

**UPF Peace Talk zum „Tag der Familie“ und „Welt-Elterntag“:**

## **Familie – Schule der Liebe**

**Starke Familien, glückliche Kinder**

**Samstag, 30. Mai 2026**

Beim online „Peace Talk“ zum Internationalen Tag der Familie und Welt-Elterntag mit mehr als 60 Teilnehmern standen sowohl politische Fragen der Familienförderung als auch die ganz praktische Frage, wie Beziehungen im Alltag gestärkt und Konflikte konstruktiv gelöst werden können, im Mittelpunkt.



**Karl-Christian Hausmann**, Vorsitzender von UPF Deutschland, rückte zum Auftakt die gesellschaftliche Bedeutung von Familie in den Vordergrund: Sie sei ein zentraler Ort, an dem Werte, Bindung und Verantwortungsgefühl an die nächste Generation weitergegeben würden. Mit Blick auf Familienungleichheiten betonte er

das Wohl von Kindern und die gesellschaftliche Verantwortung gegenüber Müttern und Vätern. Wer Kindern einen guten Start ins Leben ermöglichen wolle, müsse Familien stärker in den Mittelpunkt rücken und nicht als politisches Randthema vernachlässigen.

Als „erste Schule der Liebe und des Friedens“ sei die Familie nicht nur ein Ort persönlicher Entwicklung, sondern eine zentrale gesellschaftliche Ressource. Hausmann verwies auf den besonderen Schutz von Ehe und Familie im Grundgesetz sowie auf Umfrageergebnisse, nach denen Familie für eine große Mehrheit der Menschen in Deutschland der wichtigste soziale Bezugspunkt bleibt. Sie erhöhe Lebenszufriedenheit, wirke als Hilfe in Krisen und könne vor Einsamkeit schützen.



Den Schwerpunkt auf die innere Dimension von Familie legte anschließend das Referenduo **Jonathan Makkonen** und **Janine Förster** von der Beratungsagentur „**Das Relationship**“, die aus der Paar- und Familienberatung berichteten. Ihr Thema: Wie entstehen Beziehungskonflikte – und was hilft, um Bindung in Ehe und Familie zu stärken?

Nach Darstellung der Referenten prägen frühe Bindungserfahrungen das spätere Verhalten in Partnerschaften oft stärker, als Betroffenen bewusst ist. Herkunftsfamilie,

Rollenbilder und emotionale Muster würden besonders in Stresssituationen sichtbar – etwa bei beruflicher Belastung, finanziellen Sorgen oder in der intensiven Familienphase mit kleinen Kindern. Beschrieben wurden dabei zwei gegensätzliche Reaktionsmuster: der offene Angriff im Streit und der Rückzug aus Überforderung. Beide seien Ausdruck ungelöster Unsicherheiten und erschwerten eine stabile Kommunikation.

Als Schlüssel zur Entschärfung von Konflikten nannten Makkonen und Förster vor allem den bewussten Umgang mit Erwartungen. Vieles, was in Beziehungen zu Enttäuschung führe, werde nie klar ausgesprochen. Deshalb plädierten sie dafür, Bedürfnisse und Vorstellungen konkret zu benennen, Vorwürfe durch Ich-Botschaften zu ersetzen und die Perspektive des Gegenübers ernst zu nehmen. Konfliktlösung beginne häufig nicht mit dem Durchsetzen der eigenen Position, sondern mit dem Versuch, den anderen tatsächlich zu verstehen. Kommunikation, so ihr Befund, sei weniger eine angeborene Fähigkeit als vielmehr eine Kompetenz, die gelernt und eingeübt werden müsse.

Praktisch wurde es vor allem dort, wo es um Veränderung im Alltag ging. Die Referenten ermutigten dazu, problematische Gewohnheitsmuster bewusst zu erkennen und durch neue Routinen zu ersetzen – etwa durch eingeübte Zeichen von Zuneigung, das Verlangsamten von Streitgesprächen oder das Wiederholen des Gehörten in eigenen Worten.

Auch Selbstfürsorge und klare Grenzen seien kein Gegensatz zu familiärer Verantwortung. Nach Einschätzung von Förster ist Selbstreflexion eine Voraussetzung dafür, in Partnerschaften klarer und fairer zu handeln. Makkonen hob hervor, dass Konflikte nicht isoliert betrachtet werden sollten. Sinnvoll sei ein systemischer Blick auf das familiäre Umfeld und auf biografische Erfahrungen, die bis in aktuelle Partnerschaften hineinwirkten.

In der anschließenden Fragerunde griffen Teilnehmer Themen wie den frühen Verlust eines Elternteils, unterschiedliche Wertvorstellungen in Familien sowie das Verhältnis von religiösen Ressourcen und therapeutischer Unterstützung auf.

Zum Abschluss wurde deutlich, dass stabile Familienbeziehungen nicht allein von gemeinsamen Werten abhängen, sondern auch von der Fähigkeit, diese im Alltag zu leben. Makkonen und Förster zeichneten damit ein realistisches Bild: Familie gilt vielen Menschen als unverzichtbar, doch tragfähige Beziehungen entstehen nicht von selbst. Sie brauchen Zeit, Aufmerksamkeit und Pflege, Selbstklärung und verbindliche Kommunikation. Unterstützung sollte nicht erst in akuten Krisen gesucht werden, denn professionelle Beratung könne helfen, festgefahrene Kommunikationsmuster früher zu erkennen und zu verändern.

*Bericht: Hildegard Piepenburg*

Aufzeichnung des Peace Talk: [Peace Talk „Familie - Schule der Liebe. Starke Familien, glückliche Kinder“ Samstag, den 30. Mai](#)

Link zu „Das Relationship“: [Das Relationship Familien- & Paarberatung](#)