

Jahresberichte 2013

Beratungsstellen Ehe Partnerschaft Familie

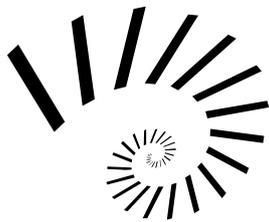
im kantonbernischen
deutschsprachigen Gebiet
der Reformierten Kirchen
Bern-Jura-Solothurn



Reformierte Kirchen
Bern-Jura-Solothurn
Eglises réformées
Berne-Jura-Soleure



Kanton Bern
Canton de Berne



Inhaltsverzeichnis

Jahresberichte der Beratungsstellen

Ehe, Partnerschaft, Familie

Bern.....	02
Biel.....	07
Burgdorf.....	11
Interlaken.....	14
Konolfingen.....	18
Langnau.....	20
Langenthal.....	24
Obersimmental-Saanen.....	28
Thun.....	31



Reformierte Kirchen
Bern-Jura-Solothurn
Eglises réformées
Berne-Jura-Soleure



Kanton Bern
Canton de Berne

**Beratungsstelle Ehe Partnerschaft Familie
Region Bern
Marktgasse 31
3011 Bern**

Jahresbericht 2013

Wann ist eine Familie eine Familie?

Lange Zeit wurde in Studien der Frage nachgegangen, inwiefern Kinder bei der Scheidung der Eltern unvermeidlich „Schaden“ nehmen. Die Zahl der Scheidungen ist derweil kontinuierlich gestiegen. Gut die Hälfte aller Ehen werden heute geschieden, durchschnittlich nach 14,6 Ehejahren. Laut Bundesamt für Statistik waren im Jahr 2012 in der Schweiz 12'703 unmündige Kinder von der Scheidung ihrer Eltern betroffen.

Diese Realität ist auch in unserem Beratungsalltag präsent. Paare entscheiden sich, ihre Ehe aufzulösen und getrennte Wege zu gehen. Sei es, weil es keine andere Lösung mehr gibt, oder weil das die beste Lösung zu sein scheint. Was aber heisst das für die Kinder, für die Familie? Ist eine Familie nach der Scheidung der Eltern zwangsläufig „zerbrochen“, wie das nicht selten zu lesen ist?

Remo H. Largo, der bekannte Schweizer Kinderarzt und Buchautor sieht das anders. Auch Scheidungskinder, davon ist er überzeugt, können glücklich sein und sich gesund entwickeln. Die entscheidende Frage ist, **wie** Eltern mit diesem kritischen Lebensereignis umgehen. Getrennt leben und gemeinsam (gut) erziehen, das ist möglich.

Pünktlich zur geplanten Änderung des Familienrechtes, das per Anfang 2014 die gemeinsame elterliche Sorge nach der Scheidung als Standard einführen soll, hat sich eine Maturandin am Gymnasium Köniz-Lerbermatt dem Thema angenommen und sich im Rahmen ihrer Matura-Arbeit mit der Frage beschäftigt, was eigentlich für die Kinder „das Beste“ sei. Die Arbeit untersucht die verschiedenen bekannten nahehelichen Familienmodelle, zunächst in der Annahme, eines könnte für die Kinder „besser“ sein als andere. Zweierlei Erkenntnisse resultieren aus der Arbeit:

1. Die in der Literatur beschriebenen Familienmodelle, das klassische Residenzmodell (mit 14täglichen Besuchen beim Vater), das Wechselmodell (mit zwei Wohnorten für die Kinder) und das Nestmodell (mit zwei Wohnorten für die Eltern), kommen so eindeutig voneinander abgegrenzt in der Realität gar nicht so häufig vor.

Vielmehr stellt die Maturandin aufgrund der geführten qualitativen Interviews mit verschiedenen Familien fest, dass von Trennung betroffene Familien ihre nahehelichen Lebensformen individuell gestalten. Dabei gehen sie einerseits von gegebenen Rahmenbedingungen aus (Wohnorte, Schulorte, Arbeitszeiten), andererseits von den individuellen Bedürfnissen der einzelnen Familienmitglieder (Wunsch der Kinder nach Kontakt zu beiden Elternteilen, Anspruch der Eltern auf individuelle Freiräume neben der Familienzeit).

2. Eltern sind auch nach der Scheidung in der Lage und gewillt, miteinander Lösungen zu finden, die den Bedürfnissen der Kinder möglichst gerecht werden. Das heisst in erster Linie, den Kindern den unbeschwertem Kontakt zu beiden Elternteilen zu ermöglichen, und zwar unabhängig von der Gestaltungsform des nahehelichen Familienlebens.

Nicht alle für die Arbeit interviewten Kinder sehen beide Elternteile gleich oft oder am gleichen Ort. Aber alle können zu Mutter und Vater eine tragfähige Beziehung pflegen. Moderne Kommunikations-Mittel können hier hilfreich sein, Vater oder Mutter sind jeweils höchstens eine SMS weit entfernt, was einen regelmässigen Kontakt auch über Distanzen hinweg ermöglicht. Unter dieser Voraussetzung sehen die betroffenen Kinder ihre Familiensituation nach der Scheidung nicht unbedingt defizitär, sondern durchaus ressourcenorientiert. Sie erkennen darin auch Vorteile, seien es unterschiedliche Regeln, zwei Mal Sommerferien oder zwei Mal Haustiere. Manche der Kinder fanden sogar, die Beziehung zu Mutter oder Vater hätte sich nach der Trennung verbessert oder intensiviert.

Dabei ist nicht die Wahl des Familienmodells entscheidend, also nicht die Frage der exakten Aufteilung von Betreuungs-Stunden, sondern die Gewissheit, beide Elternteile lieben, sehen und vermissen zu dürfen.

Unbestritten bleibt, dass die Trennung der Eltern für die Familie ein kritisches Lebensereignis darstellt, das es (gut) zu bewältigen gilt. Wenn die Krise aber überwunden und der neue Familienalltag etabliert ist, können Familien auch nach der Scheidung der Eltern Familien sein. Im besten – erweiterten – Sinne des Begriffes und nicht mit den Vorsilben „gescheitert“ oder „zerbrochen“.

Die gesellschaftlichen Strukturen haben sich verändert und in der Folge die Rechtslage (das gemeinsame Sorgerecht soll nun per 1. Juli 2014 gelten).

Das sind auch gute Nachrichten: Wenn Familien nach der Trennung der Eltern nicht als „gescheitert“ gelten müssen, wenn auch naheheliche Familien tolle Familien sein können, entlastet das die Betroffenen im besten Fall von Druck und Schuldgefühlen. Die so freigesetzten Energien können dann eingesetzt werden für das Finden und Ausprobieren und wieder Anpassen von

individuellen, auf die eigenen Bedürfnisse ausgerichteten Familienlösungen im Interesse aller Familienmitglieder.

Paare und Familien auf diesem – manchmal durchaus steinigem, steilen – Weg zu begleiten, ist eine spannende Herausforderung. Es geht darum, über Gewohntes hinaus zu denken; es zu wagen, dahinter auch Gutes zu erwarten; den Mut zu haben, etwas Neues auszuprobieren. Es geht vielleicht darum, einen langen Atem zu haben.

Um dann, irgendwann, die Kinder sagen zu hören: „Ich find's toll, wie's bei uns ist – ich möchte nichts ändern.“

Gelegentlich melden sich geschiedene Paare nach einiger Zeit wieder und berichten, wie – mit viel Geduld und Durchhaltewillen – der neue Familienalltag Gestalt angenommen hat und Lösungen gefunden werden konnten – und immer wieder können.

So wie in jeder Familie halt....

Barbara Rissi

Quellen:

- Remo H. Largo & Monika Czernin:
Glückliche Scheidungskinder. Verlag PIPER (2004)
- Milena Auvray:
Nacheheliche Familienmodelle im Vergleich.
Gymnasium Köniz-Lerbermatt (2012)

Die Beratungsstelle 2013

Beratungstätigkeit

Im Berichtsjahr hat das Team in insgesamt 1612 (Vorjahr 1587) Konsultationen 516 (497) Personen beraten. Davon waren 485 (460) Einzelgespräche mit Frauen, 112 (138) Einzelgespräche mit Männern, 964 (932) Konsultationen mit Paaren, 46 (50) Familiengespräche und 5 (0) mit Gruppen.

27 (27) Konsultationen wurden in englischer Sprache durchgeführt und 21 (34) in französischer Sprache. Insgesamt vier Paargespräche wurden mit Übersetzung durchgeführt.

Öffentlichkeitsarbeit

Veranstaltungen

- *Aus Schwierigkeiten werden Möglichkeiten*
Kurstag für junge Frauen im Jugendheim im Rahmen des Projekt Präsenz
- *In die Jahre gekommen?*
Referat zum Thema „Langjährige Partnerschaften - und wie sie lebendig bleiben“ in Kehrsatz
- *Neue Rollen finden – wenn Eltern alt werden*
Referat in Ostermundigen
- *Ich wünsche dir... Weitergehen nach Trennung und Scheidung*
Ökumenische Segensfeier in Bern
- *Männerseelen sorgen anders*
Referat im Rahmen der Männerarbeit „lebe-mann“ in Ittigen
- *Männer in Seelsorge und Beratung*
Kurs im Rahmen der Pfarrerinnenweiterbildung
- *walk and talk*
Referat in zwei Modulen der Ausbildung in Pilgerbegleitung
- *Telefon-Hotline zu Beziehungsfragen*
im Rahmen des Projektes „Familiensommer“ der Berner Zeitung BZ
- *Hoffnung – Weg in die Krise oder Impuls zum Aufbruch*
Referat an der Delegiertenversammlung 2013

Interviews mit Studierenden

Die Bedeutung der Intuition in der therapeutischen Arbeit

Master-Arbeit

Ist die Institution Ehe noch zeitgemäss?

Matura-Arbeit

Nacheheliche Familienmodelle im Vergleich

Matura-Arbeit

Ausserdem

Mitarbeit an der inhaltlichen Neugestaltung der Webseite www.berner-eheberatung.ch sowie der gemeinsamen Drucksachen

Dem jährlichen Versand von Informationsmaterial lagen in diesem Jahr eine Auswahl von blauen Postkarten aus früheren Jahren bei. So konnten das Budget entlastet und die Schränke geleert werden.

Vernetzungstreffen

finden statt mit

- Ehe- und Familienberatung Bern
- Fachstelle Ehe-Partnerschaft-Familie der kath. Kirche Bern
- frabina
- fraw
- infra
- Fachstelle Gewalt

Ausserdem im Rahmen der Fachtagung zum Thema „Kindesschutz bei häuslicher Gewalt“.

Dank

Dass wir unsere Arbeit gut machen können, verdanken wir der Unterstützung durch unseren Vorstand. Vorstandsmit-glieder und Delegierte bringen uns grosses Vertrauen und Wertschätzung entgegen. Miriam Deuble ist als Koordinatorin und als Juristin für uns jederzeit ansprechbar. Und schliesslich leisten die Mitgliedkirchgemeinden jährlich den unverzichtbaren finanziellen Beitrag und beweisen damit ihr Engagement.

Ihnen allen möchten wir herzlich danken.

Barbara Rissi
Barbara Greminger Mezenen
David Kuratle
Stefan Meili

**Beratungsstelle Ehe Partnerschaft Familie
Region Biel-Seeland-Berner Jura
Bahnhofstrasse 16
2502 Biel**

Jahresbericht 2013

Auch in diesem Jahr erlebten wir intensive Beratungen aller Art. Nach wie vor stehen partnerschaftliche Beziehungsthemen im Vordergrund wie z.B. Umgang mit verschiedensten Anforderungen in Familie und Beruf, Umgang mit Übergängen (z.B. wenn die Kinder aus dem Haus gehen), Umgang damit, wenn ein Partner psychische Beeinträchtigungen erlebt (z.B. an Depressionen leidet), Umgang mit schwierigen Verhaltensweisen aufgrund unüberwundener Traumata aus Kinder- und Jugendzeit, unverarbeitete partnerschaftliche Verletzungen, abnehmende positive Gefühle gegenüber dem Partner, Absprache in Erziehungsthemen und der Dauerbrenner Kommunikations- und Kooperationsprobleme.

Kommunikations- und Problemlösefähigkeit sind wie gesagt ganz zentrale Kompetenzen in der Partnerschaft. Dies setzt voraus, dass beide Partner nicht nur im Umgang mit dem Gegenüber, sondern auch mit sich selbst über ein gewisses Mass an Fähigkeiten und Ressourcen verfügen wie z.B. Selbstwertgefühl, Selbstvertrauen, Selbstwertschätzung, Selbstbeobachtung, Selbstdisziplin und Eigenverantwortung. Das heisst, die betreffende Person besitzt mindestens ansatzweise einen eigenen, emotionalen, sich selbst nähernden Boden, ist in sich selbst einigermaßen verankert und verwurzelt ähnlich wie ein Baum, der aus sich selbst heraus leben kann. In unserer Kindheit haben jedoch viele von uns gelernt, dass es nicht erwünscht ist, eine eigene Persönlichkeit zu sein mit eigenen Gefühlen, Haltungen, Gedanken, Verhaltensweisen etc. Viele haben sich deshalb angewöhnt, sich über andere wahrzunehmen, sich über deren Reaktionen zu definieren und danach auszurichten oder mit andern Worten, sich 'co-abhängig' zu verhalten. Im Folgenden werde ich an Hand einiger Beispiele aufzeigen, wie sich solche im obigen Sinn verstandene Co-Abhängigkeiten ausdrücken können- und dann als positive Variante dazu – wie beziehungsfördernde Eigenständigkeit aus- sehen kann.

1. In der Co-Abhängigkeit wird meine Selbstachtung dadurch gestärkt, dass ich deine Probleme löse (gemeint sind diejenige meines Partners) und deine (ungünstigen) Muster erkenne. In der Eigenständigkeit kommt meine Selbstachtung daher, dass ich meine Probleme löse und meine eigenen Muster erkenne.

2. In der Co-Abhängigkeit verstecke ich meine Gefühle, indem ich dich manipulierte, etwas auf meine Weise zu tun. In der Eigenständigkeit sage ich die Wahrheit über meine Gefühle, unabhängig von den Konsequenzen.
3. In der Co-Abhängigkeit lege ich meine Werte beiseite, um mit dir zusammen zu sein. In der Eigenständigkeit gehören meine Werte mir und sind fest in meinem Sein verankert. Deine Werte respektiere ich als die deinen.
4. In der Co-Abhängigkeit schätze ich deine Meinung und deine Art, Dinge zu tun, höher ein als meine. In der Eigenständigkeit schätze ich deine Art und dein Verhalten, aber nicht auf Kosten meiner.
5. In der Co-Abhängigkeit weiss ich nicht, was ich will, ich frage dich und bin mir nur darüber bewusst, was du willst. In der Eigenständigkeit kenne ich nicht nur meine Wünsche und Bedürfnisse, sondern ich spreche sie aus und handle, um sie zu erfüllen.
6. In der Co-Abhängigkeit bestimmt die Furcht vor deiner Wut, was ich sage und tue. In der Eigenständigkeit habe ich keine Kontrolle über deine Wut, und sie hat keine Kontrolle über mich.
7. In der Co-Abhängigkeit nutze ich das Geben, um mich in der Beziehung sicher zu fühlen. In der Eigenständigkeit kann ich geben, weil und wenn es mir Freude macht und nicht, weil es der Furcht oder einer vermeintlichen Sicherheit dient.

In abhängigen Beziehungen fühlen sich die Partner unfrei in ihrem Ausdruck. Es besteht ständig ein Druck, sich auf eine bestimmte Art und Weise verhalten zu müssen. Sich selbst zu sein erzeugt Angst; man fürchtet, nicht nur nicht angenommen zu sein, sondern damit Ablehnung und verdeckte oder ausgelebte Aggression beim andern zu erzeugen. In Beziehungen mit offen gelebter Gewalt wird dies besonders deutlich: Ein Partner befindet sich in der Rolle des machtausübenden Täters, der andere in der Rolle des Opfers, welches sich nicht getraut, für sich selbst einzustehen, sich zu wehren und sich abzugrenzen. Dabei entwickelt sich bezüglich Selbstwertgefühle ein negativer Kreislauf: Je länger sich eine Person Gewalt gefallen lässt, desto mehr verringern sich deren Selbstwertgefühl und häufig auch soziale Kontakte. Je tiefer Selbstwert und Selbstsicherheit, desto weniger steht der/die Betroffene in der Opferrolle für sich ein und wehrt sich, desto stärker wiederum wird Macht ausgeübt usw.

Um aus diesen Gefühlen von tiefer Selbstunsicherheit heraus zu kommen, ist es oftmals nötig, die darunter liegenden negativen Programmierungen zu

finden, die meist in der Kindheit entstanden sind. Diesen sind dann neue, konstruktive Grundeinstellungen gegenüberzustellen und entsprechende Verhaltensweisen in einem Training einzuüben.

Bei leichteren Formen co-abhängigen Verhaltens ist es oft ausreichend, sich diese bewusst zu machen und sich in einem nächsten Schritt neue konstruktive Verhaltensweisen anzutrainieren. Dies erlaubt dann, auf eine neue partnerschaftliche Ebene zu gelangen, in der sich beide selbstsicherer und freier eingeben können. Problemlösungen werden direkter, klarer und effizienter angegangen, unter anderem auch, weil die wichtigen Punkte, um die es wirklich geht, konkret und unbeschönigt auf den Tisch kommen.

Nach wie vor ist das Beratungsteam verschiedentlich aktiv (hauptsächlich in Bezug auf Veranstaltungen und Kurse), um die Beratungsstelle zusätzlich bekannt zu machen und in der Bevölkerung zu verankern. Gleichzeitig erfolgt die Vernetzung mit den andern kirchlichen Eheberatungsstellen des Kantons (siehe folgende Auflistung).

Prävention / Öffentlichkeitsarbeit/ Vernetzung/Weiterbildung:

a) Innerhalb der Arbeitszeit

- Artikel im "Angelus"
- Teilnahme an den diversen Sitzungen der 'Fachstelle Ehe, Partnerschaft, Familie'
- mehrtägige Weiterbildungsveranstaltungen und Supervisionssitzungen
- Kontakte mit verschiedenen sozialen Institutionen in Biel, auch über das Forum 'Aktualitätenmarkt'
- Vortrag zum Thema 'Stolpersteine in der Partnerschaft' in Zusammenarbeit mit der katholischen Bildungsstelle Biel
- Vortrag bei der Abgeordnetenversammlung 'Verletzendes und heilsames Verhalten in der Paarbeziehung'.

b) Ausserhalb der Arbeitszeit

- Im Rahmen eines katholischen Gottesdienstes Vortrag zum Thema 'Heilung in Beziehungen' und anschliessend Interview mit Frau Rebecca Kunz in der Form eines 'Apéro-Talks'
- Mitarbeit beim Kurs "Schwierige Lebenssituationen" für freiwillige Hilfe im sozialen Bereich; Trägerschaft 'Bildungsstelle Freiwilligenarbeit der röm.-kath. Kirche Biel und Umgebung' sowie der Ev.-ref. Gesamtkirchengemeinde Biel; Kursdauer 9 Monate
- Mitarbeit beim Kurs "Begleitung schwerkranker Menschen"; Organisator: FBK (Freiwilliger zur Begleitung Kranker) Biel; Kursdauer 6 Monate
- Leitung von Supervisionsgruppen in sozialen Institutionen in Biel

Ein herzliches Dankeschön

- Für die sehr gute Zusammenarbeit mit dem ganzen Verbandsrat und seinem Präsidenten, Herrn Jürg Rauber. Ebenso gilt unser Dank Frau Miriam Deuble, Beauftragte Ehe, Partnerschaft , Familie (EPF) der Reformierten Kirchen Bern, Jura, Solothurn, und Frau Ruth Meier, unserer Sekretärin. Wir fühlten uns auch in diesem Jahr wieder sehr unterstützt.
- Auch Christine Reimann und Bernhard Schrittwieser ein herzliches Dankeschön für ihre fachkompetente und sehr angenehme Mitarbeit.
- Vielen Dank an Frau Fiechter, die sehr gut für die Sauberkeit in unsern Räumen sorgt.

Im Januar 2014

Ida Stadler, Stellenleiterin

**Kirchliche Beratungsstelle
Ehe Partnerschaft Familie
Amt Burgdorf-Fraubrunnen
Kirchbühl 26
3400 Burgdorf**

Jahresbericht 2013

Die Vergangenheit aufarbeiten?

„Wissen Sie, wir haben hier viel gelernt, vor allem, wie wir mit unseren Konflikten umgehen und besser miteinander reden können. Auch die Zeit, die wir uns nun nehmen, um wirklich wieder als Paar etwas zu machen, tut uns gut. Das möchte ich nicht mehr missen. Was mich aber ganz speziell berührt hat, ist die Geschichte, die mir mein Mann erzählt hat, seine Lebensgeschichte, die natürlich schon lange vor unserer gemeinsamen Zeit begonnen hat. Natürlich wusste ich einiges, aber in dieser Weise habe ich das noch nie gehört. Ich sah plötzlich diesen Jungen vor mir, wie er sich schon als Kind zurückgezogen hat, um sich sicher zu fühlen, und wie er so schnell selbstständig sein musste, weil sich seine Eltern getrennt hatten. Und dann, als er mir beim nächsten Mal so aufmerksam zuhörte, als ich meine Geschichte erzählte, fand ich dies einfach schön. Diese beiden Sitzungen waren die dichtesten und ruhigsten von allen, es war so etwas wie eine Insel im Strudel, in dem wir uns damals befanden. Ich kann gar nicht sagen, was sich dadurch genau verändert hat, nur dass wir einander nun vielleicht ein bisschen achtungsvoller begegnen.“

So die Rückmeldung einer Frau nach einer länger dauernden Paarberatung. Die Lebensgeschichten nehmen nicht in jedem Fall einen so wichtigen Stellenwert ein wie bei diesem Paar. Manchmal „brennt es“ an so vielen Orten in der Beziehung, dass es zuerst schlicht um eine Krisenintervention oder eine Beruhigung der Situation geht.

Trotzdem kommt immer wieder auch die Vergangenheit des Paares ins Spiel. Denn Menschen, die eine Beratung in Anspruch nehmen, kommen zwar mit bestimmten Anliegen und Problemen, und gleichzeitig bringen sie ihre ganze Lebensgeschichte mit. Ich überlege dann jeweils im Verlauf der Beratung, wie ausführlich die Geschichten der Herkunftsfamilie und die oft schwierige Geschichte des Paares ausgebreitet und thematisiert werden soll und wie mit ihnen sinnvoll umgegangen werden kann. Oft wünschen Paare oder auch Einzelpersonen, dass ich mit ihnen etwas aus der Vergangenheit „aufarbeite“ oder „bearbeite“. Auch ich selbst benutze diese Ausdrucksweise gelegentlich. Je länger, desto mehr beschäftige ich mich mit der Frage, was denn dieses „Aufarbeiten“ genau bedeutet.

Im oben zitierten Beispiel habe ich in der dritten, resp. vierten Sitzung zuerst den Mann, dann die Frau ihre Lebensgeschichte erzählen lassen. Wir haben abgemacht, dass die zuhörende Person möglichst wenig nachfragt oder Kommentare abgibt. Ich habe die Familie in einem sogenannten „Genogramm“ – das ist eine graphische Darstellung von Familienkonstellationen – aufgezeichnet und manchmal eine Bemerkung gemacht. Dabei geht es mir jeweils darum, das, was die Person erlebt hat, zu würdigen, gerade wenn es sich um schwere Erinnerungen handelt, und nach den Ressourcen der Personen zu fragen: „Was hat Ihnen geholfen, die jeweiligen Krisen zu bewältigen?“ „Welche Schätze liegen in dieser Geschichte, in dieser Familie/Beziehung?“ „Was verbindet Sie mit diesem Menschen?“ Oder auch: „Von welchen Erlebnissen möchten Sie sich heute distanzieren?“

Bei einem anderen Paar stand die gemeinsame Geschichte im Vordergrund. Es hatte sich schon vor mehr als einem Jahr getrennt und kam alle zwei Monate zu mir in die Beratung. Oft ging es um Organisatorisches, manchmal auch um die Verletzungen und Konflikte während der Trennungsphase. Als der Mann, der die Trennung nicht gewollt hatte, zum wiederholten Mal sagte, dass man so ja die gemeinsamen Jahre einfach wegwerfe und alles völlig vergebliche Liebesmüh gewesen sei, schlug ich ihnen vor, dass sie in einer nächsten Sitzung ihre Paargeschichte erzählen könnten. Einem auf dem Boden liegenden Seil entlang erzählten sie Schritt für Schritt ihre Geschichte: von den Höhepunkten und Krisen, von den Kindern, von erfüllten Zeiten und von denen, als sie begannen, verschiedene Wege zu gehen. Nach und nach kamen Jahreszahlen, Gegenständen und Bilder zusammen, die die jeweilige Phase darstellten. Es wurde deutlich, dass beide auf ihre je eigene Art sehr viel investiert und immer das Beste gewollt hatten. Bei der Gegenwart angekommen, fragte ich sie, ob sie einander für diese reiche Zeit danken könnten. Das war ihnen möglich, wühlte sie aber beide auf. Als Abschluss schauten sie dann in die Zukunft, auf die getrennten Wege, und malten beide aus, wo sie in fünf Jahren sein könnten und wie ihr Leben dann aussähe, und ob sie dann wohl etwas entspannter miteinander umgehen würden.

Der Mann sagte mir später: „Es holt mich ab und zu immer noch sehr ein, und ich bin traurig und wütend auf meine Frau, die mich verlassen hat. Wenn ich dann das Foto unserer Paargeschichte anschau, das Sie mir geschickt haben, gelingt es mir manchmal zu denken, dass es ja auch eine schöne, wertvolle Zeit meines Lebens war und nicht einfach alles umsonst war. Und dass das für meine Frau wohl auch so ist. Daran halte ich mich, und ich kann bei einem Treffen mit ihr etwas gelassener sein.“

Ich bin immer wieder sehr berührt von den Geschichten, die mir Menschen erzählen. Und ich wünsche mir, dass solche Geschichten als Schatz reicher

Erfahrungen und als Ressource fürs eigene Leben und insbesondere für die Paarbeziehungen angesehen und genutzt werden können.

Ob es jetzt um die Geschichte der einzelnen Partner geht oder um die Paargeschichte, ob die beiden miteinander weiterleben wollen oder nun getrennte Wege gehen – entscheidend ist, dass die vergangenen Geschichte in einem bestimmten Rahmen erzählt werden und wirken können. Aufarbeiten könnte dann vielleicht heissen, die Vergangenheit anzuschauen, sie zu würdigen – mit allem Schwierigen und Traurigen, aber auch mit dem Beglückenden und Gelungenem – und dann dasjenige daraus mitzunehmen, was fürs eigene Leben nützlich und wertvoll ist.

Öffentlichkeitsarbeit und Statistik

Im Jahr 2013 habe ich in 59 Fallsituationen 127 Personen beraten, davon 35 Paare, 17 Frauen, 1 Mann und 6 Familien (insgesamt 478 Konsultationen). Es freut mich, dass sich vermehrt auch Familien bei mir melden

Ich nahm wiederum am Sozialforum in Burgdorf teil, tauschte mich mit dem Familientherapeuten der psychiatrischen Dienste aus und lernte bei einem Treffen mit den Schulsozialarbeitenden deren Arbeit näher kennen.

Im August wirkte ich in einem speziellen Gottesdienst in Kirchberg mit. Als Einführung ins Thema „Verstrickte Familiengeschichten“ stellten fünf Personen gemäss einem von mir verfassten Skript eine Mehrgenerationenfamilie dar und gaben so Einblick in die verschiedenen Perspektiven der Familienmitglieder. Es wurde deutlich, dass es nicht einfach *eine* Sicht der Dinge gibt, sondern mehrere. *Die Wahrheit* über einen Konflikt gibt es nie. Es gibt immer nur die unterschiedlichen Sichtweisen und Erfahrungen der einzelnen Personen. In einem Workshop im zweiten Teil des Anlasses tauschten sich Frauen und Männer über den vorgestellten Fall und über ihre eigenen Erfahrungen mit Familienkonflikten aus.

Dank

Ich danke dem Vorstand der Bezirkssynode für das mir entgegen gebrachte Vertrauen und für ihre Unterstützung. Besonderen Dank gilt dem Präsidenten der Bezirkssynode, Lorenz Wacker, und der Kassierererin, Kathrin Gasser, die immer ein offenes Ohr für meine Anliegen in der Eheberatungsstelle haben.

Das Angebot der Koordinationsstelle unter der Leitung von Miriam Deuble schätze ich sehr. Die Supervisionen und die Weiterbildungen sind für mich spannend und hilfreich.

Ursula Wyss

**Kirchliche Beratungsstelle
Ehe Partnerschaft Familie
Interlaken-Oberhasli
Freiestrasse 2A
3800 Interlaken**

Jahresbericht 2013

„Ich sah einmal eine aussergewöhnlich schöne japanische Teeschale, die zerbrochen und wieder zusammengefügt worden war. Sie hat mich sehr beeindruckt. Man hatte nicht versucht, die Fehler zu verbergen, sondern die Risse mit Silber gefüllt und sie dadurch hervorgehoben. Die Schale war durch die Ausbesserung noch kostbarer geworden.“

Sue Bender

Ein bewegtes Jahr 2013 liegt hinter uns, dazu geben wir gerne ein paar Einblicke in unsere Arbeit als Berater:

Wir haben mit 183 Fällen, das sind insgesamt 286 Klientinnen und Klienten in total 1356 Konsultationen (1 Konsultation entspricht 60 Min.), gearbeitet.

Alle diese Personen kamen mit ihren persönlichen Geschichten und ihren Anliegen und ihrer Hoffnung auf Hilfe in unsere Praxis. Dabei nehmen wir eine gewisse Tendenz wahr, dass viele Ratsuchende, sobald sie etwas Erleichterung erfahren, relativ rasch die Beratung beenden. Und dies obwohl aus therapeutischer Sicht gewisse Problemstellungen eine vertiefte Auseinandersetzung erfordern würden. Allerdings melden sie sich oftmals nach einigen Monaten oder Jahren wieder, um weiterzuarbeiten.

Gleichzeitig hat sich die Zahl der Neuanmeldungen/Fälle im Vergleich zum Vorjahr spürbar erhöht.

Thematische Schwerpunkte 2013 waren Beziehungsgeschichten, wie sie häufig vorkommen: Konflikte in der Partnerschaft durch Kommunikationsblockaden; Stress im Familienalltag und in der Erziehung der Kinder; Trennungswünsche verbunden mit dem Bedürfnis nach Klärung; Unsicherheit, Schmerz und Trauer in Familien nach der Trennung oder Scheidung u.a.m.

Wenn Klientinnen und Klienten grosse persönliche Entwicklungen machen, freut uns das immer ganz besonders – zum Beispiel wenn eine bei der Anmeldung hochgradig gefährdete Partnerschaft wieder stabil wird und das Paar seine Probleme anders, das heisst konstruktiver und kreativer angeht, mit anderen Worten: wenn eine Art „Entgiftung“ alter Umgangsformen

stattfinden kann und wenn das Paar seine vielfältigen Gestaltungsmöglichkeiten erkennt und diese immer mehr umsetzt.

Aus unterschiedlichen Gründen kam doch relativ häufig nur ein Partner beziehungsweise ein Familienmitglied allein in die Beratung. Als systemische Familientherapeuten laden wir zwar die nahestehenden und mitbeteiligten Bezugspersonen mit ein, in der Beratung mitzuarbeiten, da so der Problemlösungsprozess erleichtert und beschleunigt werden kann. Aber nicht immer lassen sich diese Personen überzeugen, in die Zusammenarbeit einzusteigen, was wir selbstverständlich voll und ganz akzeptieren. Bei all unseren Fragen und Interventionen im Beratungsprozess haben wir die nicht anwesenden Bezugspersonen immer vor Augen und überlegen uns, wie sich unsere Impulse auf alle Beteiligten auswirken. Neue Einsichten und Erfahrungen der Klientinnen und Klienten führen so im Beziehungsalltag zu Veränderungen, welche im besten Fall zu Lösungen und zu mehr Wohlbefinden führen können, auch dann, wenn die nicht anwesenden Partner/innen oder Kinder nichts davon wissen, dass die Klientin oder der Klient bei uns in Beratung ist. Das ist vergleichbar mit einem Mobile: Wenn sich nur eine Figur bewegt, kommt in das ganze Figurensystem Bewegung. Nach unserer Erfahrung vertrauen wir darauf, dass die neuen „Bewegungen“, welche anfänglich vielleicht unbequem sind oder gar Angst machen, sich längerfristig heilsam auswirken.

Einzelsitzungen sind auch dann sinnvoll, wenn Klientinnen/Klienten in der Vergangenheit Schweres erfahren haben und dies nicht nur die Person selber, sondern ihr ganzes Beziehungsumfeld belastet. Dann ist es hilfreich für das ganze Bezugssystem, diese Menschen einzeltherapeutisch zu unterstützen, damit deren seelische Wunden abheilen können. Dadurch gewinnen sie an innerer Stabilität, Zuversicht und Klarheit, was sich automatisch auf ihre Beziehungen auswirkt. Solche Klientinnen/ Klienten geben uns immer wieder die Rückmeldung, wie wichtig es für sie ist, wenn sie ausführliche Informationen darüber erhalten, was mit ihnen geschehen ist, was im Körper, im Gehirn, in der Psyche abgelaufen ist, und welche Möglichkeiten es gibt, die seelische Widerstandskraft wieder aufzubauen und einzuüben.

Dann wurden wir im vergangenen Jahr aber auch mit Geschichten konfrontiert, welche ungewöhnlich komplex und belastend erschienen, Geschichten, die uns zum Teil sehr nahegingen.

Zum Beispiel kamen Paare oder Einzelpersonen mit zunächst einfach erscheinenden Anliegen zu uns. Doch im Verlauf der Gespräche kamen Dinge zum Vorschein, die den Fall zu einem sehr komplexen werden liessen. Auf einmal ging es um massivere Probleme mit einschneidenden Auswirkungen auf die ganze Familie:

- schwere Süchte (Alkohol, Spiel)
- subtile, gegen aussen unsichtbare Gewaltausübung („Psychoterror“)
- Traumatisierungen aus der Kindheit, die im Betroffenen und damit dem aktuellen Paarleben ihre tiefen Spuren hinterlassen
- erdrückende Schuldenberge
- plötzliches Aufdecken jahrelanger sexueller Untreue
- Übergriffe in der Familie
- nach Trennung/Scheidung Vorenthalten der Kinder
- Borderline-Symptomatik eines Angehörigen

Des Öfteren traten oben genannte Probleme kombiniert bzw. gleichzeitig auf. Unsere Hauptarbeit ist hier ein Begleiten und Unterstützen. Denn oft sind keine raschen Problemlösungen möglich, es sind dann länger dauernde Beratungen nötig – in enger Zusammenarbeit mit weiteren Fachleuten (Ärzten, Psychiaterinnen, Sozialarbeitern, Beiständinnen, Heimleitern usw.) und den entsprechenden Behörden (Sozialdienst, Kindes- und Erwachsenenschutzbehörde KESB).

Das Wichtigste in unserer ganzen Arbeit: die Beziehung zu unseren Klientinnen und Klienten, unsere Zuwendung! Ein offenes Ohr, ein geschützter Raum, Wohlwollen und unsere Zuversicht, dass es Lösungen gibt, dass es Zeit braucht und (nur) ein (kleiner) Schritt nach dem andern gemacht werden kann.

Wir suchen dabei immer nach Möglichkeiten, die Selbstwirksamkeit zu stärken, sodass die Zuversicht in die eigenen Kräfte und Gestaltungsmöglichkeiten beim Klienten / bei der Klientin wieder zunimmt.

Öffentlichkeitsarbeit

- *12. Febr. 2013*
Interview Radio BeO: „Braucht ein Eheberater Eheberatung?“ (W. Sch.)
- *Juni 2013*
Vortrag in Meiringen, Forum für Freiwilligenarbeit Oberhasli: „Ich hab es ja nur gut gemeint – Aktives Zuhören statt Ratschläge erteilen“ (W. Sch.)
- *14. Nov. 2013*
Vortrag in Matten b. I.: „Realistisch lieben in Ehe und Partnerschaft – Beziehungspflege bei wachsender Unterschiedlichkeit“ (W. Sch.)
- *21. Nov. 2013*
Vortrag in Matten b. I.: „Vom Umgang mit Gefühlen in Partnerschaft und Familie“ (M. Sch.)

Unsere Vorträge waren gut besucht und die Besucher/innen an den Themen sehr interessiert.

Dank

Herzlichen Dank für die wohlwollende Zusammenarbeit mit dem Präsidenten Pfr. Theo Ritz, für die wertvolle Arbeit von Kassierin Susanne Rufener, für die professionelle Koordination in Sachen Werbung von Franz Mäder, ebenso ein grosses Dankeschön dem gesamten Vorstand für alle Unterstützung!

Interlaken, im Januar 2014

Maja und Werner Schächli-Frutiger

**Beratungsstelle Ehe Partnerschaft Familie
Konolfingen
Hauptstrasse 9
3512 Walkringen**

Jahresbericht 2013

Im Berichtsjahr wurden 301 Konsultationsstunden durchgeführt. Davon waren 181 Einzelgespräche mit Frauen, 39 Einzelgespräche mit Männern, 87 Gesprächsstunden mit Paaren und 4,5 Gesprächsstunden mit Familien.

Im 2013 suchten vergleichsweise mit anderen Jahren vermehrt Einzelpersonen die Beratungsstelle auf. Bei Paaranmeldungen überwiegen nach wie vor die Frauen, die den ersten Kontakt zur Beratungsstelle herstellen.

Erfreulich ist eine hohe Zuverlässigkeit der Ratsuchenden. Nur 2 Sitzungen wurden kurzfristig abgesagt oder nicht wahrgenommen.

Zu den häufigsten Themen, weshalb die Beratungsstelle aufgesucht wurde, gehörten: Fremdgehen, Depressionen, Auseinanderleben eines Paares, Trauer nach Verlust einer geliebten Person, Erziehungsprobleme, sexuelle Schwierigkeiten, schlechte Kommunikation, Probleme innerhalb einer gemeinsam geführten Firma, insbesondere auf den Bauernhöfen, Schwierigkeiten in der Ehe wegen des Migrationshintergrundes eines der beiden Partner.

Im vergangenen Beratungsjahr stach für mich das Thema der Depression bei Bäuerinnen zwischen dem 50.-60. Lebensjahr heraus. Es ist ein Thema, welches jedes Jahr Frauen in die Beratungsstelle führt. Im vergangenen Jahr waren es ungewöhnlich viele, was sich in der hohen Anzahl der Einzelgespräche mit Frauen wieder spiegelt.

In vielen Therapiestunden mit diesen Frauen zeigte sich wie stark ein über Generationen weitergegebenes Wertesystem der eigenen Entwicklung im Wege stehen kann und wie die eigenen Bedürfnisse im Dienste einer eigenen Familie gestellt werden.

Es war sehr erfreulich zu sehen wie auch mit der Zeit miterleben zu dürfen wie sich diese Frauen mit sich selber und deren bäuerlichen Kultur auseinandersetzten und dabei gesund oder gesünder wurden. Es wurde dabei auch ersichtlich welchen Gewinn die Genesung der Partnerinnen auf die Partnerschaft hatte. In den 8 Jahren meiner Beratungsarbeit hat noch kein einziger Bauer, als Einzelperson die Türe der Beratungsstelle aufgesucht, was zu einem irrtümlichen Schluss führen könnte, dass unter psychischen Problemen nur die Bäuerinnen leiden.

Das 2013 war auch in einer anderen Hinsicht sehr wichtig und prägend für die Beratungsstelle.

Im Frühsommer haben wir erfahren, dass die Kirchgemeinde Konolfingen den Raum, in dem bisher die Beratungen statt gefunden haben, für die eigenen Zwecke benötigt.

Frau Helga Willen und ich gingen auf die Suche nach passenden Räumlichkeiten. Dank einem ausserordentlichen Engagement konnte Frau Willen mit ihrer einnehmenden Art und der Begeisterung für die Aufgaben der Stelle einige Menschen für unser Anliegen gewinnen.

Einige davon waren bereit ihre Räumlichkeiten sogar unentgeltlich oder zu reduziertem Preis an uns zu vermieten. Die Räumlichkeiten der Kirchgemeinde Walkringen haben wir als die für die Beratungsstelle am besten geeigneten befunden. Dank einer sehr kooperativen und raschen Art der Sekretärin Frau Ursula Aeschlimann konnten wir alle Formalitäten schnell erledigen und mit Hilfe von Herr Peter Tschabolt Ende August die Stelle zügeln.

Dank der Grosszügigkeit des Vorstands der Synode Konolfingen konnte ich den neuen Raum entsprechend einrichten und dekorieren, was wesentlich zu einem wohligen Klima der Beratungsstelle beigetragen hat.

Seit Anfang September finden die Beratungen im Kirchgemeinde Haus Sternenzentrum in Walkringen statt.

Mit 2013 ging eine lange Periode der Synode Konolfingen als Trägerin dieser Stelle zu Ende.

An dieser Stelle möchte ich mich von allen Mitgliedern des Vorstands unter der Leitung von Hans-Ruedi Kauz und Frau Helga Willen, die über alle Jahre meiner bisherigen Arbeit zuerst als Präsidentin und später als „freie Mitarbeiterin“ im Vorstand und als meine Bezugsperson sehr engagiert war, verabschieden und für die aussergewöhnlich gute Zusammenarbeit und die mir entgegenbrachte Wertschätzung, das Vertrauen und die Unterstützung all meiner Anliegen während 8 Jahren danken.

Ich gehe nicht wie man zu sagen pflegt mit einem weinenden und einem lachenden Auge weg, sondern mit beiden weinenden Augen.

Andererseits bin ich sehr zuversichtlich auf die neue Zusammenarbeit sowohl mit dem Vorstand des Vereins Kirchliche Beratungsstelle für Ehe- und Partnerschaftsfragen in der Region Bern wie auch mit den Beratenden und freue mich auf die Zeit mit beiden Augen lachen zu können.

Walkringen, im Januar 2014

Beata Surowka Brown

**Beratungsstelle
Ehe Partnerschaft Familie
Haldenstrasse 4
3550 Langnau**

Jahresbericht 2013

Scheidung – kein Scherbenhaufen

In einem Essay des *Tages Anzeiger* (siehe auch BUND, 26.10.2013) umschreibt der Psychiater Daniel Hell das Phänomen des „Scheiterns“: Im Unterschied zur Krise, die „einen offenen Ausgang hat und sich zum Guten wenden kann, bedeutet Scheitern das Ende eines Vorhabens und geht mit Erschütterung einher“ (ebd.). In unserer aufgeklärten Gesellschaft korrelieren Ehescheidungen auffällig oft mit Begrifflichkeiten wie „Zerrüttung“, „Scheitern“ oder gar „Scherbenhaufen“. Metaphern stehen für Gedankenbrücken, die Sachverhalte auf ein einprägsames, plausibles und eben bildhaftes (Wort-)Konstrukt re-dimensionieren. Sie verraten damit auch etwas über den Umgang einer Gesellschaft mit deren dunklen Seiten. Bis ins späte 20. Jahrhundert hinein haben viele Geschiedene ein (trauriges) Lied über Ächtung und „Hinrichtung“ singen können.

Auch heute leiden Geschiedene unter den Folgen einer aufgelösten Beziehung. Eine Scheidung löst bei Betroffenen oft massive Wertkrisen und existentielle Verunsicherungen aus. Ehemals wichtige Visionen sind nicht mehr tauglich und neue noch nicht in Sichtweite. Emotionale Leere, verletzte Gefühle, gekränktes Selbstverständnis, Vergeltungsfantasien, Verbitterung oder wiederkehrende Gedanken, versagt zu haben und entwurzelt zu sein, gehen mit Scheidungserfahrungen einher. Der juristisch geregelten Auseinandersetzung zweier ehemaliger Ehepartner gehen in der Regel zudem mehrere Krisen voran – und auch die Zeit vor, während und nach der Scheidung birgt ein erhöhtes Potential von Krisenanfälligkeit in sich. Wenn nicht schon bei der Trennung erfolgt, benötigt mindestens eine Person einen Wohnortswechsel, Sorgerecht und Obhut müssen verhandelt, Ressourcen (Finanzen, Organisation der Kinderbetreuung) neu gefunden und geteilt, Trennungs- und/oder Scheidungskonventionen erstellt werden. Beratungsstellen werden von Paaren oft an „Schnittstellen“ – z.B. zwischen möglicher oder geforderter Auflösung der Partnerschaft – aufgesucht. Bei aller Respektierung der individuellen Autonomie und des Selbstbestimmungsrechts erwachsener Menschen ist es sinnvoll, mögliche Folgen und Herausforderungen von Scheidungen aufzuzeigen, überhastete Entscheidungen kritisch zu hinterfragen und den Horizont für mögliche alternative Lösungen zu erweitern. Wurde der Entscheid (zur Scheidung) gefällt, können Paare darin unterstützt werden, ihr eigenes

Konzept zur Auflösung der Ehe sowie das geeignete Modell der nahehelichen Verbindung zu finden. Im Wissen darum, dass auch eine Scheidung keine endgültige Auflösung der Beziehung sein muss (bei gemeinsamen Kindern an sich nicht sein kann), können viele Aspekte Themen der Beratung sein: Zum Beispiel das „Wohl“ der Kinder; bei Familien mit Kindern ist Vertrauen und Verlässlichkeit nochmals und vielleicht mehr als zuvor angesagt. Auch Lebensbilanzen, Ausgleichsbemühungen, Rollenveränderungen oder Schadensbegrenzung können bei Nachscheidungsberatungen Themen sein. Im Fokus der Beratung steht das Leben „danach“: Das Leben nach der Scheidung, das wiederum gelebt, gestaltet und bewältigt werden will. Vielleicht nicht mehr mit derselben (vermeintlichen) Sicherheit, aber kaum weniger herausforderungsreich und anspruchsvoll. Und sei es auch „nur“ jene Herausforderung, Zeiten der Einsamkeit und Verlassenheit auszuhalten. Im Horizont eines menschlichen Grundbedürfnisses – nämlich zu verstehen und Sinn zu finden – geht es nach Scheidungen häufig darum, alternative und konstruktive Perspektiven für das Erlebte zu finden. Ähnlich wie beim Rückblick auf Kindheit und Jugend, die nicht mehr sind und manchmal verklärt oder abgewertet erscheinen, geht es auch beim Blick auf den zurückliegenden ehelichen Lebensabschnitt darum, aus prägenden Erlebnissen hilfreiche Erfahrungen herauszudestillieren.

Zu einer hilfreichen und letztlich notwendigen Haltung im Umgang mit sich Scheidenden oder Geschiedenen gehört die Überzeugung: Eine Scheidung ist kein Scheitern, weder der betroffenen Personen noch bezüglich ehemals getroffener Lebensentscheidungen und gewählter Lebensmodelle. Die Rede von „zerrütteten Familien“ und „gescheiterten Partnerschaften“ im Zusammenhang mit Scheidungen ist nicht nur fragwürdig sondern irreführend. Sie zementiert ein vorübergehendes Gefühl und desavouiert die „geleisteten“ guten Jahre: Die bewältigten Entwicklungen und Krisen. Die Liebe, die war. Die Kinder, die sind. Das gelebte Leben, das einmal sein wird. Eine defizitorientierte Rede über Scheidungen suggeriert zudem ein Erfolgskonzept, das allein auf Beständigkeit basiert, und verkennt den Wandel von Partnerschaften und Liebesbeziehungen in den letzten 150 Jahren. Ehen dauern heute durchschnittlich doppelt so lang wie im 19. Jahrhundert und gründen auf eigenen, oft in jungen Jahren verhandelten Beziehungskonzepten. Es gibt kaum mehr Konventionen, was eine Ehe ist und zu sein hat. Jeder und jede hat die Möglichkeit, sich seine eigene Partnerschaft zu gestalten – und mit dieser Freiheit geht die Aufforderung einher, dies tatsächlich zu tun. „An die Stelle kirchlicher und staatlicher Moralvorschriften hat sich eine Beziehungsethik von unten entwickelt. Zwischen Liebespartnern bildet sich eine Verhandlungskultur, in welcher jeder in eigener Verantwortung an der Gestaltung des Liebeslebens mitwirkt“ (Jürg Willi). Paare sind gefragt, Verbindlichkeiten, Regeln und Treuevorstellungen selber auszuhandeln. Tun sie es nicht, ist

das auch eine Entscheidung. Die Kunst der „Beziehungsverwaltung“ hat sich zunehmend privatisiert – und stellt angesichts von Familie, Haushalt, Erwerbsarbeit oder Arbeitslosigkeit, angesichts von materiellen und emotionalen Ansprüchen extrem hohe Herausforderungen.

Dieser sich wandelnden Auffassung von Partnerschaft kommt die moderne Rechtsform der Ehe entgegen. Im Modell der modernen Ehe liegt deren Auflösung stets im Bereich des Möglichen und (zu ca. 50%) Wahrscheinlichen. Die Ehescheidung stellt den letzten Akt eines sukzessiv erfolgten Kündigungsprozesses des Ehevertrages dar, der in der Regel drei „Kündigungsphasen“ umfasst: (a) die Aufkündigung der ehelichen Gemeinschaft, (b) die Aufkündigung der Haushaltsgemeinschaft und (c) die juristische Regelung der Scheidungsfolgen. Wer einen Vertrag kündigt, ob geplant oder vorzeitig, ist weder per se gescheitert noch hat er/sie etwas zwangsläufig zerrüttet oder zerstört. Es ist darum sinnvoll, Scheidungen vermehrt als Krisen mit offenem Ausgang zu betrachten. Dabei muss der belastende „life event“ für alle Beteiligten nicht tabuisiert werden. Im Wissen darum, dass wir Erlebtes deuten und dem Erlebten bestimmte Bedeutungen verleihen, können wir „Entscheidungen“ auch würdigen. Das kann damit geschehen, dass wir in einer Scheidung einen Problemlösungsversuch sehen, vielleicht einen emanzipatorischen Schritt aus Abhängigkeit, Lethargie und Resignation oder gar eine Befreiungsaktion aus rigiden Strukturen und vermeidungsmotivierten Verhältnissen. Indem wir das Augenmerk auf die Akzeptanzleistung (von nicht mehr akzeptablen ehelichen Einschränkungen) und die damit verbundene Übergangsleistung (von einer Lebensform hin zu einer anderen) lenken, vertreten wir eine bestimmte Haltung. Eine Haltung, die die Handlungsmöglichkeiten bzw. den aktiven Anteil innerhalb eines nicht völlig plan- und verfügbaren Lebens fokussiert.

Hilfreiche Assoziationen zum Phänomen „Scheidung“ sind notwendig. Sie können für den Einzelnen einen kleinen, aber effizienten Schritt dazu sein, im Leben wieder Tritt zu fassen und beziehungsfreundlich zu bleiben. Und im Hinblick auf gesellschaftliche Veränderungsprozesse können wertschätzende und würdevolle Sichtweisen helfen, kommenden Generationen unnötiges Leid zu ersparen.

Thomas Wild

Öffentlichkeitsarbeit und Statistik

- Im Rahmen des Jubiläums „75 Jahre Unterwegs zum Du“ im Haus der Kirche in Bern hat Thomas Wild einen Vortrag zum Thema „Bau- und Stolpersteine einer Paarbeziehung“ gehalten.
- Im Februar konnte ich im Sozialforum in Langnau unsere Stelle vorstellen und habe dabei vor allem die Vielfalt der Ratsuchenden und ihre Problembereiche dargelegt.
- Von August bis November habe ich zusammen mit Irene Aebischer (Fachfrau für sexuelle Gesundheit der Beratungsstelle für Familienplanung, Verhütung und Sexualität in Burgdorf und Langnau) unter dem Titel "ich möchte es anders" einen Kurs à 4 Abende durchgeführt, bei dem wir mit 8 Teilnehmerinnen Themen wie Genussfähigkeit, Sexualität, Lust, Attraktivität, Selbstwert, Frauenbilder etc. vertieft haben. Er hat ein so gutes Echo gefunden, dass wir beabsichtigen, ihn nach einiger Zeit erneut anzubieten.

Die Zahl von insgesamt **717 Konsultationen** (letztes Jahr waren es 658) zeigt, dass wir auch im Jahr 2013 sehr gut ausgelastet gewesen sind.

	2013	2012
63 Paare	in 247 Sitzungen	45 Paare in 255 Sitzungen
53 Frauen	in 410 Sitzungen	47 Frauen in 358 Sitzungen
14 Männer	in 58 Sitzungen	11 Männer in 43 Sitzungen
02 Familien	in 2 Sitzungen	02 Familien in 2 Sitzungen
22 mal	telefonische Auskunft	18 mal
43 mal	Auskunft per Mail erteilt	20 mal

Thomas Wild haben wir auf Ende September leider verabschieden müssen, da ihm nebst seiner Arbeit am Inselspital das Pendeln und die Stelle in Langnau zu aufwendig geworden sind. Ich möchte ihm n. Vorübergehend habe ich mein Pensum um 10% erhöhen können und bin nun froh, seit Anfang Dezember Matthias Hügli als neuen Kollegen an meiner Seite zu haben.

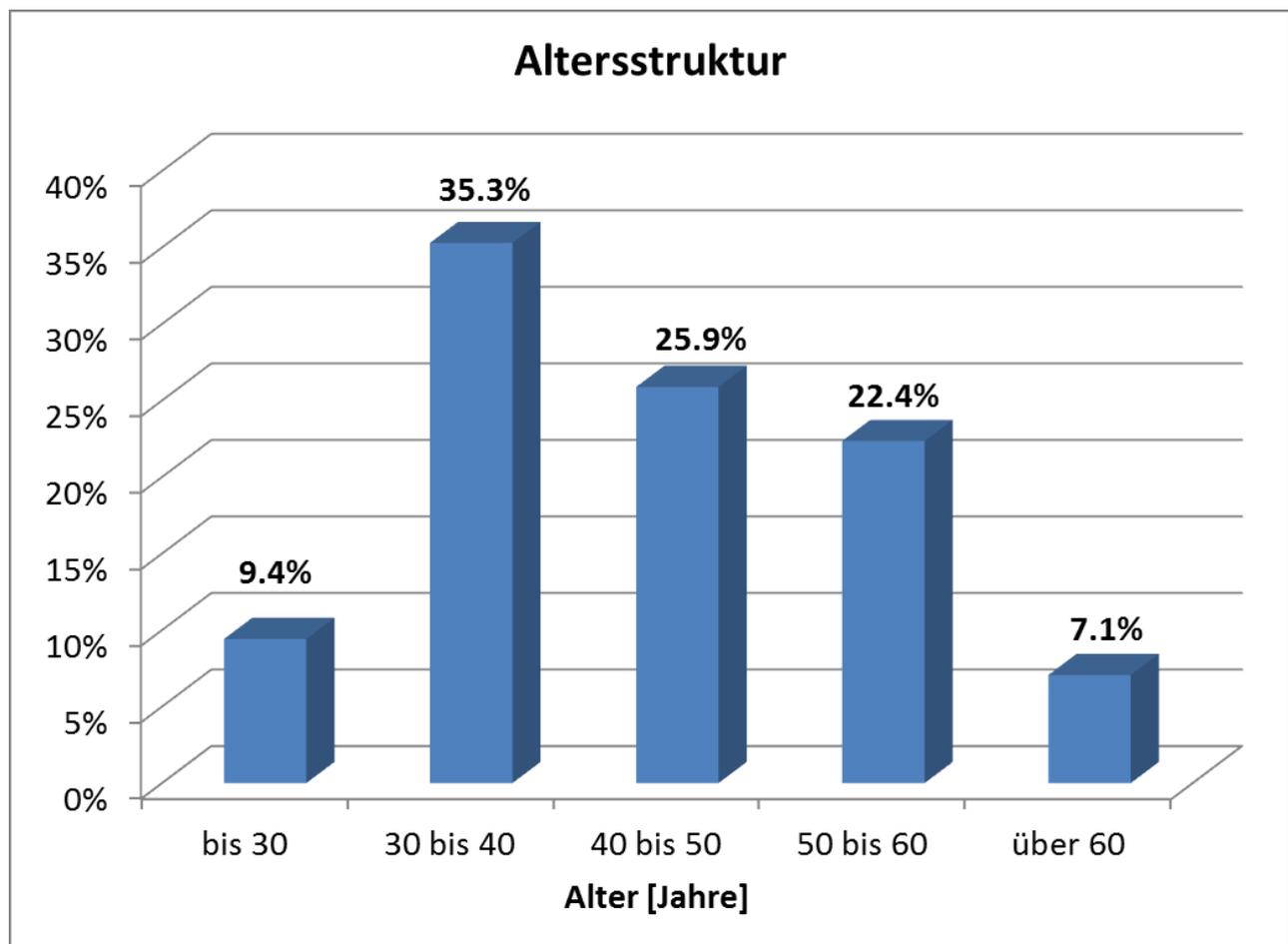
Susanne Kocher

**Beratungsstelle Ehe Partnerschaft Familie
Langenthal
Eisenbahnstrasse 9
4900 Langenthal**

Jahresbericht 2013

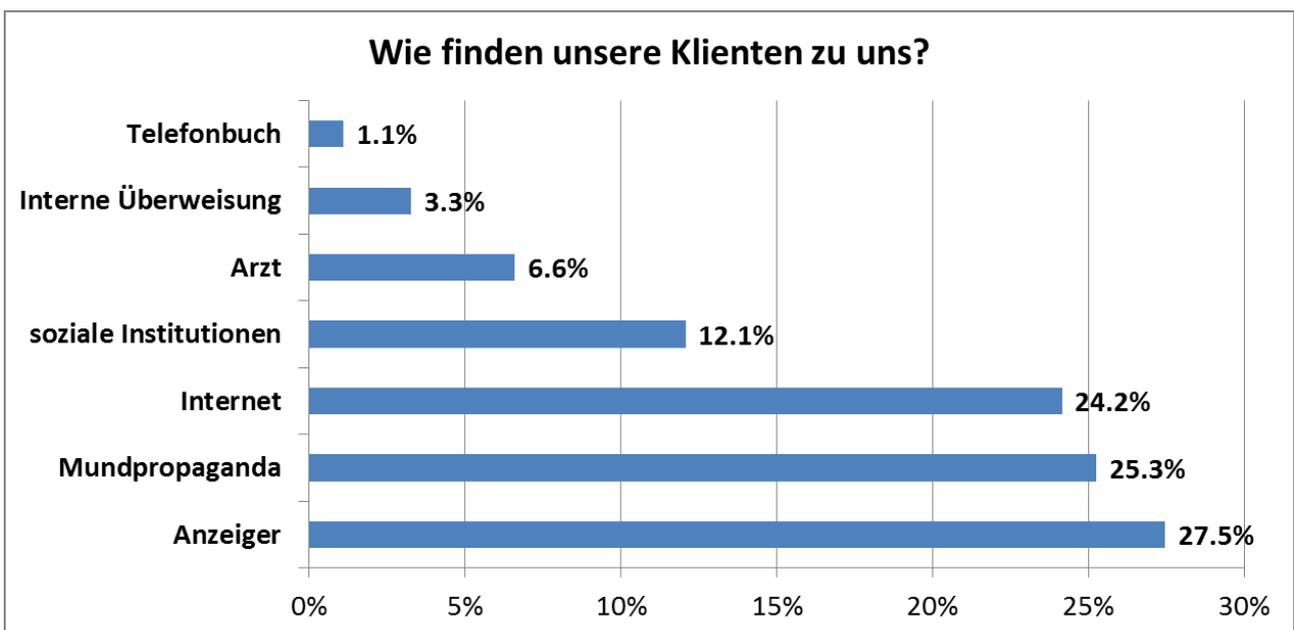
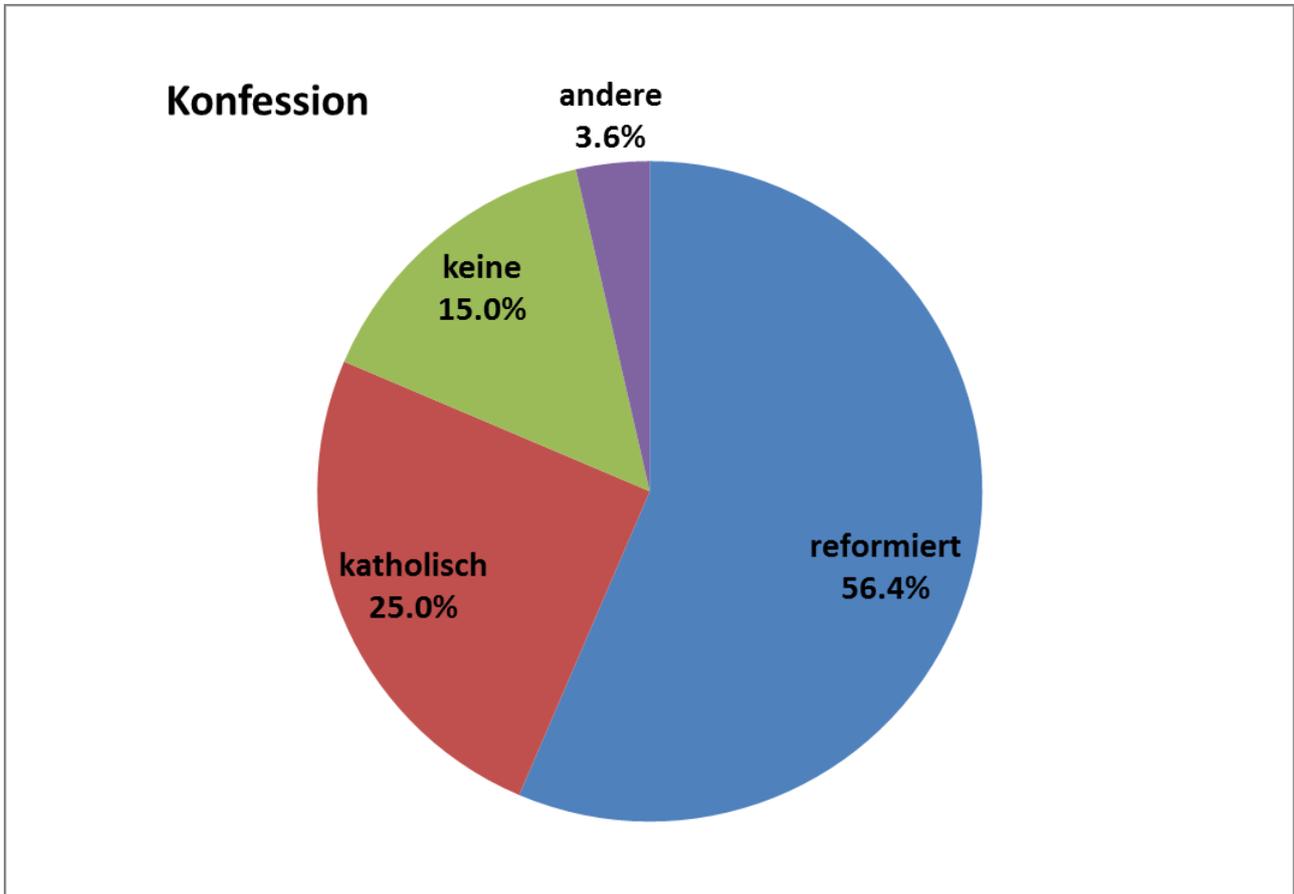
Im Jahr 2013 haben wir 177 Paare, Familien und Einzelpersonen während 758 Stunden beraten. Davon entfielen **53%** auf Paargespräche, **28%** auf Beratungen von Frauen, **15 %** auf Beratungen von Männern und **4%** auf Gespräche mit Familien. 54 Stunden wendeten wir für telefonische Beratungen und Kontakte via Mail auf. Die leicht tieferen Beratungsstunden sind auf den 3 monatigen krankheitsbedingten Ausfall meines Kollegen, Bernhard Schrittwieser zurückzuführen.

Die **Altersstruktur** unserer Klienten sieht 2013 wie folgt aus:



Konfession

Wie bereits schon in den letzten Jahren ist ein Viertel unserer Klienten katholisch. Zugenommen haben die konfessionslosen Klienten:



Über Internet, den Anzeiger und via Mundpropaganda finden also drei Viertel unserer Klienten zu uns.

Auch im 2013 nahmen wir regelmässig an Interventionen und Supervisionen teil, in denen wir unsere Arbeit reflektierten. An den Koordinationssitzungen in Bern haben wir uns mit den anderen Beratungsstellen des Kantons Bern vernetzt und ausgetauscht. Ich habe an der Neugestaltung unserer gemeinsamen Website mitgearbeitet. Wir haben uns zu verschiedenen Themen der Paartherapie und zum neuen Kinder- und Erwachsenenschutzgesetz weitergebildet.

In Sachen Öffentlichkeitsarbeit, Vernetzung führten wir auf unserer Beratungsstelle einen Sozialschlunch für alle sozialen Institutionen von Langenthal durch, der sehr gut besucht war. Bernhard Schrittwieser nahm an 2 interdisziplinären Fachaustauschsitzungen in Langenthal teil. Wir haben an 2 Bezirkssynoden teilgenommen und auch mitgestaltet. Bernhard Schrittwieser verfasste einen Artikel im Profil zum Thema Balance in der Partnerschaft.

Wir danken allen reformierten Kirchgemeinden im Oberaargau auch im Namen unserer Klienten und einen speziellen Dank der katholischen Kirchgemeinde Langenthal, die neu mit einem verbindlichen Vertrag mit dem KBO unsere Arbeit längerfristig finanziell und ideell unterstützt.

Einen besonderen Dank dem Vorstand für die gute Zusammenarbeit und Helmut Barner, dem Ressortverantwortlichen für sein Engagement zum Wohl unserer Beratungsstelle.

Gedanken und Erfahrungen zum gemeinsamen Sorgerecht

Kurz vor Weihnachten sitzt ein Klient bei einem Erstgespräch vor mir und schaut mich verzweifelt an. Er erzählt mir die Geschichte seiner Ehe. Sie sind schon 20 Jahre zusammen, haben vier Kinder und einen kleinen Bauernhof. Er arbeitet 70% auswärts und 30% zu Hause. Seine Frau ist Hausfrau und Mutter und hilft manchmal auch noch auf dem Hof mit. Vor lauter Arbeit haben sie sich als Paar aus den Augen verloren, immer weniger zusammen ausgetauscht, immer weniger zusammen geteilt, immer weniger zusammen gelacht, immer weniger zusammen geweint und sich mit der Zeit gar nicht mehr berührt, weder körperlich, seelisch noch mit dem Herzen. Stumm sind sie geworden und beide auf dem Rückzug. Als ihm das langsam aber sicher bewusst wurde, hat er versucht, Gegensteuer zu geben und mehr mit seiner Frau zu reden und zu unternehmen. Diese hat gesagt, dass sie sich überlegt, mit den Kindern in ihren Heimatkanton Schwyz zu ziehen, in die Nähe ihrer Eltern. Er möchte weder seine Frau noch seine Kinder verlieren und ist verzweifelt und ratlos.

Wir besprechen zusammen die verschiedenen Möglichkeiten, die sie haben. Es ist unsicher, ob seine Frau zu einem gemeinsamen Gespräch bei mir bereit ist. Ich biete auch ein Einzelgespräch mit ihr an, damit ich sie und ihre Sichtweise kennen lernen kann. Häufig gelingt es, Paare und Eltern für gemeinsame Gespräche zu motivieren, um herauszufinden, wo sie stehen und wie sie mit schwierigen Situationen konstruktiv umgehen können. Stellt sich heraus, dass sie sich trennen wollen und Kinder da sind, ist es entscheidend wichtig, dass sie lernen, die Paarebene und die Elternebene zu unterscheiden. Meistens sind Menschen in Trennungssituationen sehr verletzt und brauchen Distanz zueinander, um zu trauern und zu verarbeiten. Mit Kindern ist dieser Prozess sehr viel schwieriger zu leisten. Als Eltern müssen sie in Kontakt bleiben, Lösungen und Kompromisse aushandeln, die finanziellen Dinge regeln und das alles in emotional aufgewühltem Zustand. Die Gefahr ist gross, dass die verschiedenen Ebenen durcheinander geraten und die Interessen der Kinder dabei auf der Strecke bleiben. Von uns moderierte Beratungsgespräche können hier sehr hilfreich sein. Ich versuche dabei, immer die Kinder und deren Bedürfnisse im Fokus zu haben und mit den Eltern zu schauen, welche Lösungen es gibt, die den Kindern dienen und für die Eltern machbar sind. Für mich ist dieser Verhandlungsprozess der Eltern die Voraussetzung, dass das gemeinsame Sorgerecht, welches schon bald gesetzlich verankert werden soll, in der Praxis gut umgesetzt und gelebt werden kann.

Zurück zu meinem Klienten. Im Januar wird sich zeigen, wie es weitergeht. Alle Wege sind noch offen. Finden sie zusammen wieder einen Weg oder hat seine Frau sich bereits entschieden? Falls sie sich trennen würden, wäre es doch so wichtig, sorgfältig und respektvoll zu verhandeln, was ihre 4 Kinder brauchen, um weiterhin mit beiden Elternteilen in einem guten Kontakt zu sein. Ich werde beharrlich und geduldig versuchen, sie darin zu unterstützen und zu begleiten. Gelingt dies nicht, müsste letztlich das Gericht entscheiden, wie das Sorgerecht aussehen soll und dabei haben Väter noch immer die schlechteren Karten, was ich in der Praxis als ungerecht empfinde. Können sich Eltern nicht einigen, verlieren alle 3 Parteien, aber am meisten leiden die Kinder darunter.

Ich hoffe, dass die öffentliche Diskussion bezüglich dem gemeinsamen Sorgerecht dazu führt, dass langsam aber sicher das Bewusstsein bei allen Eltern wächst, wie wichtig die Kooperation, die gegenseitige Achtung und der gegenseitige Respekt als Vater und Mutter für die gemeinsamen Kinder ist, egal ob man zusammenlebt oder getrennt ist.

Langenthal, 3.1.2014

Stefanie Wittwer-Petermann

Kirchlicher Bezirk Obersimmental-Saanen
Reckholderweg 28c
3645 Gwatt b. Thun

Jahresbericht 2013

Unerwartet positiv

„Wenn wir etwas unerwartet Positives erleben,
ist unser Gehirn im Turbo-Lernmodus“

Stellen Sie sich vor, Sie sind als jungeR HöhlenbewohnerIn in einem steinzeitlichen Wald unterwegs. Es ist Spätsommer und in ihrem Wald gibt es Himbeerstauden. Sie haben bereits 12 grüne Himbeeren gegessen. Diese sind bitter und hart aber für den grössten Hunger geht's.

Nun essen sie die erste rote Beere: Sie sind überwältigt vom süssen Geschmack. Augenblicklich wird in ihrem Gehirn ein kleiner Gehirnteil mit dem Namen „Nucleus accumbens“ aktiviert und ihr Gehirn geht in einen „Turbo-Lernmodus“: Sie werden diese erste rote Himbeere in ihrem Leben nie mehr wieder vergessen!

Sie haben gelernt, dass rote Himbeeren schmackhaft und süss und vor allem viel besser als grüne sind. Für den Höhlenbewohner / die Höhlenbewohnerin eine sehr sinnvolle Überlebensstrategie. Diese Überlebensstrategie ist bis heute in unserer Gehirnstruktur verankert.

Wenn etwas unerwartet Positives geschieht, reicht meist ein einziges Erlebnis und es ist im Gehirn für immer fest eingebrannt. Es braucht dazu in aller Regel nur ein einziges unerwartet positives Erlebnis.

Ganz anders ist das beim Lernen von Französisch-Vokabeln: Für die meisten von uns ist dieses „Wörtli-Büffeln“ nicht unerwartet positiv, sondern eher mühsam. Entsprechend schlechter lernt unser Gehirn:

Man hat herausgefunden, dass zum Vokabeln lernen ein einzelnes Wort im Schnitt 10x gelernt und wieder vergessen werden muss, damit es im Gehirn definitiv abgespeichert ist und nicht mehr vergessen werden kann. 10x lernen und wieder vergessen. Ein zeitaufwendiger und mühsamer Prozess.

Was hat das nun mit der Ehe- Paar- und Familienberatung zu tun? Wenn wir möchten, dass sich unser Partner / unsere Partnerin in einer von uns erwünschten Richtung verändert und etwas Neues lernt, sollte er / sie von uns etwas unerwartet Positives erleben.

Anstatt unerwartet positiv zu sein mutieren wir aber leider oft zu nörgelnden Kritikbomben, welche versuchen, unseren Partner mit unserer Kritik in eine bestimmte Richtung zu formen. Unser Partner geht bei Kritik in die Flucht und

springt in den Schützengraben. Dabei lernt er nur, den Kopf einzuziehen und nicht verletzt zu werden.

Druck und Kritik führt eben nur dazu, dass das unerwünschte Verhalten kurzfristig unterdrückt wird und unser Partner sich schützt und ausweicht. Etwas Neues wird dabei nicht gelernt.

Wenn wir etwas in unserer Partnerschaft oder generell im Kontakt mit unseren Mitmenschen verändern wollen, sollten wir unsere Energie darauf verwenden, zu überlegen, wie wir für sie unerwartet positiv sein können.

Das ist auch der Grund, weshalb das Ausdrücken von Wertschätzung Partnerschaften so intensiv und grundlegend verändert. Wenn wir Wertschätzung offen und deutlich ausdrücken, sind wir für unsereN PartnerIn in der Regel unerwartet positiv.

Man hat in diesem Zusammenhang auch belegen können, dass positive Erfahrungen uns viel stärker beeinflussen als negative. Nach einem Lob ertragen wir für längere Zeit auch wieder Kritik.

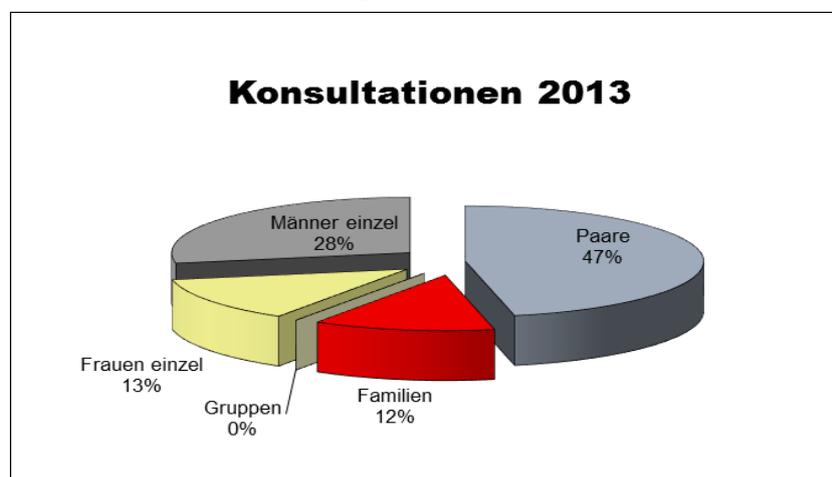
Fazit: Wenn wir in unseren Beziehungen etwas verändern wollen, müssen wir zuerst überlegen, wie wir unerwartet positiv sein können.

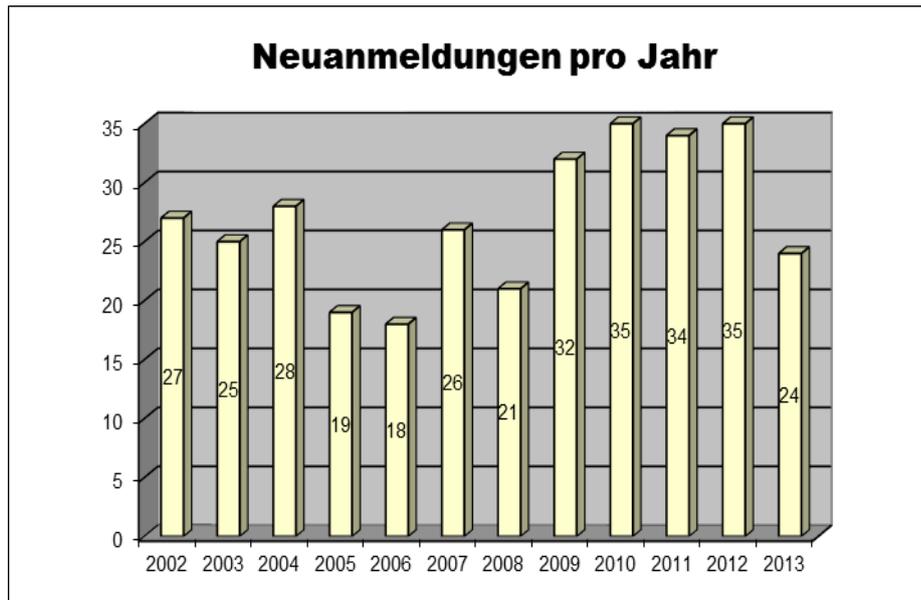
Wertschätzung und nicht Kritik verändert Menschen nachhaltig in eine bestimmte Richtung.

Statistik:

Der Blick auf die Konsultationen zeigt im Vergleich zum Vorjahr folgende Änderungen:

- Der Anteil „Paare“ ist von 46% im 2012 auf 47% leicht angestiegen.
- Der Anteil „Männer einzel“ ist von 25% im Vorjahr auf 28% gestiegen
- „Frauen einzel“ sind auf mehr als die Hälfte (von 27% auf 13%) zurückgegangen.
- 2013 sind die „Familienberatungen“ von 2% auf 12% stark angestiegen.





Die Neuanmeldungen sind seit langer Zeit wieder einmal stark eingebrochen. Sie waren 2013 auf dem Niveau von 2007.

Im 2013 waren über das ganze Jahr weniger Neumeldungen zu verzeichnen.

Der Berater:

Beat Siegfried

Öffentlichkeitsarbeit

- Ganzseitiger Artikel im Simmentaler Anzeiger über das Angebot Beratungsstelle Ehe Partnerschaft Familie Obersimmental-Saanen

**Kirchliche Bezirke Thun-Frutigen-Niedersimmental
Ehe- und Familienberatung Thun
Frutigenstrasse 29
3600 Thun**

Jahresbericht 2013

Wie ich Dir begegnen möchte

Ich möchte

Dich lieben, ohne dich einzuengen

Dich wertschätzen, ohne dich zu bewerten

Dich ernst nehmen, ohne dich auf etwas festzulegen

Zu dir kommen, ohne mich dir aufzudrängen

Dich einladen, ohne Forderungen an dich zu stellen

Dir etwas schenken, ohne Erwartungen daran zu knüpfen

Von dir Abschied nehmen, ohne Wesentliches versäumt zu haben

Dir meine Gefühle mitteilen, ohne dich für sie verantwortlich zu machen

Dich informieren, ohne dich zu belehren

Dir helfen, ohne dich zu beleidigen

Mich um dich kümmern, ohne dich verändern zu wollen

Mich an dir freuen, so wie du bist.

Aus unbekannter Quelle

Getragen von diesen achtsamen und liebevollen Absichten, einander auf diese Weise begegnen zu wollen, beginnen Paare oft ihren Weg ins gemeinsame Glück.

Dieser Weg führt durch Frühling, Sommer, Herbst und Winter, eben durch die "Jahreszeiten" der Liebe und gestaltet sich als Lebenszyklus des Paares. (Jellouschek)

Jede Jahreszeit birgt ihre ganz eigene Herausforderung.

Im "**Frühling**" geht es darum ein Paar zu werden. Die lauen Frühlingswinde beflügeln. Gemeinsames wird herauskristallisiert. Diesem Neuen, diesem Einzigartigen verleiht das junge Paar nun seinen Ausdruck - ihr "Nest" wird gebaut.

Inzwischen in der Familienphase angelangt, widmet sich das Paar im **"Sommer"** seinem Nachwuchs. Neben Sonne, Wärme und kühlem Nass durchstreifen Gewitterböen die Sphären. Über dem fürsorglichen Engagement, den Blick für sich als Paar nicht zu verlieren, ein Paar bleiben zu wollen, erweist sich hier als entscheidende, herausfordernde Aufgabe.

Im **"Herbst"** gilt es den jahreszeitlichen Stürmen Stand zu halten. Die Jungmannschaft wird flügge. Das Paar nun in der zweiten Lebenshälfte ist wiederum auf sich zurückgeworfen. Der zweite Frühling nimmt Einzug und fordert das Gestalten der gereiften Einzigartigkeit, des gereiften Paares. Ihr "Nest" für die neue/alte Zweisamkeit findet seinen Ausdruck.

So kann es **"Winter"** werden. Frostige Kälte und Schneeluft ziehen über die Fluren. Der Platz in der warmen Stube bekommt dem alten Paar gut. Es ist die behagliche Wärme die die Herausforderung ermöglicht, als Paar alt zu werden.

Auf diesem Entwicklungsweg der Paarbeziehung durchläuft das Paar in seiner

gemeinsamen Geschichte, diese typischen Phasen und begegnet dabei nur allzu oft Stolpersteinen, die ihren notwendigen Veränderungsprozess behindern oder gar verunmöglichen. Sich als Paar diesen Hindernissen anzunehmen bewegt.

In unseren Beratungen unterstützen und ermutigen wir, Hinderliches loszulassen und Neues zu entwickeln.

Im "Frühling" der Liebe können trotz Verliebtheit, tiefliegende Ängste eines Partners z.B. vor Einengungen und so manchem mehr, den Gestaltungsprozess in den Paaralltag beeinträchtigen. Vertrautes aus dem Single-Leben ist schwierig loszulassen, die Sprache um sich als Vis à Vis zu zeigen, damit Gemeinsames herauskristallisiert und ein "Nest" gebaut werden kann, versiegt. Dann wird es schwierig für den andern Partner, dem Wunsch nachgehen zu können: *Ich möchte dich lieben, ohne dich einzuengen...*

Ich möchte dir meine Gefühle mitteilen, ohne dich für sie verantwortlich zu machen..

Ein grosses Vorhaben für jedes Paar! Eine Herausforderung durch alle Jahreszeiten der Liebe hindurch. - Oft gelingt es den Partnern erst durch die Unterstützung einer Fachperson zu erkennen, dass die Verantwortlichkeit der Gefühle bei jeder Person selber liegt und niemand anders dafür verantwortlich gemacht werden kann.

Angelangt im "Herbst" der Liebe kann der Beziehungsblick beachtlich getrübt sein über den vielen unter dem Teppich gehaltenen Enttäuschungen, Verletzungen und Entbehrungen. Überschattet durch diese Eintrübung, fällt Wertschätzendes gegenüber dem Partner oft schwer. Umso leichter finden Worte und Gesten der Abwertung, Verachtung und Kritik ihren Weg. Diese apokalyptischen Reiter, wie Gottman sie in seinem Buch: die 7 Geheimnisse der glücklichen Ehe, nennt, machen unglücklich und krank. Um aus dieser Negativspirale herauszukommen ist es für ein Paar wichtig, Hilfe anzunehmen. In der Beratung erlernt das Paar, sich wiederum einander zuzumuten, die eigenen Gefühle wahr- und ernst zu nehmen und Worte dafür zu finden. So können auch Worte wie: *Ich möchte dich wertschätzen, ohne dich zu bewerten..* von Herzen frei geäußert werden.

Die abschiedliche Existenz unseres Daseins bereitet dem älter werdenden Paar in sich eine ganz eigene Herausforderung. Hinzu gesellt sich die bisherig erlebte Paargeschichte, angelangt nun in der letzten Phase der Jahreszeiten der Liebe im "Winter". Damit Paarversöhnung ebenso wie die Versöhnung mit dem eigenen Leben möglich wird, ist es manchmal unerlässlich in einer Paarberatung Unbereinigtes zu klären um frei zu werden und loslassen zu können. Ein Geschenk wenn das Paar sich in den Absichten begegnen kann: *Ich möchte mich um dich kümmern, ohne dich verändern zu wollen.. und ich möchte von dir Abschied nehmen, ohne Wesentliches versäumt zu haben..*

Viele Paare, Einzelpersonen und Familien haben auch dieses Jahr wieder unsere Beratungsstelle aufgesucht. Sie haben sich hier ihren Gefühlen, Ängsten, Schattenseiten und Verstrickungen angenommen und dadurch Schritte hin zu Veränderungen gemacht.

Ihrer achtsamen und liebevollen Absicht: *Ich möchte mich an dir freuen, so wie du bist...*

sind sie somit einen grossen Schritt näher gekommen.

Ergänzend zu unserer Beratungs- und Therapietätigkeit waren wir auch in der Öffentlichkeitsarbeit aktiv.

- Doris Hodel Portmann sprach im Januar 2013 in der Kirche Amsoldingen im Rahmen der Sonntagspredigt zum Thema Liebe
- Filip Pavlinec hielt während des Jahres in verschiedenen Foren fünf Mal sein Referat "Die Hirnforschung und das Geheimnis der Liebe"
- Im weiteren stand er als Interviewpartner Gymnasiastinnen des Gymnasiums Seefeld, Rede und Antwort zu ihrer Arbeit mit dem Thema: Kommunikation in der Familie
- Neben Supervision und dem Ressourcentag, nahmen wir auch an der zwei tägigen Weiterbildung mit Manfred Prior, zu MiniMax-Interventionen und Techniken in der Paartherapie für Fortgeschrittene teil. Ebenfalls im Rahmen der reformierten Kirchen Bern-Jura-Solothurn besuchte Marianne Jaggi den angebotenen Weiterbildungsanlass mit Fürsprecher Anton Genna, zum neuen Kindes- und Erwachsenenschutz-recht und Filip Pavlinec engagierte sich in der Arbeitsgruppe Internetauftritt.

Abschliessend danken wir unserem Präsidenten Paul Winzenried und den Kommissionsmitgliedern herzlich für die gute Zusammenarbeit und Unterstützung sowie für das grosse Vertrauen, das uns immer wieder entgegengebracht wird.

Thun, Ende Dezember 2013

Marianne Jaggi
Doris Hodel Portmann
Filip Pavlinec