

## EKFuL-Jahrestagung 2021

### Gut genug. Oder geht's noch besser? Psychologische Beratung in Auseinandersetzung mit dem Phänomen der Selbstoptimierung

**31. Mai bis 2. Juni 2021**

Online-Veranstaltung



### Planen, beobachten, überprüfen, anpassen, verbessern, maximieren.

Die Optimierung des Selbst, der eigenen Situation, der gesellschaftlichen Stellung ist schon seit Menschengedenken ein wichtiger Motor persönlichen und gesellschaftlichen Fortschritts. Bedeutet Selbstoptimierung jedoch immer, dass Ziele und Ergebnisse erreicht werden müssen? Kann ein Selbst tatsächlich ein Optimum erlangen oder ist ein „mehr, schneller, höher, weiter“ stets ein Prozess, der nie in einem Superlativ mündet? Wo beginnt eine Selbstmaximierung, wo endet der allgemeine oder „gewöhnliche“ Anspruch, das eigene Leben bestmöglich zu gestalten? Und was hat dieses Thema eigentlich mit psychosozialer Beratung zu tun?

#### Liebe Teilnehmende, liebe Gäste,

die diesjährige digitale Jahrestagung der EKFuL will sich auf verschiedenen Ebenen mit der Thematik der Selbstoptimierung auseinandersetzen. Vorträge renommierter Referent\*innen

aus unterschiedlichen Fachgebieten, wie der Psychologie, Theologie und Ethik, geben die Möglichkeit, das Thema mannigfaltig zu beleuchten. In die Familien- und Lebensberatung hat das Thema der Erweiterung des eigenen Möglichkeitsradius längst Eingang gefunden. Wie gelingt Selbstoptimierung im Alter, ist dies überhaupt ein angestrebtes Ziel? Welche Bedeutung hat Supervision in Hinblick auf die Optimierung der Identität der Beratenden? Und inwiefern ist Schwangerschaftskonfliktberatung als eine vorgeburtliche Optimierung anzusehen? Die Bearbeitung dieser und weiterer Fragen findet in Arbeitsgruppen statt, die Raum für Austausch und Diskussion bieten.

Wir freuen uns darauf, gemeinsam mit Ihnen die komplexe Thematik der Selbstoptimierung zu erörtern, zu hinterfragen, zu diskutieren und laden Sie herzlich dazu ein!

Für die Vorbereitung der Jahrestagung danken wir: Rainer Bugdahn, Karin Ladwig, Hans-Günter Schoppa, Ute Zöllner, Silke Willer, Ulrich Knudsen und Sophie Grabow

*Jan Wingert – Vorstandsvorsitzender der EKFuL*

#### Teilnahmekosten

EKFuL-Mitglied	100 Euro
Ermäßigt (mit Nachweis)*	100 Euro
Nichtmitglied	130 Euro
*Studierende	

#### Anmeldung

Online unter: [www.ekful.de/veranstaltungen](http://www.ekful.de/veranstaltungen)

Anmeldefrist: **6. Mai 2021**

Es gelten die AGBs für Veranstaltungen (siehe [www.ekful.de/veranstaltungen](http://www.ekful.de/veranstaltungen)).

## Montag, 31. Mai 2021

- 9:45 Anmeldung / Einwahl
- 10:00 **Grußwort**
- 10:15 Begrüßung und Einführung
- 11:00 *Pause*
- 11:15 **Unaufhörliche Selbstoptimierung: Was heißt und bedeutet das alles?**  
Prof. Dr. Jürgen Straub
- 12:30 *Mittagspause*
- 13:30 **Selbstoptimierung - rationale Entscheidung zur Verbesserung des eigenen Wohlbefindens und Risikofaktor für psychische Störungen**  
Prof. Dr. York Hagmayer
- 15:00 Übergang in Kleingruppen zur Reflexion des ersten Tages
- 15:30 Klärung offener Fragen, Blitzlicht und Abschluss des ersten Tages

## Dienstag, 1. Juni 2021

- 9:45 Ankommen / Einwahl
- 10:00 Andacht mit Ulrich Knudsen
- 10:15 **Arbeitsgruppen I\***  
(inkl. Pause)
- 13:15 *Mittagspause*
- 14:15 **„Es ist dir gesagt Mensch, was gut ist...“ (Micha 6,8) - Das gelingende Leben im Spiegel der (medialen) Selbstoptimierungskultur**  
Dr. Anne-Kathrin Pappert
- 15:30 Klärung offener Fragen, Blitzlicht und Abschluss des zweiten Tages

## Mittwoch, 2. Juni 2021

- 9:45 Ankommen / Einwahl
- 10:00 Andacht mit Christoph Pompe
- 10:15 **Arbeitsgruppen II\***  
(inkl. Pause)
- 13:15 *Mittagspause*
- 14:15 **„Was nennst du mich gut? Niemand ist gut als Gott allein.“ Über die Religiosität von Selbstoptimierung**  
Dr. Dr. Frank Hofmann
- 15:30 Abschied und virtueller Reisesegen
- 15:45 *Ende der Jahrestagung*

---

*\* Bei den Arbeitsgruppen handelt es sich um jeweils abgeschlossene Themeneinheiten.  
Bitte wählen Sie zwei unterschiedliche Arbeitsgruppen.*

## Referent\*innen

### Prof. Dr. Frank Austermann

Professor für Beratung, Supervision, Seelsorge an der Hochschule Hannover, Forschung und Lehre zu Lebens- und Familienberatung sowie Supervision und Coaching, ehem. Co-Leiter der Arbeitsstelle für Seelsorge, Beratung und Supervision in Bremen mit der Familien- und Lebensberatungsstelle

### Prof. Dr. York Hagmayer

Dipl. Psychologin, apl. Professorin an der Universität Göttingen, Akademischer Rat/Oberrat an der Universität Göttingen (Forschungsschwerpunkt u.a. Entscheidungsfindung im medizinisch-psychologischen Bereich)

### Judith Hennemann

Dipl. Sozialpädagogin, Psychologische Beraterin, Cara Beratungsstelle zu Schwangerschaft und Pränataldiagnostik Bremen

### Dr. Dr. Frank Hofmann

Chefredakteur von Andere Zeiten e.V. Hamburg, Philosoph, Theologe, langjähriger Chefredakteur der „Men´s Health“ und Marathonläufer

### Marina Mohr

Soziologin M.A., Systemische Beraterin, Cara Beratungsstelle zu Schwangerschaft und Pränataldiagnostik Bremen

### Dr. Anne-Kathrin Pappert

Oberkirchenrätin, Referentin für Bio-, Medizin- und Umwelttechnik, Geschäftsführung „Woche für das Leben“, Vorstandsmitglied der EKfUL und dem Evangelischen Dienst auf dem Lande, Mitarbeit am Zentrum für Gesundheitsethik, Mitglied der Arbeitsgemeinschaft der Umweltbeauftragten in der EKD

### Dr. Ute Schulewski

Dipl. Psychologin, Integrierte Familienberaterin, Supervisorin DGSv, Leiterin der Ev. Beratungsstelle für Erziehungs-, Ehe- und Lebensfragen in Leer

### Prof. Dr. Jürgen Straub

Dipl. Psychologin, Inhaber des Lehrstuhls für Sozialtheorie und Sozialpsychologie (Fakultät für Sozialwissenschaft der Ruhr-Universität Bochum), Co-Direktor des „Hans Kilian und Lotte Köhler Centrum für sozial- und kulturwissenschaftliche Psychologie und historische Anthropologie“

### Prof. Dr. Hans-Werner Wahl

Dipl. Psychologin, Seniorprofessor und Direktor des Netzwerks Altersforschung der Universität Heidelberg, ehem. Leiter der Abteilung für Psychologische Altersforschung am Psychologischen Institut der Universität Heidelberg

### 1 **Supervision und Coaching zwischen Selbstoptimierung und Selbstsorge**

Prof. Dr. Frank Austermann

Coaching boomt. Supervision ist etabliert. Worauf zielen Supervision und Coaching? Warum ist Coaching so „angesagt“? Warum ist Supervision z.T. auf dem Rückzug?  
Meine Hypothese: Coaching passt besser zu Beschleunigung und Entgrenzung, Supervision eher zu kritischer Reflexion. In der Beratung verläuft nur ein schmaler Grat zwischen Selbstoptimierung und Selbstsorge (M. Foucault).  
Die Arbeitsgruppe erörtert diesen Grat und sucht nach Kriterien, um zwischen Selbstoptimierung und Selbstsorge in der Beratung zu unterscheiden.

### 2 **Schwangerschaftskonflikte: An der Grenze der Selbstoptimierung**

Judith Hennemann und Marina Mohr

Ein Schwangerschaftskonflikt ist ein Moment, das uns mit der Widerborstigkeit des Lebens konfrontieren kann: ein unguter Zeitpunkt, der falsche Partner oder ein Chromosom zu viel. Es kann zu einer Krise kommen, in der Planbarkeit und Vertrauen in die eigene Gestaltungsmacht des Lebens auf den Prüfstand gestellt werden. Im Workshop werden wir diesen Ambivalenzkonflikten zwischen Machbarkeit und Kontrollverlust auf die Spur kommen.



### 3 **Älterwerden heute: Immer länger, immer besser, immer „erfolgreicher“? Reflexion der Grenzen von Selbstoptimierung spät im Leben**

Prof. Dr. Hans-Werner Wahl

In diesem Workshop soll das heutige Älterwerden mit all seinem Facettenreichtum fokussiert werden. Hierbei gehe ich von einem potenzialreichen Bild des älteren Menschen aus. Aber: Kann man es auch übertreiben mit den Potenzialen? Kann man Erwartungen in Bezug auf die Möglichkeiten des heutigen Älterwerdens auch überziehen? Und damit im besten Fall in ein Wunschdenken, im schlechtesten Fall in einen unzulässigen Optimierungswahn verfallen, der als neue Handlungsnorm gegenüber älteren Menschen zutage treten könnte.  
Wir verschaffen uns einen Überblick über aktuelle Ansätze der Altersoptimierung, diskutieren Möglichkeiten, Grenzen und Risiken und entwickeln gemeinsam Szenarien eines guten Ausgleichs zwischen Nutzung von Möglichkeitsräumen des heutigen Alterns und ungunstigen Altersillusionen. Abschließend übertragen wir unsere Einsichten auf die Beratungsarbeit mit älteren Menschen.

### 4 **Das optimierte Kind in der optimierten / optimalen Familie - Eltern, Kinder und Familie zwischen Wunsch und Wirklichkeit**

Dr. Ute Schulewski

Ziel des Workshops ist es, der Frage nachzugehen, wie sich der Optimierungsdruck in der Familien-, Lebens- und Paarberatung zeigt und welche Haltungen wir als Beratende mitbringen.

Eingeleitet wird die Workshop-Arbeit durch eine Kurzbeschreibung der vielfältigen Aspekte dieses Themas für Familien. Im weiteren Verlauf wird an Fällen gearbeitet oder bestimmte Phänomene tiefer analysiert, je nach Interessen der Workshop-Teilnehmenden.  
Insbesondere die Selbstreflexion als Beratende und der beraterische Umgang mit den ambitionierten Eltern oder Ratsuchenden wird die Arbeitsgruppe beschäftigen. Informationen, Erfahrungsaustausch und gemeinsame Überlegungen hinsichtlich eigener Erfahrung und Haltung zu dieser Frage erhalten Raum in diesem Workshop.

## Veranstalter & Kontakt

Evangelische Konferenz für Familien- und Lebensberatung e.V.  
Fachverband für Psychologische Beratung und Supervision (EKFuL)  
Bundesgeschäftsstelle: Lehrter Str. 68, 10557 Berlin  
Tel.: 030 5213 559 39 | Mail: [info@ekful.de](mailto:info@ekful.de) | Web: [www.ekful.de](http://www.ekful.de)

Gefördert vom:

