietverträge

Mieten die Ehegatten eine Wohnung gemeinsam, so haftet jeder gegenüber dem Vermieter für die volle Miete. Dies gilt auch, wenn einer der beiden Ehegatten auszieht und der andere die Wohnung weiternutzt. Die Kündigung kann in der Regel nur von beiden Ehegatten gemeinsam erklärt werden.

Zieht einer der Ehegatten nach der Hochzeit mit in die vom anderen gemietete Wohnung ein, so ist dafür keine besondere Genehmigung des Vermieters nötig. Der Einzug des Ehepartners muss dem Vermieter lediglich angezeigt werden. In solchen Fällen gilt: Auch der

Ehegatte, der nicht der Mieter der Wohnung ist, hat für die Dauer der Ehe ein Recht auf Mitbenutzung und wird in den Schutzbereich des Mietvertrages einbezogen. Beendet der Ehegatte, der Mieter ist, das Mietverhältnis, verliert der andere Teil sein Recht auf weitere Benutzung der Wohnung, wenn nicht eine gesonderte Vereinbarung mit dem Vermieter getroffen wurde.

Beim Tod des alleinigen Mieters wird das Mietverhältnis von dem überlebenden Ehegatten fortgesetzt. Er kann jedoch innerhalb eines Monats gegenüber dem Vermieter erklären, dass er das Mietverhältnis nicht übernehmen will. Übt er dieses Recht nicht aus, übernimmt er automatisch den Mietvertrag. Er haftet dann auch – neben den Erben – für die eventuell bis dahin angefallenen Verbindlichkeiten aus dem Mietverhältnis.

Sozialversicherung

Sind beide Ehegatten nach der Eheschließung weiter erwerbstätig, ändert sich bei der Sozialversicherung nichts. Beendet jedoch einer der Ehegatten seine Erwerbstätigkeit und versorgt künftig den Haushalt, so endet seine Mitgliedschaft in der gesetzlichen Kranken- und Rentenversicherung.

Für den Krankenversicherungsschutz des nicht erwerbstätigen Ehepartners und der Kinder kommt dann in der Regel die gesetzliche Krankenkasse des Partners im Rahmen der Familienversicherung auf, ohne dass weitere Beitragszahlungen fällig sind. Ist der Partner privat versichert, sind eigenständige Beiträge für den nicht erwerbstätigen Ehegatten (und für die Kinder) zu zahlen. Über die Einzelheiten gibt Ihnen die Krankenkasse Auskunft.

Auch für die Rentenversicherung muss bei Beendigung der Erwerbstätigkeit kein Beitrag mehr geleistet werden. Dies hat aber fast immer negative Auswirkungen auf den Rentenanspruch: Sind die Beitrags-

zeiten nicht ausreichend, kann dies den Ausschluss von bestimmten Leistungen bedeuten oder sogar dazu führen, dass kein Rentenanspruch besteht. Daher empfiehlt sich eventuell eine freiwillige Weiterversicherung.

Lassen Sie sich deshalb fachkundig beraten, **bevor** Sie aus Ihrem Arbeitsverhältnis ausscheiden. Auskünfte erteilen die Versicherungsämter und die Auskunftsstellen der Rentenversicherungsträger.

Staatsangehörigkeit

Die deutsche Staatsangehörigkeit kann durch Eheschließung weder erworben noch verloren werden. Jedoch kann der ausländische Ehegatte eines deutschen Staatsangehörigen seinen ausländerrechtlichen Status regelmäßig verbessern und unter erleichterten Voraussetzungen eingebürgert werden.

Ob deutsche Staatsangehörige durch die Eheschließung mit einem ausländischen Staatsangehörigen dessen Staatsangehörigkeit zusätzlich erwerben, regelt das betreffende ausländische Recht. Auskünfte dazu gibt das Konsulat des jeweiligen Staates.

Der eventuell mögliche automatische Erwerb der ausländischen Staatsangehörigkeit allein führt jedoch nicht zum Verlust der deutschen Staatsangehörigkeit. Dies ist anders, wenn der deutsche Staatsangehörige **AUF SEINEN ANTRAG HIN** eine ausländische Staatsangehörigkeit erlangt. In einem solchen Fall sollten Sie sich vorab informieren. Zuständige Behörden sind die Landratsämter, die kreisfreien Städte oder die Bezirksregierungen.

Staatsangehörigkeit der Kinder

Ist einer der Ehegatten deutscher Staatsangehöriger, so erwerben die Kinder die deutsche Staatsangehörigkeit durch Geburt. In Deutschland geborene Kinder zweier Ausländer erwerben ebenfalls die deutsche Staatsangehörigkeit, wenn ein Elternteil:

_SEIT ACHT JAHREN RECHTMÄSSIG SEINEN GEWÖHNLICHEN AUFENTHALT IN DEUTSCHLAND HAT UND EU/EWR-INLÄNDER ODER SCHWEIZER STAATSBÜRGER IST ODER EINE NIEDERLASSUNGSERLAUBNIS ODER EINE AUFENTHALTSERLAUBNIS-EU BESITZT.

Ob Kinder zusätzlich auch die Staatsangehörigkeit eines ausländischen Elternteils erhalten, beurteilt sich nach dem betreffenden ausländischen Recht. Auskünfte dazu gibt das Konsulat des jeweiligen Staates.



Herkunft



4. Steuerrecht für Ehepaare

Die meisten Paare heiraten zwar nicht wegen eines günstigeren Steuertarifs, Sie profitieren aber als Ehepaar von günstigeren Steuerzahlungen.

Die Eheschließung bewirkt im Wesentlichen:

- DER GÜNSTIGERE SPLITTINGTARIF WIRD ANWENDBAR.
- EINE ÄNDERUNG DER LOHNSTEUERKLASSEN KANN SICH LOHNEN.
- FREIBETRÄGE UND PAUSCHBETRÄGE VERDOPPELN SICH.
- EINKOMMENSRENZEN FÜR STEUERLICHE UND AUSSERSTEUERLICHE VERGÜNSTIGUNGEN ERHÖHEN SICH.

Für eingehendere Informationen empfehlen wir die Broschüre „Steuertipps für Familien“ (Herausgeber: Bayerisches Staatsministerium der Finanzen, Presse und Öffentlichkeitsarbeit, Odeonsplatz 4, 80539 München; als pdf-Datei unter www.stmf.bayern.de) abzurufen. Für Fragen steht Ihnen auch Ihr Finanzamt zur Verfügung.

Ehegattensplitting

Als Ehegatten werden Sie durch das Splittingverfahren so behandelt, als hätte jeder von Ihnen die Hälfte des gemeinsamen Einkommens erwirtschaftet. Dies führt bei verschiedenen hohen Einkommen zu einer niedrigeren Einkommensteuer, da die Wirkung der Steuerprogression gemindert wird.

Der Splittingvorteil ist besonders groß, wenn einer der Ehegatten nicht erwerbstätig ist oder wenn der Einkommensunterschied sehr groß ist. Dem gegenüber entsteht kein Splittingvorteil, wenn Sie gleich hohe Einkommen haben.

Beispiel (Stand 2006, ohne Berücksichtigung von Solidaritätszuschlag und Kirchensteuer):
Herr Meier und Frau Huber haben Anfang des Jahres geheiratet. Sie arbeiten beide und haben zu versteuernde Einkommen von 28.000 € und 12.000 €. Als Ledige müssten sie Einkommensteuer in Höhe von 5.179 € bzw. 816 € zahlen. Bei Zusammenveranlagung beträgt die Steuer nach der Splittingtabelle 5.700 €. Zusammen gerechnet sparen die Eheleute also 295 €. Höher ist die Steuerersparnis, wenn Frau Huber nach der Hochzeit ihre Erwerbstätigkeit (etwa wegen einer Babypause) beendet. Die gemeinsame Steuer der Eheleute beträgt dann nur noch 2.588 €, das sind 2.591 € weniger als Herr Maier als Lediger zu versteuern hätte.



Die richtige Lohnsteuerklasse

Die Wahl der richtigen Lohnsteuerklasse ermöglicht es Ihnen, den laufenden Lohnsteuerabzug zu reduzieren.

Als Verheiratete können Sie zwischen den Lohnsteuerklassen III, IV und V wählen:

Einkommenssituation	Ehegatte 1	Ehegatte 2
nur Ehegatte 1 bezieht Arbeitslohn	III	-
beide Ehegatten verdienen ungefähr gleich viel	IV	IV
Ehegatte 1 verdient etwa 60% oder mehr, Ehegatte 2 etwa 40% oder weniger des gemeinsamen Arbeitseinkommens	III	V

Wählen Sie und Ihr Ehepartner nicht die günstigste Steuerklassenkombination, wird Monat für Monat ein überhöhter Steuerbetrag abgezogen. Allerdings wird Ihnen die zu viel bezahlte Lohnsteuer nach Ablauf des Kalenderjahres auf Antrag erstattet (Einkommensteuerveranlagung).

Wollen Sie (beispielsweise nach der Hochzeit) die Lohnsteuerklasse während des Jahres wechseln, können Sie dies unter Vorlage beider Lohnsteuerkarten bis zum 30.11. des betreffenden Jahres bei der Gemeinde beantragen.

Für weitere Informationen empfehlen wir Ihnen das „Merkblatt zur Steuerklassenwahl bei Arbeitnehmer-Ehegatten“. Dieses liegt bei den Gemeinden aus und ist im Internet abrufbar unter:
www.steuer.bayern.de/vordrucke/02_1st/index.htm

Weitere steuerliche Auswirkungen

Generell lässt sich sagen: Freibeträge und steuerliche Höchstgrenzen verdoppeln sich in der Regel für ein Ehepaar, z. B.:

_DER WERBUNGSKOSTENPAUSCHBETRAG BEI EINKÜNFTE
AUS KAPITALVERMÖGEN VON 51 € AUF 102 €,
_DER SPARERFREIBETRAG VON 750 € AUF 1.500 €
_DIE HÖCHSTBETRÄGE FÜR DIE STEUERLICHE BERÜCKSICHTIGUNG
VON ZUWENDUNGEN AN POLITISCHE PARTEIEN UND AN UNABHÄNGIGE
WÄHLERVEREINIGUNGEN,
_DIE HÖCHSTBETRÄGE FÜR DEN ABZUG VON VORSORGEAUFWENDUN-
GEN ALS SONDERAUSGABEN,
_DER HÖCHSTBETRAG BEI DER BERECHNUNG DER VORSORGEPAU-
SCHALE,
_DER SONDERAUSGABENPAUSCHBETRAG VON 36 € AUF 72 €,
_DER FREIBETRAG BEI DEN EINKÜNFTE
AUS LAND- UND FORSTWIRT-
SCHAFT VON 670 € AUF 1.340 €

Diese Verdoppelung führt meist zu einer steuerlichen Entlastung. Kein Vorteil ergibt sich, wenn beide Ehepartner bereits vor der Ehe ein eigenes Einkommen bezogen und dabei die in Frage kommenden Freibeträge und Freigrenzen ausgeschöpft haben.

Außerdem verdoppeln sich bei Verheirateten die für die Inanspruchnahme staatlicher Zuschüsse nach dem Fünften Vermögensbildungsgesetz und dem Wohnungsbau-Prämiengesetz maßgebenden Einkommensgrenzen

_BEI DER ARBEITNEHMERSPARZULAGE VON 17.900 € AUF 35.800 € UND
_BEI DER WOHNUNGSBAUPRÄMIE VON 25.600 € AUF 51.200 €.

Der Höchstbetrag, bis zu dem Aufwendungen nach dem Wohnungsbau-Prämiengesetz begünstigt sind, verdoppelt sich bei Verheirateten ebenfalls, und zwar von 512 € auf 1.024 €. Verheiratete werden so in die Lage versetzt, von den staatlichen Fördermöglichkeiten besser profitieren zu können.

5. Familiengründung

Für viele Heiratswillige ist mit der Eheschließung auch der Wunsch nach Kindern verbunden. Bedenken Sie aber, dass der Zeitpunkt für ein Kind nicht ohne weiteres bestimmt werden kann. Das klappt manchmal, aber beileibe nicht immer.

Berücksichtigen Sie bei Ihrer Familienplanung, dass die Fruchtbarkeit mit zunehmendem Lebensalter abnimmt. Die biologische Uhr tickt übrigens auch bei Männern.

Träume



Gesundheitliche Vorsorge vor der Schwangerschaft

Die gesundheitliche Vorsorge für das Kind und die werdende Mutter beginnt bereits vor der Schwangerschaft. Sprechen Sie deshalb mit Ihrem Arzt oder Ihrer Ärztin über Ihren Kinderwunsch.

Folsäure ist ein wichtiges Vitamin und spielt für den Verlauf der Schwangerschaft und die Gesundheit des Ungeborenen eine wichtige Rolle. Daher wird dringend empfohlen, bei einer geplanten Schwangerschaft bereits mindestens vier Wochen vorher ausreichend Folsäure (400 Mikrogramm pro Tag in Tablettenform) einzunehmen.

Röteln oder Windpocken während der Schwangerschaft können zu schweren Schädigungen des heranreifenden Kindes führen. Daher sollten sich Frauen mit Kinderwunsch, die keine Antikörper gegen diese Krankheiten aufweisen, unbedingt noch vor einer Schwangerschaft gegen Röteln und Windpocken impfen lassen. Eine Erkrankung an Keuchhusten kann für Säuglinge lebensbedrohlich sein. Daher sollten sich Frauen mit Kinderwunsch, die keinen ausreichenden Immunschutz haben, vor einer Schwangerschaft oder in den ersten Tagen nach der Geburt gegen Keuchhusten impfen lassen. Auch andere Familienmitglieder (Vater, Großeltern) und mögliche Betreuungspersonen ohne ausreichenden Immunschutz stellen eine mögliche Infektionsquelle dar und sollten daher möglichst vier Wochen vor der Geburt gegen Keuchhusten geimpft werden.

Gesundheitliche Vorsorge während der Schwangerschaft

Während der Schwangerschaft steht die Gesundheit von Mutter und Kind im Mittelpunkt. Deshalb sind die Vorsorgeuntersuchungen beim Frauenarzt sehr wichtig. Jede Schwangere hat in der Regel Anspruch auf zehn Schwangerschaftsvorsorgeuntersuchungen, die im allgemeinen in vierwöchigem, in den letzten beiden Schwangerschaftsmonaten in zweiwöchigem Abstand erfolgen. Dadurch können Risiken für das Kind soweit wie möglich ausgeschaltet und Risikoschwangerschaften so früh wie möglich erkannt werden.

Von Ihrem Arzt erhalten Sie bereits bei der ersten Untersuchung einen Mutterpass (hellblaues Heft). In ihm sind Ihre Untersuchungstermine und alle wesentlichen Daten wie Blutgruppe, Rhesusfaktor, Rötelintest, Ultraschalluntersuchungen usw. festgehalten.

Sollten Sie zu einer Risikogruppe gehören, wird Ihr Arzt Ihnen besondere Untersuchungen zur Feststellung von Erkrankungen oder Fehlbildungen des Ungeborenen empfehlen. Über Nutzen und Risiko einer sog. Pränatal-Diagnostik (z. B. Fruchtwasseruntersuchung) können Sie sich von Ihrem Arzt oder Ihrer Ärztin ausführlich beraten lassen.

Kostenlose und – auf Wunsch – anonyme Auskunft vor, während und nach pränataldiagnostischen Maßnahmen bieten die Schwangerenberatungsstellen an. Insbesondere bei einem auffälligen pränataldiagnostischen Befund stehen Ihnen die erfahrenen Beratungskräfte der Schwangerenberatungsstellen zur Seite. Deren Anschriften finden Sie im Telefonbuch oder im Internet unter www.stmas.bayern.de/familie/schwanger.



Hilfen für Schwangere

Werdende Mütter haben Anspruch auf eine umfassende Beratung in allen sozialen Fragen, die mit der Schwangerschaft zusammenhängen. Die Beratung ist kostenlos und auf Wunsch auch anonym bei den Schwangerenberatungsstellen. Deren Anschriften finden Sie im Telefonbuch oder im Internet unter www.stmas.bayern.de/familie/schwanger. Hier erhalten Sie auch Informationen über gesetzliche Ansprüche, z. B. Mutterschutz, Kindergeld und Erziehungsgeld.

Unterstützung für Schwangere in Notlagen

Die Landesstiftung „Hilfe für Mutter und Kind“ unterstützt Schwangere und Mütter mit Kleinkindern, die in Not geraten sind. Reichen die gesetzlichen Leistungen im Einzelfall nicht aus und unterschreitet das Familieneinkommen eine bestimmte Einkommensgrenze, stellt die Landesstiftung ergänzende Hilfen zur Verfügung. Die Unterstützung richtet sich nach dem jeweiligen Einzelfall und reicht von Babyausstattung über Umstandskleidung bis hin zu Einrichtungsgegenständen für das Kind.



Die Anträge werden ausschließlich von den Schwangerenberatungsstellen aufgenommen. Der Antrag muss bereits vor der Geburt des Kindes gestellt werden, sonst entfällt die Unterstützungsmöglichkeit.

Mutterschaftshilfe

Berufstätige Frauen, die Mitglied in einer gesetzlichen Krankenversicherung sind, sowie Frauen, für die ein Versicherter Anspruch auf Familienhilfe hat, erhalten bei Schwangerschaft und Entbindung Mutterschaftshilfe. Diese umfasst Leistungen wie die Vorsorgeuntersuchungen, Hebammenhilfe, Arznei- und Heilmittel, die Pflege im Krankenhaus und vieles mehr. Nähere Auskünfte dazu erteilt Ihre Krankenkasse.

Mutterschutzbestimmungen

Für die werdende Mutter gibt es eine ganze Reihe gesetzlicher Schutzbestimmungen, insbesondere:

_Besserer Kündigungsschutz: Einer Schwangeren darf grundsätzlich nicht gekündigt werden, wenn dem Arbeitgeber die Schwangerschaft bekannt ist oder innerhalb von zwei Wochen nach Zugang der Kündigung mitgeteilt wird.

_Schutzmaßnahmen am Arbeitsplatz: Einer Schwangeren dürfen keine schweren oder gefährlichen Arbeiten aufgetragen werden. Sie darf keine Akkordarbeit, Mehrarbeit und Nacharbeit ausführen. Mit Ausnahmen für manche Branchen ist auch Arbeit an Sonn- und Feiertagen für Schwangere nicht erlaubt. Muss eine werdende Mutter wegen dieser Schutzvorschriften ganz oder teilweise mit der Arbeit aufhören, dürfen ihr daraus keine finanziellen Nachteile erwachsen. In der Regel hat sie gegenüber dem Arbeitgeber Anspruch auf den Durchschnittslohn der letzten 13 Wochen oder der letzten drei Monate vor Beginn der Schwangerschaft (sog. Mutterschutzlohn). Dies gilt auch für das Verbot der Akkord- und Fließbandarbeit.

_In den letzten sechs Wochen vor der Entbindung darf eine werdende Mutter überhaupt nicht mehr beschäftigt werden. Allerdings kann die Mutter auf diese Schutzfrist verzichten, indem sie dies ausdrücklich gegenüber dem Arbeitgeber erklärt. Diese Erklärung kann jederzeit widerrufen werden. Nach der Entbindung darf die Mutter für acht Wochen bzw. bei einer Früh- oder Mehrlingsgeburt für 12 Wochen nicht beschäftigt werden. In dieser Zeit darf sie auch auf freiwilliger Basis nicht eingesetzt werden. Über die Einhaltung der Mutterschutzbestimmungen wachen die Gewerbeaufsichtsämter.



Gesundheitliche Vorsorge nach der Geburt

In den meisten Geburtskliniken wird das Neugeborene sofort nach der Geburt kinderärztlich untersucht. Dies ist die erste von neun Früherkennungsuntersuchungen (Untersuchungen „U1“ bis „U9“), die bis zur Einschulung zur Überprüfung der altersgemäßen Entwicklung des Kindes kostenlos angeboten werden. Die Durchführung dieser Untersuchungen ist besonders wichtig, denn Fehlentwicklungen können am besten abgestellt werden, wenn sie frühzeitig erkannt werden.

Sie erhalten ein (gelbes) Heft, in das die Ergebnisse der Früherkennungsuntersuchungen eingetragen werden. Wichtig ist auch der Impfschutz für Ihr Kind. Das Impfen ist die beste Vorsorge gegen bestimmte besonders gefährliche Krankheiten. Sprechen Sie darüber mit dem Kinderarzt.



Standesamtliche Beurkundung der Geburt

Die Geburt des Kindes muss innerhalb einer Woche dem Standesamt angezeigt werden, in dessen Bezirk das Kind geboren wurde. Der Standesbeamte beurkundet die Geburt und stellt auf Wunsch kostenfreie Bescheinigungen aus für

_DIE TAUFE DES KINDES,
_DEN ANTRAG AUF MUTTERSCHAFTSHILFE ODER FÜR DIE HILFE FÜR
WÖCHNERINNEN UND
_DEN ANTRAG AUF ERZIEHUNGSGELD.

Zusätzlich können die Eltern Geburts- oder Abstammungsurkunden beantragen.

Namensgebung

Über die Namenswahl für Ihr Kind sollten Sie sich als Eltern bereits während der Schwangerschaft einigen.

Den oder die Vornamen bestimmen Sie als Eltern. Dabei unterliegen Sie lediglich zwei Einschränkungen:

_DER VORNAME MUSS DAS GESCHLECHT DES KINDES ERKENNEN LASSEN. ES MUSS ALSO EIN ECHTER BUBEN- ODER MÄDCHEN-NAME SEIN.

_DER VORNAME DARF DIE PERSÖNLICHKEITSENTWICKLUNG DES KINDES NICHT NACHTEILIG BEEINFLUSSEN, WIE DAS OFT BEI UNGEBRÄUCLICHEN ODER FREI ERFUNDENEN VORNAMEN ZU BEFÜRCHTEN IST.

Bedenken Sie, dass Ihr Kind seinen Namen ein Leben lang trägt.

Als Familiennamen (Geburtsnamen) erhält das Kind den Ehenamen seiner Eltern. Hat ein Elternteil dem Ehenamen einen Begleitnamen vorangestellt oder hinzugefügt, erwirbt das Kind diesen Namensbestandteil nicht. Führen die Eltern keinen Ehenamen, so bestimmen sie durch Erklärung gegenüber dem Standesbeamten, ob der gegenwärtige Name des Vaters oder der Mutter Geburtsname des Kindes wird. Treffen die Eltern binnen eines Monats nach der Geburt keine Namensbestimmung, überträgt das Familiengericht einem der beiden Elternteile das Bestimmungsrecht. Eine für das erste Kind getroffene Namensbestimmung gilt auch für die weiteren Kinder der Eltern.

6. Das Leben zu dritt

Durch die Geburt werden Sie Eltern und sind für Ihr Kind verantwortlich. Dies wird Ihr Leben verändern.

Elternschaft und Partnerschaft

Mit der Geburt des ersten Kindes beginnt für das Ehepaar eine neue Lebensphase. Der Übergang zur Elternschaft bedeutet gravierende Änderungen für die Partnerschaft. Das Kind wird nicht selten zur ersten wirklichen Herausforderung für die Ehe, denn alles dreht sich zunächst nur noch um den Nachwuchs. Eltern vergessen dabei schnell, dass auch ihre Partnerschaft regelmäßige Pflege braucht. Vernachlässigen Sie nie das gemeinsame Gespräch. Versuchen Sie vielmehr von Anfang an, auch Ihrer Beziehung zueinander genügend Raum zu geben. Schaffen Sie sich Freiräume für Unternehmungen zu zweit – Großeltern, Freunde oder ein Babysitter sind sicherlich gerne bereit, auf das Baby aufzupassen.

Elternbildung

Die Erziehung von Kindern ist eine große Aufgabe und oftmals auch Herausforderung.

ARTIKEL 6 ABS. 2 DES GRUNDGESETZES:
„PFLEGE UND ERZIEHUNG DER KINDER SIND DAS NATÜRLICHE RECHT DER ELTERN UND DIE ZUVÖRDERST IHNEN OBLIEGENDE PFLICHT. ÜBER IHRE BETÄTIGUNG WACHT DIE STAATLICHE GEMEINSCHAFT.“

Glück





Zukunft

Damit Sie sich in Ihrer neuen Rolle als Eltern zurechtfinden, gibt es zahlreiche Angebote zur Stärkung der erzieherischen Kompetenz. Diese vermitteln Ihnen Wissen über Erziehung und über Ihr Verhalten im Familienalltag und helfen Ihnen dadurch, einen Erziehungsstil zu finden, der Ihnen und Ihren Kindern gerecht wird. Informieren Sie sich über Kurse zur Einübung von Erziehung und zur Stärkung der Erziehungsfähigkeit bei:

_ERZIEHUNGSBERATUNGSSTELLEN (SIEHE FOLGENDES KAPITEL),
_TRÄGERN DER ELTERN- UND FAMILIENBILDUNG (FAMILIENBILDUNGS-
STÄTTEN, MÜTTERZENTREN, BILDUNGSWERKE, ETC.),
_JUGENDÄMTERN (LANDKREISE UND KREISFREIE STÄDTE),
_TRÄGERN DER ERWACHSENENBILDUNG (INSBESONDERE VOLKS-
HOCHSCHULEN) ODER
_DEN WOHLFAHRTSVERBÄNDEN (CARITAS, DIAKONIE, ARBEITERWOHL-
FAHRT, DER PARITÄTISCHE, ROTES KREUZ).

Es existiert ferner eine Vielzahl von fundierten Ratgebern für Fragen der Erziehung, nicht zuletzt die staatlich geförderten Elternbriefe, die Ihnen nach der Geburt Ihres ersten Kindes regelmäßig zugeschickt werden.

Erziehungsberatung

Die rund 180 Erziehungsberatungsstellen in Bayern bieten Hilfe an, wenn bei der Erziehung von Kindern und Jugendlichen Fragen, Konflikte und Krisen auftreten. Dazu gehören u.a.:

_VERHALTENSUFFÄLLIGKEITEN
_ENTWICKLUNGSVERZÖGERUNGEN
_ELTERN-KIND-KONFLIKTE
_ESS- UND SCHLAFSTÖRUNGEN
_SUCHTPROBLEME

7. Leistungen für die Familie

Die Familie steht unter dem besonderen Schutz des Staates. Dieser kommt seinem Auftrag in vielfacher Hinsicht nach, insbesondere durch:

_FINANZIELLE LEISTUNGEN,
_FAMILIENGERECHTE GESTALTUNG DES STEUER- UND SOZIALVER-
SICHERUNGSSYSTEMS SOWIE DES ARBEITSRECHTS,
_FÖRDERUNG DER KINDERBETREUUNG,
_ERZIEHUNGS-, EHE- UND FAMILIENBERATUNG UND
_FÖRDERUNG DER ELTERN- UND FAMILIENBILDUNG.

Kindergeld und Steuerfreibeträge für Kinder

Der Staat mildert die auf die Eltern zukommenden Ausgaben entweder durch das Kindergeld oder durch steuerliche Freibeträge (Kinderfreibetrag, Freibetrag für Betreuungs- und Erziehungs- oder Ausbildungsbedarf). Dabei brauchen Sie sich nicht darum zu kümmern, welche Alternative für Sie die bessere ist. Dies macht das Finanzamt von sich aus.

Das Kindergeld wird Ihnen monatlich gezahlt. Es beträgt für die ersten drei Kinder monatlich je 154 €, für weitere Kinder monatlich je 179 €. Es wird auf Antrag von den Familienkassen bei den Agenturen für Arbeit bzw. bei Angehörigen des öffentlichen Dienstes vom Dienstherrn ausbezahlt.

Kindergeld wird für jedes Kind bis zur Vollendung seines 18. Lebensjahres bezahlt, für ältere Kinder nur unter zusätzlichen Voraussetzungen (z. B. wenn das Kind sich in Berufsausbildung befindet und eine bestimmte Einkommensgrenze nicht überschreitet oder für behinderte Kinder).

Freude

Die Steuerfreibeträge betragen je Kind insgesamt 5.808 € (3.648 € Kinderfreibetrag und 2.160 € Freibetrag für Betreuungs- und Erziehungs- oder Ausbildungsbedarf). Diese Freibeträge verringern das zu versteuernde Einkommen der Eheleute und führen dadurch zu einer Verminderung der Steuer. Wie hoch diese Steuerminderung ist, hängt vom individuellen Steuersatz ab. Dies ermittelt das Finanzamt im Zuge der Einkommensteueranmeldung. Dabei berücksichtigt das Finanzamt auch, ob die Steuerfreibeträge im Ergebnis für den Steuerpflichtigen günstiger sind als das Kindergeld.





Für eingehendere Informationen empfehlen wir die Broschüre „Steuertipps für Familien“ (Herausgeber: Bayerisches Staatsministerium der Finanzen, Presse und Öffentlichkeitsarbeit, Odeonsplatz 4, 80539 München; als pdf-Datei unter www.stmf.bayern.de abzurufen).

Weitere steuerliche Auswirkungen

Das Steuerrecht berücksichtigt die finanziellen Belastungen von Familien außer durch Kindergeld und Steuerfreibeträge für Kinder zusätzlich durch

- _die Möglichkeit, zwei Drittel der Kinderbetreuungskosten, höchstens 4.000 €, bei der Berechnung des zu versteuernden Einkommens abzuziehen; dies gilt insbesondere für Kinder vom dritten bis zum sechsten Lebensjahr, aber auch für ältere Kinder bis zum 14. Lebensjahr, wenn die Kinderbetreuungskosten u.a. wegen Erwerbstätigkeit beider Elternteile anfallen,
- _die Anerkennung von 30% des Schulgelds für den Besuch bestimmter Privatschulen als Sonderausgabe,
- _einen Freibetrag von 924 € zur Abgeltung des Sonderbedarfs volljähriger, auswärtig untergebrachter Kinder, die sich noch in Berufsausbildung befinden und deren eigene Einkünfte und Bezüge eine bestimmte Höhe nicht übersteigen,
- _einen geringen Eigenanteil („zumutbare Belastung“) bei den außergewöhnlichen Belastungen,
- _die Kinderzulage von jährlich 138 € (ab 2008: 185 €), die als Teil der Altersvorsorgezulage gewährt wird, wenn Anspruch auf Förderung nach den Grundsätzen der sogenannten Riester-Rente besteht.

WICHTIG: ALLE OBEN GENANNTE LEISTUNGEN FÜR DIE FAMILIE GELTEN UNEINGESCHRÄNKT NUR IM NORMALFALL DER ZUSAMMENVERANLAGUNG DER EHELEUTE ZUR EINKOMMENSTEUER.



Elterngeld

In vielen Fällen schränken nach der Geburt eines Kindes die Eltern ihre Erwerbstätigkeit ein, um das Kind selbst zu erziehen und zu betreuen. Als teilweisen wirtschaftlichen Ausgleich erhalten Sie Elterngeld.

Elterngeld kann vom Tag der Geburt des Kindes bis zur Vollendung des 14. Lebensmonats bezogen werden. Ein Elternteil hat längstens Anspruch auf zwölf Monatsbeträge, wenn er in dieser Zeit keine oder maximal eine Erwerbstätigkeit von 30 Stunden pro Woche ausübt. Der Anspruch verlängert sich auf 14 Monate, wenn auch der Partner für zwei Monate seine vor der Geburt des Kindes ausgeübte Erwerbstätigkeit unterbricht oder auf maximal 30 Stunden pro Woche reduziert („Partnermonate“) und eine Minderung des Erwerbseinkommens vorliegt. Die Eltern können wählen,

wer von beiden wann innerhalb des 14-Monatszeitraums die Leistung bezieht (Beispiel: Mutter acht Monate, Vater im Anschluss 6 Monate). Die Leistung kann auch gleichzeitig bezogen werden. Auf Antrag kann der Auszahlungszeitraum des Elterngelds verdoppelt werden, gleichzeitig halbiert sich dann jedoch der monatliche Auszahlungsbetrag.

Die Höhe des Elterngelds beträgt monatlich 67 % des in den zwölf Kalendermonaten vor dem Monat der Geburt des Kindes bzw. bei Bezug von Mutterschaftsgeld des in den 12 Kalendermonaten vor dem Bezug des Mutterschaftsgeldes durchschnittlich erzielten monatlichen Einkommens aus Erwerbstätigkeit, höchstens jedoch 1800 € monatlich. War der betreffende Elternteil in dem maßgeblichen Zeitraum vor der Geburt des Kindes nicht erwerbstätig, wird ein Mindest-Elterngeld in Höhe von 300 € bezahlt. Das Elterngeld erhöht sich um zehn Prozent, mindestens jedoch um 75 €, wenn ein Geschwisterkind unter drei Jahren oder zwei Geschwisterkinder unter sechs Jahren mit im Haushalt leben.





Landeserziehungsgeld

Der Freistaat Bayern gewährt im Anschluss an das Elterngeld ein Landeserziehungsgeld. Es beträgt beim ersten Kind bis zu 150 €, beim zweiten Kind bis zu 200 € und bei weiteren Kindern bis zu 300 €. Die Leistungsdauer ist beim ersten Kind sechs Monate und bei weiteren Kindern zwölf Monate.

Das Landeserziehungsgeld setzt unter anderem voraus, dass der betreffende Elternteil das Kind selbst erzieht und betreut und dass er oder sie höchstens 30 Stunden in der Woche erwerbstätig ist. Es wird darüber hinaus einkommensabhängig gewährt, das heißt es wird gekürzt oder entfällt, wenn die Einkommensgrenze von 16.500 € (bzw. 25.000 € für Geburten ab 2009) überschritten wird. Maßgeblich ist das Nettoeinkommen im Kalenderjahr der Geburt des Kindes. Die Ermittlung des Nettoeinkommens weicht teilweise erheblich vom Steuerrecht ab. Die Einkommensgrenze wird für jedes weitere Kind um 3.140 € angehoben.

HINWEIS:

Für Kinder, die bis einschließlich 31. DEZEMBER 2006 geboren sind, kann Bundeserziehungsgeld bzw. Landeserziehungsgeld nach der bis dahin gültigen Rechtslage bezogen werden.



EINGEHENDERE INFORMATIONEN ERHALTEN SIE AUF DER HOMEPAGE DES ZENTRUMS BAYERN FAMILIE UND SOZIALES WWW.ZBFS.BAYERN.DE DAS FÜR DIE AUSZAHLUNG VON ELTERNGELD BZW. BUNDES- UND LANDESERZIEHUNGSGELD ZUSTÄNDIG IST, ODER AUF DER HOMEPAGE DES BUNDESMINISTERIUMS FÜR FAMILIE, SENIOREN, FRAUEN UND JUGEND UNTER WWW.BMFSFJ.DE.

Elternzeit

Arbeitnehmerinnen und Arbeitnehmer haben bis zur Vollendung des dritten Lebensjahres ihres Kindes (in Adoptionsfällen auch später) einen Anspruch auf Freistellung von der Erwerbstätigkeit, wenn sie

_IHR KIND SELBST BETREUEN UND ERZIEHEN UND MIT IHM ZUSAMMEN IN EINEM HAUSHALT LEBEN UND _DER ANSPRUCH GEGENÜBER DEM ARBEITGEBER IN DER VORGESCHRIEBENEN ART UND WEISE (FORM, FRIST, INHALT) GELTEND GEMACHT WURDE.

Die Eltern können die Elternzeit abwechselnd und auch gleichzeitig in Anspruch nehmen. Beide Eltern können also gemeinsam bis zum dritten Geburtstag des Kindes Elternzeit nehmen. Die Elternzeit kann in bis zu vier Zeitabschnitte aufgeteilt werden. Mit Zustimmung des Arbeitgebers können bis zu zwölf Monate der Elternzeit auf einen späteren Zeitpunkt, höchstens bis zur Vollendung des achten Lebensjahres übertragen werden.

Ab dem Zeitpunkt, ab dem die Elternzeit verlangt wurde, höchstens jedoch acht Wochen vor Beginn der Elternzeit, und während der Elternzeit besteht Kündigungsschutz.

Unter bestimmten Voraussetzungen besteht gegenüber dem bisherigen Arbeitgeber ein gesetzlicher Anspruch auf einen Teilzeitarbeitsplatz. Während der Elternzeit ist eine Teilzeitarbeit auch bei einem anderen Arbeitgeber oder in selbständiger Tätigkeit zulässig; hier muss der Arbeitgeber allerdings zustimmen. Er kann diese Zustimmung aber nur aus dringenden betrieblichen Gründen innerhalb von vier Wochen schriftlich verweigern.

Eine Mitgliedschaft in der gesetzlichen Krankenversicherung bleibt in der Elternzeit erhalten. Aus Elterngeld bzw. Landeserziehungsgeld sind keine Beiträge zu entrichten.

Weitere Hinweise zur Elternzeit enthält die Informationsbroschüre „Elterngeld und Elternzeit“ des Bundesministeriums für Familie, Senioren, Frauen und Jugend (Bestellungen unter Tel. 0180/19070 oder im Internet: www.bmfsfj.de).

Familienservicestelle beim Zentrum Bayern Familie und Soziales

Für Fragen zu familienbezogenen Angeboten können Sie sich an die beim Zentrum Bayern Familie und Soziales eingerichtete Familienservicestelle wenden. Sie erteilen umfassend Auskunft über die für Familien bestehenden Hilfen, Leistungen und Angebote, und zwar bezogen auf ganze Lebensbereiche wie zum Beispiel:

**_KINDERREICHE FAMILIEN
_FAMILIEN MIT BEHINDERTEN KINDERN
_SCHWANGERSCHAFT
_MEHRLINGE**

DIE FAMILIENSERVICESTELLE STEHT BAYERNWEIT AUS DEM FESTNETZ ZUM ORTSTARIF UNTER DER TELEFONNUMMER 0180/1233555 ZUR VERFÜGUNG, UND ZWAR MONTAG BIS FREITAG VON 8.00 UHR- 12.00 UHR, MONTAG BIS MITTWOCH VON 13.00 UHR - 15.00 UHR SOWIE DONNERSTAGS VON 13.00 UHR - 18.00 UHR.





Abstammungsurkunden	10, 40
Anmeldung der Eheschließung	12
Aufenthaltsbescheinigung	10
Aufgabenverteilung	21
Arbeitnehmersparzulage	32
Auslandstrauung	11
Bestimmung des Ehenamens	12, 14
Beziehungsarbeit	20
Doppelname	12
Ehe- und Familienberatung	22 ff., 46
Ehefähigkeitszeugnis	10, 11
Ehehindernisse	11
Ehename	12, 14, 41
Eheschließung	8, 10 ff., 14 ff.
Eheverbote	11
Ehevertrag	15-16
Elternbildung	43, 45, 46
Elterngeld	50 ff.
Elternschaft	42
Elternzeit	54
Erwerbstätigkeit, Recht	24 ff. 49, 50
Erziehung	43, 45
Erziehungsberatung	46
Erziehungsberatungsstellen	45
Erziehungsgeld	37, 40, 50,
Erziehungskompetenz	45
Familie, Leistungen	46, 50 ff.
Familienbuch	10
Familiengründung	34
Familienname	12, 14, 41
Familienplanung	21, 34
Familienservicestelle	55

Folsäure	35
Formalitäten	8, 10
Fortsetzung des Mietverhältnisses	26
Frauenarzt	36
Freibeträge, steuerliche	30, 33
Freizeitverhalten	21
Fruchtwasseruntersuchung	36
Früherkennungsuntersuchung	39
Geburt, standesamtliche Beurkundung	40
Geburtsname	12, 41
Geburtsurkunde	40
Geschäfte zur Deckung des täglichen Lebensbedarfs	26
Gesundheitliche Vorsorge nach der Entbindung	39
Gesundheitliche Vorsorge vor der Schwangerschaft	35
Gesundheitliche Vorsorge während der Schwangerschaft	36
Gütergemeinschaft	17
Güterstand	17
Güterstand, ehelicher	15, 16
Gütertrennung	17
Haushaltsgeld	25
Höchstgrenzen, steuerliche	33
Impfschutz	39
Impfung	35
Ja-Wort	18
Keuchhusten	35
Kinderbetreuung	21, 46
Kinderbetreuungskosten	49
Kinderfreibetrag	46, 47
Kindergeld	46, 47, 49
Kinderwunsch	21, 35



Kinderzulage	49
Kommunikation	20, 22
Kommunikationstraining	22
Krankenversicherung	27, 38, 50
Kündigungsschutz	38, 50
Landeserziehungsgeld	52 ff.
Landesstiftung „Hilfe für Mutter und Kind“	37
Lebensplanung	21
Lohnsteuer	32
Lohnsteuerklasse	30, 32
Mietvertrag	26
Mutterpass	36
Mutterschaftshilfe	38, 40
Mutterschutzbestimmungen	38-39
Mutterschutzfrist	39
Namensrecht	14
Namenswahl	41
Notar	15, 17
Paarbeziehung und Elternschaft	42
Partnerschaftstraining	22
Pränataldiagnostik	36
Rentenversicherung	27
Risikoschwangerschaft	36
Röteln	35, 36
Schutzmaßnahmen am Arbeitsplatz	38
Schwangerschaftsberatung	36, 37
Schwiegereltern	21
Sozialversicherung	27
Sparerfreibetrag	33
Splitting-Tarif	30
Staatsangehörigkeit der Kinder	28
Staatsangehörigkeit	27, 28

Standesamt	10, 40
Standesbeamter	10
Steuerfreibeträge für Kinder	46, 47, 49
Steuern	31, 47, 49
Steuerprogression	30
Taschengeld	25
Trauung	10 ff., 18, 21
Trauzeugen	18
Uhr, biologische	34
Unterhalt, nachehelicher	15
Unterhaltspflicht	25
Verlust der Staatsangehörigkeit	28
Vermieter	26
Versorgungsausgleich	15
Vornamen	41
Vorsorgeuntersuchung	36, 38
Werbungskosten	33
Windpocken	35
Wohnungsbauprämie	32
Zugewinnausgleich	15, 16
Zugewinnngemeinschaft	17
Zusammenveranlagung	31, 49

EIN KICK MEHR PARTNERSCHAFT

GELUNGENE KOMMUNIKATION
... DAMIT DIE LIEBE BLEIBT



Liebes Brautpaar!

Als besonderes Geschenk überreicht Ihnen das Bayerische Staatsministerium für Arbeit und Sozialordnung, Familie und Frauen als Teil dieser Broschüre die DVD – „Gelungene Kommunikation ... damit die Liebe bleibt“. Sie will Ihnen helfen, auftretende Konflikte besser zu lösen und zu einer gelingenden, erfüllten Lebenspartnerschaft zu kommen.

Die DVD wurde vom Institut für Forschung und Ausbildung in der Kommunikationstherapie e.V., einer Einrichtung des Erzbischöflichen Ordinariats München, entwickelt. Das Projekt wurde vom Bayerischen Staatsministerium für Arbeit und Sozialordnung, Familie und Frauen gefördert.

Weitere Exemplare der DVD können bei Bedarf zusammen mit einer ausführlichen 74-seitigen Begleitbroschüre zum Selbstkostenpreis von 10 € bezogen werden über:

_ONLINE: Bestellformular auf der Homepage
www.institutkom.de

_POST: Institut für Forschung und Ausbildung
in Kommunikationstherapie e.V.
Rückertstraße 9
D-80336 München

_FAX: +49-89-544 311 26

Vorwort	64
Bedeutung der Paarkommunikationsqualität	66
Sich verstehen ist nicht selbstverständlich	66
Gute Kommunikation ist lernbar	67
Nutzung der DVD	69
Vier Paarsituationen	72
III. Das Richtige zur falschen Zeit	73
Ausgangssituation	73
a) Eskalation: „Erst die Arbeit, dann kein Vergnügen	74
b) Versteckspiel: „Den Konflikt unter den Tisch kehren	76
c) Klärung: „Aufgeschoben ist nicht aufgehoben	78
Die Kommunikationstrainings EPL und KEK	80
Kontaktadressen	81
Literatur	82
Autoren	83
Impressum	84

LEBENSLANGES GLÜCK MIT DEM RICHTIGEN PARTNER –

wer wünscht sich das nicht? Dauerhafte Zufriedenheit in Ehe und Partnerschaft wird in entsprechenden Umfragen immer wieder als eine der wichtigsten Quellen für Lebensfreude und psychische Stabilität genannt. Zufriedene Paare haben bessere Chancen auf ein gesünderes und längeres Leben, und auch deren Kinder profitieren in vielfacher Hinsicht.

Was gehört zu einer guten Paarbeziehung? Nicht nur der richtige Partner, sondern auch der richtige Umgang miteinander – in unterschiedlichsten Situationen und in sich immer wieder verändernden Lebenslagen. Die Wissenschaft hat in den letzten Jahrzehnten herausgefunden, dass für den Erhalt der inneren Bindung eines Paares die Kommunikationsqualität ein ganz entscheidender Faktor ist, bei dem man dazu lernen kann – frau auch. Aber zu wenige tun es. Viele reden sich oft unnötig auseinander, können sich aber nicht wieder zusammenschweigen.

Deshalb ist es enorm wichtig, dass Paare sich möglichst früh darüber bewusst werden, wie sie in ihrer Partnerschaft miteinander umgehen, auf welche Fehler sie in ihrer gemeinsamen Kommunikation besonders achten müssen und wie sie diese am besten vermeiden können.

Denn gute Paargespräche sind lernbar. Ziel es ist, dass Paare möglichst viele „belohnende“, also konstruktive, kommunikative Fertigkeiten erwerben und möglichst wenige „bestrafende“, sprich destruktive Kommunikationsstrategien einsetzen, damit Liebe und Zuneigung erhalten bleiben. Hierfür haben wir intensive und auch langfristig sehr erfolgreiche Paar-kommunikationstrainings entwickelt (S. 80). Damit Sie sich mit wesentlichen Inhalten daraus auch zu Hause vertraut machen können, wurde die DVD „Ein Kick mehr Partnerschaft“ für junge Paare entwickelt.

Vier Filmszenen zeigen unterschiedliche Erlebnisse eines Paares. Im Anschluss an jede Szene werden jeweils drei verschiedene Umgangsweisen mit der jeweiligen Situation dargestellt. So werden z. B. verletzend Streitigkeiten, Verschweigen oder Manipulationen und natürlich auch klar und fair geführte Paargespräche demonstriert. Die Konsequenzen dieser Verhaltensweisen werden verdeutlicht, Regeln und Tipps für gelungene Gespräche präsentiert.

Es geht um Klärung statt Kampf oder Flucht, um „Einlassen können“ statt „Eskalieren lassen“ und es geht auch darum, immer wieder Positives am Partner zu beachten und auch zum Ausdruck zu bringen. Ein in dieser Hinsicht bewusster Umgang miteinander sorgt für einen schnelleren Ausstieg aus ungünstigen Entwicklungen und stärkt die gegenseitige Zuneigung.

Den Anstoß zu diesem Projekt lieferte uns die erste der Erziehungshilfe-CDs aus der Reihe „Freiheit in Grenzen“ von Prof. Dr. Klaus A. Schneewind. Auch wenn es in unserer DVD um andere Inhalte geht, gefiel uns der gelungene Aufbau der CDs, den wir zum Teil übernahmen.

Die Realisierung des Projekts ist dem Bayerischen Staatsministerium für Arbeit und Sozialordnung, Familie und Frauen zu verdanken, das für die maßgebliche finanzielle Förderung gesorgt hat. An der Produktion der DVD hat ein interdisziplinäres Team mitgewirkt (s. Impressum), dem wir an dieser Stelle für den hochprofessionellen Einsatz und nicht zuletzt auch für das angenehme Klima der effektiven Zusammenarbeit herzlich danken wollen.

München, Dezember 2007

Joachim Engl Franz Thurmaier

Bedeutung der Paarkommunikationsqualität

Die Erkenntnisse der neueren Ehe- und Partnerschaftsforschung zeigen, dass eine der wichtigsten Faktoren für das empfundene Beziehungsglück die Art und Weise ist, wie die Partner miteinander umgehen, wie sie miteinander sprechen, dem Anderen zuhören, wie sie auftauchende Probleme angehen und sie gemeinsam zu lösen versuchen, kurz: wie sie miteinander „kommunizieren“.

Mithilfe dieser DVD wollen wir Verhaltensweisen bewusst machen, die zum Gelingen einer Paarbeziehung wesentlich beitragen. Dazu ist es wichtig, typische Fehler im Gespräch erkennen zu können und Alternativen zu erleben.

Sich verstehen ist nicht selbstverständlich

Eine auf Dauer zufriedene Ehe zu führen ist trotz aller guten Vorsätze und Wünsche nichts Selbstverständliches, sondern eine Kunst, die gelernt werden muss und kann. Da eine Paarbeziehung heute in erster Linie auf der Gleichwertigkeit der beiden Partner basiert, kann der Eine nicht über den Anderen verfügen. Entscheidungen, die die Beziehung betreffen, müssen gemeinsam ausgehandelt, persönliche Wünsche aufeinander abgestimmt und die Übernahme von Verpflichtungen immer wieder aufs Neue vereinbart werden. Es ist nicht zu übersehen, dass solch eine Beziehung Gesprächsfertigkeiten und Gesprächsbereitschaft bei beiden Partnern voraussetzt. Nicht selten kann es beim oben beschriebenen „Aushandeln“, „Abstimmen“ und „Vereinbaren“ zu Konflikten und Streitigkeiten kommen. Doch nur Probleme, die offen zutage treten, bergen die Chance in sich, auch gelöst werden zu können.

Dabei ist „Lösung“ hier oft als Erleichterung zu verstehen. Meist geht es darum, dass Paare es schaffen, ihren immer wieder gleichen und wiederkehrenden Problemen die Spitze zu nehmen, sodass z. B. unterschiedliche Bedürfnisse nicht in der Kränkung des Partners münden. Ebenso wichtig ist es, trotz aller Belastungen das Angenehme am Partner und die Stärken der Beziehung nicht aus dem Blick zu verlieren und sich immer wieder neu füreinander zu engagieren.

Gute Kommunikation ist lernbar

Es gibt mittlerweile Hunderte von Studien, die die Faktoren für ein dauerhaftes Eheglück zu ermitteln versuchten. Wichtig sind vor allem folgende Aspekte:

- _DAS PERSÖNLICHE POTENZIAL DER PARTNER (Z. B. GESUNDES SELBSTWERTGEFÜHL, EINFÜHLUNGSVERMÖGEN, FÄHIGKEIT, AUCH MAL ALLEIN SEIN ZU KÖNNEN)
- _DAS POTENZIAL DER BEZIEHUNG (DIE GEGENSEITIGE ATTRAKTION, LIEBE UND ZUNEIGUNG)
- _DAS ZUSAMMENPASSEN DER PARTNER (Z. B. IN BEZUG AUF LEBENSSTILE UND –PLÄNE, WERTVORSTELLUNGEN, ROLLENAUFTEILUNG)
- _DAS MITEINANDER-UMGEHEN IN VERSCHIEDENEN PARTNERSCHAFTS- UND FAMILIENPHASEN (Z. B. ZUSAMMENZUG, HEIRAT, GEBURT DES ERSTEN KINDES ...)

Welche Partner sich finden, wie sehr die Liebe einschlägt und was einem Paar im Leben widerfährt, lässt sich nicht vorhersehen – und das ist auch gut so. Es gibt jedoch viel zu viele Paare, die trotz großer ursprünglicher Liebe und trotz guten Zusammenpassens an der Art des Miteinander-Umgehens scheitern, weil sie z. B. in Stresssituationen nicht gut aufeinander eingehen können. Auch wer sich „richtig“ liebt, kann sich schnell verlieren, wenn man nicht richtig miteinander redet. Das ist die schlechte Nachricht. Die gute Nachricht ist: Richtig miteinander reden lässt sich lernen – wie andere Fertigkeiten auch – mit der nötigen Übung und mit dem eigenen Partner.

Schon vor dem Beginn einer Beziehung sind Gesprächsfertigkeiten wichtig, um den Anderen besser kennen zu lernen und damit auch die Tragfähigkeit einer Beziehung besser wahrnehmen zu können. Kommunikative Fertigkeiten dienen zum einen als Hilfe zur besseren Verständigung, darüber hinaus allerdings auch als Mittel zur besseren Selbsterkenntnis und zur Veränderung von ungünstigen Einstellungen. Dies dient dem Erhalt von Liebe und

Zuneigung in der Partnerschaft ungemain.

Deshalb ist es von großer Bedeutung, dass Paare sich möglichst früh darüber bewusst werden, welche besonderen Stärken im Miteinander-Umgehen zu erhalten sind, auf welche Fehler sie in ihrer gemeinsamen Kommunikation besonders achten müssen und wie sie diese am besten vermeiden können. Miteinander reden soll gut tun – nicht wehtun.

Stresssituationen treten in jeder Partnerschaft auf. Wie belastend diese wirken, hängt maßgeblich davon ab, wie man darauf reagiert. Die häufige Tendenz zu Kampf oder Flucht mündet meist in Beschuldigungen des Partners oder im Vermeiden und Abblocken. Dies schafft allenfalls eine sehr kurzfristige Entlastung. Mittel- und langfristig wird alles nur noch schlimmer. Um Eskalationen zu vermeiden, ist es wichtig, sich eigener Kommunikationsfehler zumindest bewusst zu sein, um gezielt einen besseren Weg im Miteinander-Umgehen einschlagen zu können. Dazu soll diese DVD beitragen.

Nutzung der DVD

In für junge Paare 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. Unser Filmpaar (Sarah und Stefan) gerät in einige Situationen mit Konfliktpotenzial. Was dabei herauskommt, entscheidet sich aber erst durch das Verhalten der Partner.

Die DVD zeigt zu jeder der vier Ausgangssituationen drei Reaktionsvarianten, vereinfacht ausgedrückt: Kampf, Flucht oder Klärung. Wie es ihnen unmittelbar danach geht, sprechen Sarah und Stefan 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 genauer ersichtlich werden.

Wir empfehlen Ihnen folgendes Vorgehen:

Nehmen Sie sich mindestens eine halbe Stunde Zeit, in der Sie es sich vor dem Bildschirm ungestört gemütlich machen – am besten mit Ihrem Partner. Wählen Sie eine der vier Ausgangssituationen aus dem DVD-Hauptmenü aus (Szenendauer 1 – 4 Min.) und spielen Sie diese mindestens einmal ab. Die DVD hält am Ende der Szene automatisch an. Ehe Sie weiterklicken, überlegen Sie kurz:

- _WELCHE TEILWEISE UNTERSCHIEDLICHEN GEFÜHLE UND BEDÜRFNISSE VON SARAH UND STEFAN WERDEN IN DER SZENE SPÜRBAR?**
- _WIE WÜRDEN ES MIR IN EINER SOLCHEN SITUATION GEHEN?**
- _WIE WÜRDEN ICH REAGIEREN?**

Tauschen Sie sich mit Ihrem Partner darüber aus.

Wählen Sie dann die erste Reaktionsvariante. Lassen Sie auch diese Szene kurz auf sich wirken und diskutieren Sie, welche Verhaltensweisen Ihnen bekannt vorkommen und wohin eine solche Reaktionsweise führt. Sehen Sie sich anschließend den dazugehörigen Kommentar an (Dauer 2 – 4 Min.).

Verfahren Sie genauso mit den beiden weiteren Reaktionsvarianten. Überlegen Sie, welche der gezeigten Verhaltensweisen Sie von der positiven Variante „Klärung“ für sich übernehmen können.

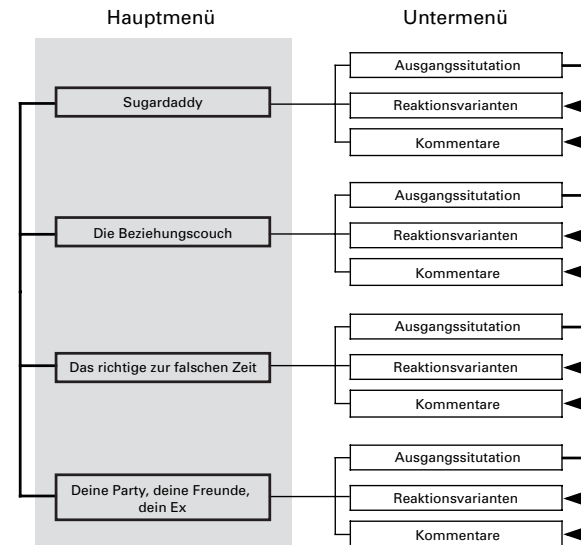
Für das Abspielen einer der vier Szenen inklusive Ausgangssituation, drei Reaktionsvarianten und drei Kommentare benötigen Sie ca. 20 Minuten, mit zwischenzeitlichen Gesprächen darüber mindestens eine halbe Stunde.

Die Darstellung der im Film gezeigten Gesprächsfehler sowie der konstruktiven Alternativen ist natürlich exemplarisch und verdichtet. In der Realität mag eine entsprechende Gesprächsentwicklung durchaus länger dauern. Hier wurden die Filmbeispiele zeitlich limitiert (ca. 3 Min./Variante).

Wenn Sie noch Zeit haben, können Sie sich auf diese Weise noch einen weiteren Film vornehmen. Aber bitte nicht zu viel auf einmal. Wichtig ist, dass Sie genau registrieren, an welchen Stellen sich eine Auseinandersetzung destruktiv oder konstruktiv entwickelt. Was davon erkennen Sie bei sich selbst? Was könnten Sie in Zukunft verbessern? Tauschen Sie sich mit Ihrem Partner ausführlich darüber aus und sehen Sie sich zu passender Gelegenheit weitere Szenen an.

Im Modus „Ganzer Film“ (im Untermenü) können Sie alle Szenen und Kommentare von jedem der vier Filme nacheinander ansehen und an beliebiger Stelle mit der Pause-Taste unterbrechen.

Menüstruktur der DVD



Bedienung der DVD

Diese DVD ist dafür programmiert, auf einem Standard-DVD-Player zu funktionieren. Bei jedem Einlegen startet die DVD mit einer kurzen Vorschau (Trailer). Diese kann mit der **ENTER**-Taste abgebrochen werden, um gleich ins Hauptmenü zu gelangen.

Für die Navigation durch die Menüs der DVD benutzen Sie das Steuerkreuz auf Ihrer Fernbedienung. Um einen Menüpunkt auszuwählen drücken Sie die **ENTER**-Taste.

Während ein Film läuft haben Sie folgende Möglichkeiten:

- _PAUSE**-Taste drücken, um den Film anzuhalten
- _PLAY**-Taste drücken, um den Film fortzusetzen
- _<< >>** Tasten drücken für einen schnellen Vor- oder Rücklauf des Filmes
- _|<< >>| SKIP**-Tasten drücken, um entweder an den Anfang oder an das Ende des Filmes zu springen
- _TITLE**-Taste oder der **MENÜ**-Taste führen Sie jederzeit zurück ins **HAUPTMENÜ**.

Vier Paarsituationen

Die DVD zeigt insgesamt vier Szenen, in die junge Paare geraten können, mit jeweils unterschiedlichen Auflösungsmöglichkeiten. Die dritte Szene wird im folgenden Text beispielhaft beschrieben.

Über das Institut ist diese DVD mit einer 74seitigen Begleitbroschüre erhältlich (www.institutkom.de), in der alle vier Szenen erläutert werden und darüber hinaus noch weitere konkrete Anregungen und Tipps für das gelungene Paargespräch enthalten sind.



III. Das Richtige zur falschen Zeit

Ausgangssituation

Stefan kommt an einem Freitagabend reichlich gestresst nach Hause. Gerade hat er erfahren, dass er jetzt noch eine Kalkulation korrigieren und in sein Büro mailen muss. Dagegen hat Sarah sich diesen Abend von beruflicher Verpflichtung freigeschaufelt und mit großem Aufwand einen romantischen Abend zu zweit vorbereitet. Kurz nachdem Stefan die Wohnung betritt, stehen sich die beiden mit ihren unterschiedlichen Vorstellungen und Erwartungen gegenüber.

Beide sind am Ende dieser Szene irritiert. Das ist besonders schade, da Sarahs Idee, es sich zu zweit wieder mal so richtig gut gehen zu lassen, für Beziehungen etwas sehr wertvolles ist. Gerade, wenn die Verpflichtungen des Alltags überhandzunehmen drohen, ist es wichtig, bewusst freie Zeit zu zweit einzuplanen und diese für beide möglichst angenehm zu gestalten.

In unserem Beispiel führen zum einen widrige Umstände von außen, zum anderen mangelnde Absprache im Vorfeld dazu, dass das für eine Beziehung genau Richtige anscheinend zum falschen Zeitpunkt geschieht.

Während Sarah ihre Bedürfnisse nach Nähe und Zärtlichkeit erfüllt haben und Wertschätzung erfahren möchte, steht Stefan der Sinn einerseits nach Ruhe und Erholung, andererseits verspürt er den Druck, die dringenden Aufgaben schnell noch abzuschließen. Hinter diesen Bedürfnissen verbirgt sich bei Sarah vielleicht auch die Angst vor Entfremdung in ihrer Beziehung zu Stefan. Bei Stefan könnte ein Gefühl von Überforderung vorherrschend sein, gekoppelt mit der Angst vor negativen Konsequenzen für die Karriere oder für die Partnerschaft. Da könnte ihm leicht der Gedanke kommen: „Wie ich es jetzt auch mache, ich mach’s verkehrt“.



a) Eskalation: „Erst die Arbeit, dann kein Vergnügen“

Stefan beginnt mit einem nicht ernst gemeinten Einlenkversuch („ich komm dann gleich“). Auf Sarahs Gesicht ist ihre Enttäuschung abzulesen. Doch sie benennt sie nicht, sondern stellt eine Suggestivfrage, die ihn in die Enge treiben soll („das kannst du doch auch morgen machen?“), und auf sein schroffes „Nein“ reagiert sie vorwurfsvoll („du hättest wenigstens mal Bescheid sagen können“). Stefan kontert genervt und ironisch („ich hätte viel machen können, was ich nicht gemacht habe“), worauf Sarah ihn mit ironischen Bemerkungen eindeckt („soll ich Ihnen das Essen an den Schreibtisch bringen? ... Entschuldigung, dass ich auch noch da bin“).

Nach einem verallgemeinernden Vorwurf von Stefan („du hast ja keine Ahnung“) eskaliert die Situation, indem Sarah ihn mit einer Androhung („dann schmeiß ich das jetzt alles weg“) verlässt. In der Küche folgen

dann nur noch Vorwürfe und Gegenvorwürfe (z. B. „du bist so ein Egoist“, „die ganze Woche zerrst du schon an mir rum“) bis zu Sarahs Drohung („dann geht’s halt den Bach runter“), die die ganze Beziehung in Frage stellt.

Daraufhin nimmt Sarah noch einen Anlauf. Doch anstatt nun klar ihre Bedürfnisse und ihre Befürchtungen anzusprechen, formuliert sie nur neue Vorwürfe („du kommst nicht mal auf die Idee, dir mal was für uns einfallen zu lassen“). Stefan reagiert mit Unverständnis, das er in einen Gegenvorwurf verpackt („aber dir ist es nie genug“).

Sarah flüchtet sich in regelhafte und belehrend wirkende Formulierungen („an der Beziehung muss man arbeiten ... da muss man sich halt auch mal Zeit für Zärtlichkeit und Zuneigung nehmen“), um sich keine Blöße zu geben. Stefan pariert diese Angriffe wiederum mit beißender Ironie („Zärtlichkeit nach Plan“). Nun ist das Porzellan endgültig zerschlagen. Und mit einer erneuten beziehungsgefährdenden Drohung („dann schlaf halt in Zukunft bei deinem Computer“) lässt Sarah Stefan stehen.

RESÜMEE

Nach solch einer verletzenden Auseinandersetzung finden natürlich beide keine Ruhe. Aufgewühlt und sicherlich auch besorgt kann Stefan sich nicht auf seine Arbeit konzentrieren, während Sarah traurig und wütend zugleich einer Freundin ihr Leid klagt. Ein klärendes Gespräch mit ihrem Stefan wird nach diesen negativen Erfahrungen, die gerade beide miteinander gemacht haben, leider erst mal auf sich warten lassen – und erst recht das nächste Candle-Light-Dinner.



b) Versteckspiel: „Den Konflikt unter den Tisch kehren“

Stefans Zögern ist offensichtlich. Mit Beschwichtigungen („dauert nicht lange ... lässt sich das Essen irgendwie warm halten, ja?“) versucht er halbherzig die Situation zu überspielen. Als er Sarahs enttäushtes Gesicht sieht, gibt er gegen seine eigentliche Einstellung, erst die nötige Arbeit zu erledigen, nach („gut, ich mach's nachher“). Sein Motiv ist dabei in erster Linie, dass er keine Idee hat, wie er das Sarah beibringen könnte, ohne dass es zu einem Streit kommt. Und Streit ist das Letzte, was er sich jetzt wünscht.

Also setzt er sich widerwillig an den Tisch und erzählt unkonzentriert von dem, was er jetzt eigentlich tun müsste. Bald wird deshalb auch Sarah klar, dass er keine Augen für sie und das festlich bereitete Essen hat. Sie bemüht sich, ihre Enttäuschung zu verbergen und versucht ihn ins Gespräch zu ziehen („auf uns“). Seine Reaktion zeigt seine Unkonzentriertheit („ja, auf uns ... toll, die Kerzen und so ...“). Gedanklich ist er bei seiner Arbeit, auch dann, als sie schweigend essen. Sein abwesender Blick und sein Schweigen verunsichern Sarah („schmeckt's dir nicht?“).

Nun quälen sich beide durch einen oberflächlichen Small Talk („wie war's bei dir so?“), („war ganz gut“). Keiner der beiden spricht an, was wirklich in ihm vorgeht und das Gespräch versickert vollends. Beide machen möglichst gute Miene zum bösen Spiel.

RESÜMEE

Was Sarah und Stefan erleben, ist Frustration, weil keiner der beiden bekommt, was er jetzt bräuchte. So wird die ursprüngliche Absicht Sarahs, eine angenehme Zeit zu zweit zu verbringen, schließlich ins Gegenteil verkehrt. Beide werden diesen Abend als schwierig und unbefriedigend in Erinnerung behalten. Und sie könnten fatalerweise lernen, dass es sich nicht lohnt, Zeit und Arbeit in die Beziehung zu investieren. Es sei denn, es gelingt ihnen doch noch, offen und fair über die ganze Situation zu sprechen.



c) Klärung: „Aufgeschoben ist nicht aufgehoben“

Stefan lässt sich einen kleinen Moment Zeit, um sich seines inneren Zustands bewusst zu werden. Jetzt kann er auch wahrnehmen, was Sarah vorbereitet hat und er äußert seine große Wertschätzung für sie („schön, schön, dass es dich gibt“). Er streichelt sie und bringt eine die Situation humorvoll entschärfende Bemerkung („schlechtes Timing, was?“). Darauf kann ihn auch die etwas verunsicherte Sarah anlächeln. So ermutigt macht Stefan einen konkreten Lösungsvorschlag und deutet schon an, dass er nachher die Zeit mit ihr genießen will („weil das hier, das will genossen werden“). Sarah geht darauf ein („na gut, dumm gelaufen“). Dann gehen sie mit einem Kuss auseinander.

Während Stefan seine Arbeit zügig erledigt, beschäftigt Sarah sich mit ihrer Französisch-Kassette. Als sie wieder zusammen kommen, können sie beide entspannt das festliche Abendessen genießen. Während Stefan ihr Komplimente macht („zauberhaft, wie du das gemacht hast.“) zeigt ihm Sarah, dass dies auch bei ihr ankommt („tut gut das zu hören, hör nicht auf damit“). Sie verwöhnen sich nicht nur mit Worten, sondern auch mit Zärtlichkeiten. Da stört es überhaupt nicht mehr, dass mittlerweile das Fleisch ein wenig zäh geworden ist. Denn durch ihr offenes „Aufeinander-Eingehen“ haben die beiden viel Wesentlicheres erreicht: Sie sind sich trotz der stressigen Ausgangssituation näher gekommen und erleben nun einen gelungenen Abend zu zweit.

RESÜMEE

Indem Stefan sich zuerst seine eigenen Bedürfnisse klarmacht und sie dann Sarah deutlich mitteilt, kann er im nächsten Schritt auch auf Sarah eingehen. Sarah wiederum kann jetzt flexibler reagieren, da sie nun weiß, was in Stefan vorgeht. Dadurch entspannt sich die Stimmung. Beide können sich auf eine Lösung einigen, die es ihnen ermöglicht, die Anliegen beider zu erfüllen.

Die Kommunikationstrainings EPL und KEK

Wenn es Ihnen gelingt, typische Kommunikationsfehler, wie sie in den entsprechenden Szenen der DVD dargestellt werden, schneller zu bemerken und rechtzeitig aus einer unnötigen Eskalation oder einem unliebsamen Schweigen auszusteigen, ist schon viel gewonnen. Die ebenfalls gezeigte Anwendung von Kommunikationsregeln beim Sprechen wie beim Zuhören erfordert einige Übung mit dem eigenen Partner. Hier gilt es, teilweise neue Verhaltensweisen für sich selbst und auch für die individuelle Beziehungsdynamik zu integrieren. Falls Sie dies auch unter fachkundiger Anleitung tun möchten, empfehlen wir Ihnen unsere Kommunikationstrainings EPL und KEK. Hierzu ein paar Informationen:

_BEI EPL (EIN PARTNERSCHAFTLICHES LERNPROGRAMM) HANDELT ES SICH UM EIN PAARKOMMUNIKATIONSTRAINING ÜBER 6 x 2 STUNDEN IN UNTERSCHIEDLICHER "VERPACKUNG", Z. B. EIN VERLÄNGERTES WOCHENENDE, FÜR JE VIER JUNGE PAARE.

_KEK (KONSTRUKTIVE EHE UND KOMMUNIKATION – EIN KURS ZUR WEITERENTWICKLUNG VON PARTNERSCHAFT) IST EIN ERWEITERTES PROGRAMM (U. A. SELBSTREFLEXIONSÜBUNGEN) ÜBER 7 x 3 STUNDEN AN ZWEI WOCHENENDEN FÜR JE VIER PAARE IN MEHRJÄHRIGER BEZIEHUNG MIT DARAUFGESTIMMTEN RAHMENTHEMEN.

Jeder Kurs wird von zwei sorgfältig ausgebildeten und supervidierten Trainern (meist eine Frau und ein Mann) geleitet. Jedes Paar trainiert räumlich getrennt von den anderen Paaren. Zusätzlich werden Auffrischungskurse angeboten.

Kontaktadressen

EPL- und KEK-Kurse werden meist hochbezuschusst angeboten. Ausbildung und Supervision der Trainer werden von unserem Institut geregelt.

Eine ständig aktualisierte Liste der EPL- und KEK-Anbieter in Deutschland ist erhältlich bei der Arbeitsgemeinschaft katholischer Familienbildung (AKF) e.V., Mainzer Str. 47 in 53175 Bonn, unter der Homepage www.AKF-Bonn.de oder www.epl-kek.info.

Hintergrundinformationen zu den Kursen finden sich unter www.institutkom.de.

EPL- und KEK-Kurse sind präventive Angebote. Sie sind **NICHT** für Paare gedacht, die schwerwiegende Konflikte haben, denen es schon seit längerer Zeit nicht mehr gelungen ist, sich zu versöhnen oder die eine Trennung beabsichtigen.

Für belastete Paare entwickelten wir das Programm KOMKOM (KOMmunikationsKOMpetenz – Training in der Paarberatung), das mit wachsender Verbreitung von Ehe-, Familien- und Lebensberatungsstellen angeboten wird.

Hintergrundinformationen zu den Kursen finden sich ebenfalls unter www.institutkom.de.

Belasteten Paaren raten wir auf jeden Fall eine Ehe-, Familien- und Lebensberatungsstelle aufzusuchen.

Literatur

Für Paare, die auf unterhaltsame Art und Weise noch mehr über das Thema Paarkommunikation und über unsere Trainings erfahren wollen:

Joachim Engl, Franz Thurmaier (2006, 13. Aufl.). **Wie redest du mit mir? Fehler und Möglichkeiten in der Paarkommunikation.**

Freiburg: Herder-Verlag. 154 S. € 8,90. ISBN 3-451-04887-6

Übersichtsartikel für fachlich Interessierte:

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.

Hahlweg K., Thurmaier, F., Engl, J., Eckert, V. & Markman, H. J. (1998). Prävention von Beziehungsstörungen in der Bundesrepublik Deutschland. **Prävention von Trennung und Scheidung – Internationale Ansätze zur Prädiktion und Prävention von Beziehungsstörungen.**
In: Schriftenreihe des Bundesministeriums für Familie, Senioren, Frauen und Jugend (Hrsg.), **Band 151.** (S. 191-216). Stuttgart: Kohlhammer.

Autoren

Dr. Joachim Engl und Dr. Franz Thurmaier



Diplompsychologen, Psychol. Psychotherapeuten,
Ehe-, Familien- und Lebensberater

Institut für Forschung und Ausbildung in Kommunikationstherapie e. V.,
München, info@institutkom.de www.institutkom.de

Das Institut ist eine Einrichtung des Erzbischöflichen Ordinariates
München. Arbeitsschwerpunkte sind: Angewandte Forschung zu
Prävention und Behandlung von Beziehungsstörungen, Ausbildung
und Fortbildung von Ehe-, Familien- und Lebensberatern.

Impressum

Konzept und Leitung: Joachim Engl, Franz Thurmaier
Ausführender Produzent: Joachim Schroeder, Preview Production GbR, München
Drehbuchvorlage: Joachim Engl, Franz Thurmaier
Drehbuch: Adrienne Bortoli, Daniel Speck
Texte und Begleitbroschüre: Joachim Engl, Franz Thurmaier

Darsteller

Hauptdarsteller: Patricia Aulitzky (Sarah), Oliver Scheffel (Stefan)
Nebendarsteller: Peter Hladik (Sarahs Vater), Vera Lippisch (Sarahs Mutter),
Andreas Berner (Martin), Felix von Frantzius (Dieter), Stefan Murr (Olli),
Veronika Rotfuß (Lisa), Birte Carolin Sebastian (Jenny)

Filmproduktion

Preview Production GbR, München, Geschäftsführender Gesellschafter
Joachim Schroeder
Produktionsleitung: Stefan Tschoner
Regie: Maximilian Engert
Regieassistent: Olivia Hagemann
Script/Continuity: Olivia Hagemann, Sina Jüngst
Kamera: Chris Hof, Thomas Zothner
Kameraassistent: Bene Zirnbauer
Licht: Ralph von Zuendt, Sebastian Utz
Ton: Ike Daniel Aligbe
Maske: Sabine Skuhra
Kostüm: Eva Braedt
Requisite & Catering: Andreas Wittmann
Fahrer/Runner: Sina Jüngst
Produktionsassistent: Patrick Lange
Casting: Tschoner, Lange, Hagemann, Engert
Musik: Incredible Sound Library
Tonmischung: Ike Daniel Aligbe
Editor: Claudio Schmid
Sprecher: Christian Baumann

DVD Entwicklung und Produktion

Preview Production GbR, München, Geschäftsführender Gesellschafter
Joachim Schroeder
DVD-Authoring: Chris Lochmann
Design Cover und Booklet: Daniel Holl
Logo und Slogan: Kippconcept, Bonn

Projektförderung

Bayerisches Staatsministerium für Arbeit und Sozialordnung,
Familie und Frauen

© 2007

Dr. Joachim Engl, Dr. Franz Thurmaier

Institut für Forschung und Ausbildung
in Kommunikationstherapie e.V.
Rückertstraße 9
D 80336 München
www.institutkom.de

Alle Rechte vorbehalten, insbesondere das des öffentlichen Vortrags,
der Übertragung durch Funk und Fernsehen sowie der Übersetzung
auch einzelner Teile.

Die Inhalte der DVD sind urheberrechtlich geschützt.
Jede Vervielfältigung, Vorführung, Veröffentlichung, Aufführung, Sendung,
Vermietung, Leihe sowie die Verwendung im World Wide Web, auch
in Teilen, ist ohne Einwilligung der Rechteinhaber untersagt und zieht
gegebenenfalls straf- und zivilrechtliche Folgen nach sich.

Technische Änderungen und Irrtümer vorbehalten.

