Ent-Wicklung

40 Jahre

Beratungsstelle für
Partnerschaft, Ehe und Familie
der reformierten Kirche BL

Beratungsstelle für
Partnerschaft, Ehe und Familie
der reformierten Kirche BL

Inhalt

Impressum und Titelseite 4

Vorwort 5

Grussbotschaft 7

Eine kleine Chronik
- Geschichte der Beratungsstelle für Partnerschaft, Ehe und Familie 9
- Aus der Frühzeit der Beratungsstelle 11

Das aktuelle Mitarbeiterteam 13
- Sabine Hofer 14
- Karin Hegar Stark 15
- Reinhard Felix-Lustenberger 16
- Sonja Schori 17

Die Skulptur «MondoGioia» 18

Unser Profil 19

Öffentlichkeitsarbeit 22

Zusammenarbeit 25

Die Paartherapie 26

Klienten kommen zu Wort
- Notizen einer Therapie 30
- Es gibt gute und schlechte Zeiten... 32

Statistik 33

Angestellte und Mitglieder der Amtspflege 37

So finden Sie uns 39

Impressum und Titelbild

Impressum

Herausgeberin
Beratungsstelle für Partnerschaft, Ehe und Familie
Hauptstrasse 18
4132 Muttenz

Gestaltung, Satz, Umbruch
Pia Bieri, Fachstelle Kommunikation
Ref. Kirche Baselland, Liestal

Fotos
Claudia Fischer
Pia Bieri, Fachstelle Kommunikation
Diverse Bilder zur Verfügung gestellt

Druck
Schwabe AG, Muttenz

Auflage
1000 Exemplare

Kontoinformationen
PC 40-11734-7 Ev.-ref. Kirche des Kantons Basel-Landschaft, Konto E, 4410 Liestal

August 2009

Ent-Wicklung: Die Koru-Spirale

Zum Titelbild

Koru ist das Wort der Maori (Ureinwohner Neuseelands) für das Farnherz, aus dem sich der neue Farnwedel entrollen wird. In Neuseeland steht die Koru-Spirale u.a. für neue Anfänge, persönliche Entwicklung, Wachstum und die Zukunft.

Aufgrund dieser Symbolik haben wir den sich entrollenden Farn als Titelbild für die Jubiläumsbroschüre gewählt.

Zum einen bezieht sich Ent-Wicklung auf die Weiterentwicklung der Beratungsstelle. Diese wird auch in der Bezeichnung ersichtlich: Aus der «Eheberatungsstelle» wurde die «Beratungsstelle für Partnerschaft, Ehe und Familie». Dadurch wird eine grössere Zielgruppe angesprochen. Auch der Aufgabenbereich hat sich weiterentwickelt: Beratungen und Therapien werden ergänzt durch Kurse und Vorträge zur Beziehungsförderung.

Zum anderen verstehen wir uns in Beratungen und Therapien immer auch als Ent-Wicklungshelfer. Wir begleiten und unterstützen die Ent-Wicklung der Einzelpersonen und der Paare: In Verwickeltes kommt Klarheit. Bereits Angelegtes wird sichtbar und entfaltet sich. Neue Anfänge können gemacht werden.

Sabine Hofer

Die Farn-Spirale wurde von Claudia Fischer in Australien aufgenommen.

Ein grosses Bedürfnis

Es war ein mutiger und ein richtiger Entscheid, den die Synode am 30. November 1967 gefällt hat:

Eine Eheberatungsstelle soll geschaffen werden. Aufgrund verschiedener Umstände war es am 24. Juni 1969 erneut die Synode, die zu diesem Geschäft zu befinden hatte:

Sie gab definitiv grünes Licht für eine Eheberatungsstelle der Landeskirchen. Seither sind genau vierzig Jahre verflossen.

Die Stelle hat sich von der eigentlichen Eheberatung zu einer Beratungsstelle für Partnerschaft, Ehe und Familie entwickelt. Und es ist das Ziel der Beraterinnen und der Berater, diejenigen Menschen, welche die Stelle aufsuchen, in ihrer Entwicklung zu fördern, sodass sie sich entwickeln und entfalten können. Sie sollen ermutigt werden zu nächsten Schritten auf ihrem oft nicht einfachen Weg.

Diese Ausrichtung der Beratungsstelle soll symbolhaft auch auf dem Umschlagbild zum Ausdruck kommen: Der Farn, der sich entrollt, entfaltet und entwickelt, steht für Menschen, die an sich arbeiten wollen und die auf ihrem Weg nächste Schritte wagen. Trotz Beziehungsproblemen sollen sie nicht verkümmern, sondern Neues ins Auge fassen und neue Ziele formulieren. Sie sollen diese Schritte selber tun – Beraterinnen und Berater begleiten sie auf diesem Weg.

«Der Farn, der sich entrollt, entfaltet und entwickelt, steht für Menschen, die an sich arbeiten wollen und die auf ihrem Weg nächste Schritte wagen.»

Die Beratungsstelle entspricht einem sehr grossen Bedürfnis. Das belegen die aktuellen Zahlen. Ich danke dem Team an der Hauptstrasse in Muttenz für die kompetente Arbeit in Beratung und Kurstätigkeit und wünsche ihnen allen für die Zukunft alles Gute und Gottes Segen. Sie sind Botschafterinnen und Botschafter einer Kirche, welche die Not der Menschen ernst nimmt und ihnen Hilfe anbieten will.

Sie leisten einen wichtigen Dienst, denn sie arbeiten im Auftrag dessen, der gesagt hat: «Kommt her zu mir, alle, die ihr mühselig und beladen seid; ich will euch erquicken» (Matth. 11,28).

Diese Erquickung ist für die Ratsuchenden die Möglichkeit zur Entwicklung und zur Entfaltung.

Pfarrer Markus B. Christ
*Kirchenratspräsident**

Liestal, 24. Juni 2009
(*bis 30. Juni 2009)

Geschätzte Leserinnen und Leser

Ich gratuliere der Beratungsstelle für Partnerschaft, Ehe und Familie der Evangelisch-reformierten Kirche des Kantons Basel-Landschaft im Namen des Regierungsrates herzlich zum 40jährigen Bestehen. Die Beratungsstelle stellt heute eine der tragenden Säulen des sozialen Netzes und der sozialen Dienstleistungen des Kantons Basel-Landschaft dar. Sie entspricht einem echten Bedürfnis; das verdeutlicht die steigende Zahl der Ratsuchenden.

Meiner Ansicht nach sollten die Kirchen innerhalb der heutigen Gesellschaft vor allem folgende drei Funktionen erfüllen:

Die Sinnfrage: Die Kirchen stellen jene Instanzen par excellence dar, die ihren Beitrag zur ethischen Debatte leisten können, indem sie Normen, Werte und Überzeugungen vorbringen und so die Frage nach der Bedeutung und der Richtigkeit der von Staat und Gesellschaft gemeinsam verfolgten Ziele stellen. Stichworte dazu bilden die Problematik der Bioethik, die Friedenspolitik, die Umweltpolitik oder die Debatte zur Sterbehilfe.

Die kritische Instanz: Dem Staat gegenüber können die Kirchen jene Instanzen sein, die ihn immer wieder dazu bewegen, die individuellen Freiheiten nicht preiszugeben und die soziale Gerechtigkeit nicht zu verleugnen (zum Beispiel bei den Minderheitenrechten und den Personenrechten). Die Kirche ist weder Dienerin noch Herrin des Staates, aber vielleicht sein Gewissen.

Die sozialen Dienstleistungen: Es liegt ganz speziell auch in der Verantwortlichkeit der Kirchen, die Armen zu verteidigen und sich der Sache jener anzunehmen, die keine Position haben und sich kein Gehör verschaffen können. Und die Kirchen sollten zudem Ratsuchenden in den zentralen Bereichen des Lebens mit Hilfeleistungen zur Seite stehen, so wie es die Evangelisch-reformierte Kirche des Kantons Basel-Landschaft mit ihrer Beratungsstelle tut.

> «Würde es die Beratungsstelle nicht schon geben, müsste man sie sofort ins Leben rufen!»

Die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter der Beratungsstelle für Partnerschaft, Ehe und Familie der Evangelisch-reformierten Kirche erbringen eine wichtige und gute Dienstleistung. Würde es die Beratungsstelle nicht schon geben, müsste man sie sofort ins Leben rufen! Ich danke der Beratungsstelle für die in der Vergangenheit geleistete ausgezeichnete Arbeit und wünsche ihr für die Zukunft eine weiterhin erfolgreiche Tätigkeit.

Regierungspräsident Adrian Ballmer
Vorsteher der Finanz- und Kirchendirektion

Die Geschichte der Beratungsstelle für Partnerschaft, Ehe und Familie

Mit einer ausführlichen Vorlage wendet sich der Kirchenrat der Evangelisch-reformierten Kirche des Kantons Basel-Landschaft an die Synode vom 30. November 1967. Er beantragt die Schaffung einer Eheberatungsstelle. Er begründet den Antrag mit den folgenden Komponenten: Seit 1955 kennt die reformierte Kirche Basel-Stadt eine Eheberatungsstelle. Sie wird zu mehr als einem Viertel von Baselbieter Ratsuchenden beansprucht und ist überlastet. Schon 1964 ersucht daher der Baselstädtische Kirchenrat die Baselbieter, eine eigene Stelle zu schaffen. Unabhängig davon gibt es auch eigene Gründe:

Die Bevölkerung im Baselbiet hat stark zugenommen; so hat sich im Bezirk Arlesheim die Bevölkerungszahl zwischen 1950 und 1965 verdoppelt. Zum andern ist die Mobilität der Bevölkerung stärker geworden. Ferner führt der Kirchenrat aus: «Die Ursachen der Ehezerrüttungen und -schwierigkeiten sind zum Teil in der Hochkonjunktur zu suchen, in der Auflösung traditioneller Verhaltensnormen, deren Richtigkeit früher nicht angezweifelt worden ist, sowie im Mangel neuer solcher Normen.» Zudem ist der Kirchenrat der Meinung, dass Eheberatung eine besondere Schulung erfordere und in der Regel die Kräfte der Gemeindepfarrer überfordere. Einen weitern Grund für die Schaffung einer eigenen Stelle im jetzigen Moment sieht der Kirchenrat im glücklichen Umstand, dass er in der Person eines eben pensionierten Pfarrers aus einer andern Landeskirche, der im Leimental Wohnsitz nehmen werde, eine gut ausgewiesene Persönlichkeit zur Stellenbesetzung vorschlagen könne. Vorgesehen ist ein Halbamt.

«Die Ursachen von Ehezerrüttungen sind zum Teil in der Hochkonjunktur zu suchen, in der Auflösung traditioneller Verhaltensnormen»

Die Vorlage wird von der Synode sehr gut aufgenommen, und die Zustimmung erfolgt einstimmig. Dem Synodeprotokoll ist zu entnehmen, dass nach der Annahme der Vorlage das Lied «In dir ist Freude» angestimmt worden ist.

An der Synode vom 4. November 1968 stand die Eheberatungsstelle wieder auf der Traktandenliste. Überraschend war der vom Kirchenrat vorgesehene Eheberater, Pfarrer J. Staehelin, im Dezember 1967 gestorben. Die Synode stimmt dem Antrag des Kirchenrates zu, die Stelle voll- oder halbamtlich zu besetzen.

Mit dem Ja zu der letzten Synodevorlage, die aus der Feder des Kirchensekretärs Dr. Felix Auer stammt, gibt die Synode am 24. Juni 1969 definitiv grünes Licht für die Schaffung und den Betrieb einer Eheberatungsstelle der Landeskirchen, deren Grundlage eine Vereinbarung zwischen dem reformierten Kirchenrat und dem Vorstand der Römisch-katholischen Landeskirche des Kantons Basel-Landschaft bildet.

Die Vorlage redet daher von einer «ökumenischen Lösung der Eheberatungsfrage». Darum wird eine paritätische fünfgliedrige «Kommission der Eheberatungsstelle der Landeskirchen» geschaffen, in die die beiden Kirchen je zwei Vertreter delegieren und der Kanton eine Vertretung bezeichnet. Auch die Kosten werden entsprechend der konfessionellen Zusammensetzung der Baselbieter Bevölkerung aufgeteilt. Ferner hat sich der Kanton Basel-Landschaft bereit erklärt, einen Drittel der Betriebskosten – für 1970 waren dies 24'000 Franken – zu übernehmen.

Die reformierte Kirche finanzierte die Stelle in den ersten Jahren je hälftig aus dem Ertrag der Kirchensteuern der juristischen Personen und aus der ordentlichen Verwaltungsrechnung. Schliesslich gibt die Vorlage Auskunft über die vorgesehene Person des zukünftigen Eheberaters: Es ist der Psychiater Dr. Dietegen Guggenbühl aus Allschwil. Als Ort wurde eine Wohnung im Neubau

der Basellandschaftlichen Kantonalbank in Muttenz bestimmt; ein Teil der Räumlichkeiten konnte der Kirchgemeinde Muttenz für ihr Kirchgemeindesekretariat untervermietet werden.
Am 1. September 1969 hat Dr. Guggenbühl seine Arbeit aufgenommen. Von Anfang an wurde die Stelle sehr rege benutzt. Regelmässig berichtet Dr. Guggenbühl im Amtsbericht der Kantonalkirche über seine Arbeit. Neben grundsätzlichen Überlegungen legt er auch statistisches Zahlenmaterial vor.

Auffällig ist dabei die Zunahme in den ersten Jahren. 1970 (im ersten vollen Kalenderjahr) waren es 789 Besprechungen, 1971 825, 1972 656 und 1973 731. Im Herbst 1972 hat die Römisch-katholische Landeskirche eine eigene Beratungsstelle (in Basel) eröffnet. Das erklärt die etwas tieferen Zahlen; trotzdem war es nicht möglich, die Neuanmeldungen ohne Verzug zu berücksichtigen. Bereits 1974 wurde eine räumliche und personelle Erweiterung der Stelle ins Auge gefasst. Im September 1975 konnten neue Räumlichkeiten an der Hauptstrasse 18 in Muttenz bezogen werden, und auf den 1. August 1976 hat mit Dr. Heinz Iso ein zweiter Eheberater seine Tätigkeit aufgenommen. Am 1. September 1977 ist als Teilzeitsekretärin Sonja Schori-Merz angestellt worden, die nunmehr auf eine über dreissigjährige Mitarbeit zurückblicken kann!

«Von therapiezentrierter Beratung zu Prävention, Öffentlichkeitsarbeit und stärkerer Vernetzung mit anderen kantonalkirchlichen Stellen.»

Dass diese Erweiterung gerechtfertigt war, belegen die Zahlen der Konsultationen in den folgenden Jahren: 1977 waren es 1'364, 1978 1'311, 1979 1'388 und 1980 1'459 Konsultationen. Auf diesem Niveau – zwischen 1'350 und 1'500 Beratungsgesprächen pro Jahr – bewegte sich die Eheberatungsstelle bis zum Herbst 1995, als Dr. Dietegen Guggenbühl nach 26-jähriger Tätigkeit als Eheberater pensioniert wurde. Diese personelle Veränderung war für den Kirchenrat Anlass, sich grundsätzliche Gedanken zur Zukunft der Eheberatungsstelle zu machen. Bei seinen Überlegungen stützte sich der Kirchenrat auf eine Studie unter dem Stichwort «Eheberatung 2000». Die Synode hat folgerichtig am 19. Juni 1997 entschieden, das Angebot der Eheberatungsstelle von der therapiezentrierten Beratung auf die Prävention auszudehnen, die Öffentlichkeitsarbeit vermehrt zu pflegen und die Stelle stärker mit den andern kantonalkirchlichen Stellen zu vernetzen.

Ab dem 1. Januar 1998 bekommt die Stelle deshalb einen neuen Namen und heisst nun «Beratungsstelle für Partnerschaft, Ehe und Familie». Es soll eine Beraterin mit 30 Stellenprozenten angestellt werden. Zudem hat der Kirchenrat eine Amtspflege zu wählen, welche die Angestellten beaufsichtigen und unterstützen soll.

Mit der Anstellung der Psychotherapeutin Dr. Sabine Hofer-Frackmann am 1. Februar 1998 konnte die erhoffte Erweiterung in den Bereichen Öffentlichkeitsarbeit und Kurstätigkeit realisiert werden. Eine steigende Anzahl von Beratungsgesprächen und eine intensivere Vortragstätigkeit in den Kirchgemeinden machten per 1. Januar 2002 eine Erhöhung des Pensums der Beraterin auf 40 Prozent nötig. Im Mai 2003 nahm der Kirchenrat Kenntnis vom Stellenprofil, das die Amtspflege genehmigt hatte (aktualisierte Fassung siehe Seite 19).

Bedingt durch einen Unfall war Dr. Heinz Iso in seiner Berufsausübung stark eingeschränkt. Deshalb erfolgte 2006 eine Erhöhung des Pensums von Dr. Sabine Hofer auf 50 Prozent. Dr. Heinz Iso kündete auf den 29. Februar 2008 infolge Erreichens des Pensionsalters seine Stelle nach über dreissigjähriger Tätigkeit.

Am 13. Juni 2007 bewilligte die Synode die Weiterführung der Stelle für 5 Jahre mit einem Stellenumfang von total 150 %. Die Amtspflege beschloss, das Gesamt-

pensum auf drei Personen aufzuteilen. Dr. Sabine Hofer übernahm ein Pensum von 60 Prozent. Auf Vorschlag der Amtspflege wählte der Kirchenrat Reinhard Felix-Lustenberger (60 Prozent) und Dr. Karin Hegar Stark (30 Prozent) für das verbleibende Pensum.

Am 1. Februar 2008 nimmt das neue Team seine Arbeit auf. Dieser Neuanfang wird durch eine Renovation der Räumlichkeiten an der Hauptstrasse 18 in Muttenz auch äusserlich sichtbar. Dank einem neuen Internetauftritt, gezielter Öffentlichkeitsarbeit und einer intensiven Kurs- und Vortragstätigkeit gelingt es innert kürzester Zeit, den Bekanntheitsgrad der Beratungsstelle massiv zu steigern, was sich unter anderem auch in einer Zunahme der Beratungsgespräche um 30 Prozent gegenüber dem Vorjahr spiegelt.

Als Bilanz nach 40 Jahren darf festgehalten werden: Was 1969 beim Start einem offensichtlichen Bedürfnis entsprach, ist 2009 zu einem ausserordentlich wichtigen Arbeitszweig der reformierten Baselbieter Kirche geworden, der dank der hohen fachlichen und menschlichen Kompetenz und dem grossen Einsatz des gesamten Teams – Beraterinnen, Berater und Sekretärin – für die Zukunft einen Dienst darstellt, auf den nicht verzichtet werden kann. Das belegen nicht zuletzt die vielen positiven Echos von Ratsuchenden, aber auch die stark angestiegenen Spenden, die auf freiwilliger Basis für die an und für sich unentgeltlichen Beratungen geleistet werden.

Pfarrer Markus B. Christ

Aus der Frühzeit der Beratungsstelle

«Wer sich in fremde Händel mischt, gleicht dem Toren, der einen vorübergehenden Hund in die Ohren zwackt.»
Sprüche 26, 17

Der obigen Devise habe ich als Eheberater von 1969 bis 1995 dauernd zuwider gehandelt: Ich mischte mich in fremde Streitigkeiten ein, aber – und das war und ist für mich wesentlich – das Einmischen musste Vertrauen schaffen. Denn auf Vertrauen ist der Eheberater angewiesen, wenn sein Einmischen zur Besserung der Beziehung zwischen den Ehegatten beitragen soll. Ebenso wesentlich ist es, dass er sich als Berater auch wieder «aus-mischt». Der Therapeut muss von Anfang an darauf abzielen, sich wieder überflüssig zu machen: Die Gatten sollen eigenständiger werden und ihre Probleme in Zukunft selber lösen können.

«Aus einem offensichtlichen Bedürfnis wurde ein ausserordentlich wichtiger Arbeitszweig der reformierten Kirche»

Doch nun zurück zum Anfang: Auf den 1. September 1969 waren für die frisch gegründete Eheberatungsstelle Räume im Neubau der Kantonalbank an der St. Jakobsstrasse in Muttenz gemietet worden. Wie das halt bei einem Neubau so ist, an diesem Tage waren die Räume noch nicht fertig. Ich hatte schon mehrere Anmeldungen auf mein Telefon zu Hause erhalten, aber Farben und Filzböden liessen noch auf sich warten.

Endlich, am 11. September, konnte ich abends das erste Ehepaar empfangen. In den Stunden vorher hatte ich noch meinen Schreibtisch eingeräumt und bis zuletzt Staub gewischt. Ich konnte gerade noch meinen neuen weissen Arztkittel anziehen – von der psychiatrischen Klinik, wo ich bis dahin als Oberarzt gearbeitet hatte, war ich das so gewohnt – da standen die Ehegatten auch schon vor der Türe. Ich kümmerte mich um ihre Anlie-

gen, machte mit ihnen einen weiteren Termin ab und verabschiedete sie dann. Als ich den Kittelmantel auszog, merkte ich, dass die Preisetikette noch dran war. So viel zum ersten Tag.

Auf dem Schild beim Eingang stand «Eheberatungsstelle der Landeskirchen Basel-Landschaft»; damals war sie noch eine gemeinsame Stelle der drei Landeskirchen. Von meinen psychiatrischen Kollegen wurde ich zuweilen gefragt: «Was soll denn das bedeuten, dass sich deine Stelle als ‹kirchlich› bezeichnet? Es gibt doch nur gute oder schlechte Eheberatung.» Im Gespräch unter elsässischen, deutschen und schweizerischen Eheberatern einigten wir uns auf die Umschreibung unseres Kölner Kollegen Günther Kohlscheen: «Kirchlich bedeutet in diesem Zusammenhang, dass wir auch den Glaubensfragen unserer Ratsuchenden nicht ausweichen oder sie sogar in eine neurotische Ecke stellen.» Später lernte ich von meinen Ehepaaren zudem, dass sie und ich als kirchlicher Eheberater immer noch ein bisschen mehr Hoffnung haben durften.
«Kirchlich» war für mich wesentlich gewesen, als ich die Stelle antrat und blieb es bis zuletzt. Ich hatte in Willy Bremi einen Konfirmandenpfarrer gehabt, der uns überzeugend in die Welt des freien Protestantismus einführte. Er öffnete mir damit einen mich überzeugenden Weg zum christlichen Glauben. Ich habe aber nie mit den Ehepaaren gebetet oder sie religiös anleiten oder überzeugen wollen, aber sie durften spüren, was, neben der psychiatrischen Ausbildung, das Fundament meiner Arbeit war.

Ich erinnere mich an eine Situation aus der Frühzeit der Eheberatung, in der ich dennoch meine biblischen Kenntnisse verwendete: Eine verhärmte Frau berichtete mir, wie ihr Mann in einem gemischten Verein mit Begeisterung Gymnastik treibe und sich dazu immer besonders ‹schön› zurecht mache; sie aber, seine Frau, wolle er nicht dabei haben. Offensichtlich spiele er sich dort als Gockel auf und betrüge sie mit anderen Frauen. Sie war tiefgläubig und überzeugt, dass sie unchristlich handeln würde, wenn sie eine Trennung der Ehe verlangte. «Ich kanen doch nit zem Tämpel usewärfe!» Ich fragte sie darauf, wer denn wen zum Tempel hinausgewiesen habe, um sie auf den Ursprung dieser Redewendung hinzuweisen. Es wurde ihr natürlich bald klar und sie war erleichtert. Nun konnte sie ihr Ungemach besser ertragen, wusste sie doch, dass sie eine Trennung verlangen durfte, wenn sie das Verhalten ihres Mannes eines Tages nicht mehr ertragen könnte.

Oft wurde ich gefragt, ob ich denn mit meinen Beratungen Erfolg hätte. Ich musste zurückfragen: «Was verstehen Sie unter Erfolg? Ist es auch ein Erfolg, wenn sich ein grässlich zerstrittenes Ehepaar nach der Beratung getraut, sich endlich zu trennen? Ist es ein Erfolg, wenn die Gatten erkennen, dass sie trotz ihrer beiderseitigen Unzulänglichkeiten gemeinsam und zufrieden ihren Weg gehen und ihren Kindern die Entfaltung ihrer Persönlichkeit ermöglichen können? Ist es womöglich schon ein Erfolg, wenn sich beide danach wohler fühlen?»

> «Ist es Erfolg, wenn sich ein grässlich zerstrittenes Ehepaar nach der Beratung getraut, sich zu trennen?»

Zum Schluss möchte ich unserer Landeskirche dafür danken, dass sie mich wohlwollend begleitete und mir sehr viel Freiheit in meiner Arbeit zugestand. Der damalige Kirchenratspräsident Pfarrer Walter Vogt sagte einmal: «Die Kirche hat einen breiten Rücken!» Hinter diesem habe ich mich wirklich frei gefühlt, gute kirchliche Eheberatung treiben zu können.

Dietegen Guggenbühl

Das aktuelle Mitarbeiterteam

Das aktuelle Mitarbeiterteam: Sabine Hofer

Persönliches

- seit 25 Jahren verheiratet
- 1988 Geburt von Seraina
- 1990 Geburt von Tatjana
- in Muttenz daheim

Ausbildung

- Fachpsychologin für Psychotherapie FSP
- Personzentrierte Psychotherapeutin SGGT
- Dissertation im Bereich der Motivation (Förderung von Schülern und Schülerinnen mit einer Lernbehinderung)

Freizeit

- Pflegen von Freundschaften
- Aufenthalt in der Natur (zu Fuss, mit dem Velo)
- die italienische Sprache und Kultur
- Keyboard-Spielen

Berufspraxis

- seit 1998 in der Beratungsstelle für Partnerschaft, Ehe und Familie als Paartherapeutin
- 1996-1998 Psychotherapeutin in eigener Praxis
- 1989-2007 tätig in der Suchtprävention und Gesundheitsförderung in Baselland; u.a. Evaluationsbeauftragte der Gesundheitsförderung Baselland
- 1985-1988: Psychologische Abteilung der Psychiatrischen Universitätsklinik Basel
- 1982-1984: Doktorandenstelle im Nationalfondsprojekt «Verständnis eigener Lernprozesse» an der Uni Basel

Was die Mitarbeitenden an ihr schätzen

- dass sie auch in belastenden und schwierigen Situationen den Humor nicht verliert
- hat viel Geduld
- grosses Einfühlungsvermögen
- hat immer kreative Ideen

Partnerschaftstipps

- der Beziehung einen hohen Wert im Leben einräumen und Zeitgefässe dafür einrichten
- sich immer wieder Zeichen der Wertschätzung und Liebe geben, und seien sie auch noch so klein

Aufgaben in der Beratungsstelle

- Beratung und Therapie von Paaren und Einzelpersonen
- Konzeption und Durchführung von Kursen und Vorträgen sowie Öffentlichkeitsarbeit
- momentan Kontaktperson der Beratungsstelle nach aussen
- Kooperation mit anderen Fachstellen
- Anstellung zu 60 Prozent

Was mir als Psychotherapeutin wichtig ist

- darauf zu achten, dass viele Konflikte in einer Beziehung entstehen, wenn das Grundbedürfnis zumindest einer der Partner nach Bindung nicht befriedigt ist, die Person sich nicht wertgeschätzt fühlt (siehe auch Artikel Seite 26)

Das aktuelle Mitarbeiterteam: Karin Hegar Stark

Persönliches

- verheiratet
- lebt auf einem Bauernhof
- wohnhaft in Schönenbuch BL
- Gemeinderätin in Schönenbuch

Ausbildung

- personzentrierte Psychotherapie
- Doktorat in klinischer Psychologie
- Studium der Entwicklungspsychologie, klinischen Psychologie und Pädagogik an der Universität Basel

Freizeit

- Spaziergänge mit dem Hund in der Natur
- Jogging / Nordic Walking
- Agility (Hundesport)
- Freundschaften pflegen
- lesen

Berufspraxis

- Psychotherapeutin an der Beratungsstelle für Partnerschaft, Ehe und Familie
- Psychotherapeutin auf den Abteilungen Psychosomatik, Diabetologie des Universitätsspitals Basel
- Schulpsychologin an einer Privatschule
- Fachdozentin Psychologie beim Amt für Berufsbildung

Was die Kolleginnen/der Kollege an ihr schätzen

- Klarheit
- hohe Fachkompetenz auch in Sachfragen
- grosses Einfühlungsvermögen
- hilft dem Team die Balance zwischen Anforderungen und vorhandenen Ressourcen zu wahren
- die ruhige und bestimmte Art

Aufgaben in der Beratungsstelle

- Beratung und Therapie von Paaren, Einzelpersonen und Familien
- Anstellung momentan zu 50 Prozent

Partnerschaftstipps

- trotz Partnerschaft ist es wichtig, sich selbst zu bleiben und den eigenen Interessen genügend Raum zu geben
- der Partner kann Ihre Wünsche nicht von den Augen ablesen!

Was mir als Psychotherapeutin wichtig ist

- Beide Partner wahrnehmen und beide Meinungen ernst nehmen
- Die Partner auf dem gemeinsamen Weg unterstützen und nicht Partei ergreifen

Das aktuelle Mitarbeiterteam: Reinhard Felix-Lustenberger

Persönliches

- verheiratet
- Vater von Zwillingstöchtern
- Lebensmittelpunkt in der Zentralschweiz

Ausbildung

- phasisch-systemischer Paar- und Familientherapeut
- Studium der Psychologie, Pädagogik und Soziologie an der Universität Zürich
- Primarlehrer

Freizeit

- Bewegung in der Natur (mit der Familie)
- Segeln
- Kochen
- die Seele baumeln lassen
- faulpelzen

Berufspraxis

- Psychotherapeut in eigener Praxis und an der Beratungsstelle für Partnerschaft, Ehe und Familie
- Suchttherapeut an Suchtfachklinik
- Polizeipsychologe
- 50 Prozent Hausmann
- Fachdozent Psychologie an Schulen des Gesundheitswesens
- Primarlehrer

Was die Kolleginnen an ihm schätzen

- schalkhaft
- bringt Sachverhalte klar auf den Punkt
- Wundertüte
- man kann mit ihm lachen
- arbeitet sehr strukturiert und effizient

Aufgaben in der Beratungsstelle

- Beratung und Therapie von Einzelpersonen, Paaren und Familien
- Konzeption und Durchführung von Kursen und Vorträgen sowie Öffentlichkeitsarbeit
- Kooperation mit anderen Fachstellen
- Anstellung zu 60 Prozent

Partnerschaftstipps

- Entwickeln Sie je Autonomie und pflegen Sie Bezug zu sich, dem Gegenüber, der Familie und Freunden
- Tauschen Sie sich regelmässig über die gemachten Erfahrungen, Ihr Erleben und Ihr Befinden aus
- Informieren Sie deutlich über Ihre Bedürfnisse
- Geben Sie sich selbst Halt, auch emotional

Was mir als Psychotherapeut wichtig ist

- Ein Therapeut ist nicht nur Klagemauer, sondern unterstützt darin, Visionen in klare Ziele umzuformulieren und in konkretes Handeln umzusetzen

Das aktuelle Mitarbeiterteam: Sonja Schori

Persönliches

- verheiratet
- Mutter zweier erwachsener Kinder
- wohne mit meinem Mann in Lausen

Ausbildung

- Handelsschule

Freizeit

- Sport
- lesen
- reisen

Berufliche Tätigkeiten

- Tätigkeit als Buchhalterin und im Personalwesen
- seit 1977 als Sekretärin an der Beratungsstelle für Partnerschaft, Ehe und Familie tätig

Was das Team an ihr schätzt

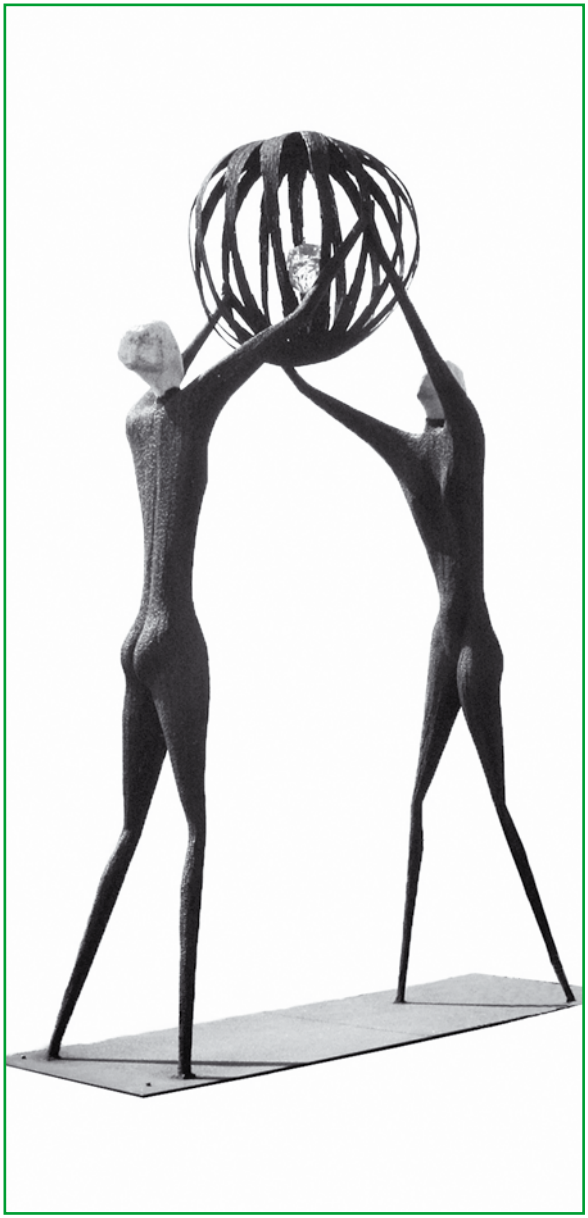
- grosse Loyalität zu allen Mitarbeitenden
- sorgt für eine gute Atmosphäre im Team
- sehr zuverlässig
- ist auch in kleinen Dingen sorgfältig

Aufgaben in der Beratungsstelle

- erste Kontaktperson für die Klienten (Entgegennahme der Neuanmeldungen, Auskunft und Weiterleitung)
- Koordination der Termine
- Führen des Sekretariats
- allgemeine Büroarbeiten
- Anstellung zu 40 Prozent

Partnerschaftstipps

- einander stets achten
- ein gutes Team bilden
- jedem seinen Freiraum lassen



Die Skulptur «MondoGioia»

Diese eindrucksvolle Skulptur vom Künstler Guido Caminada aus Gordevio / Tessin stand in einer Ausstellung am Ufer des Vierwaldstättersees. Sie verkörpert ganz viel von dem, was uns in unserer Arbeit mit Paaren, die ihre Beziehung wieder verbessern und intensivieren wollen, wichtig ist:

- Eine Beziehung ist etwas Kostbares.
- Für eine gelingende Beziehung braucht es den Einsatz beider Partner.
- Es lohnt sich, sich dafür einzusetzen.

Guido Caminada selbst beschreibt seine Skulptur so: «Diese zwei Menschen halten ihre Welt und erfreuen sich an der (zerbrechlichen) Schönheit. Gute Gedanken (weisse Köpfe) und eine solide Bodenhaftung helfen diesem Paar, die Last mit Freude und Erfolg zu tragen.»

Die Amtspflege teilt unsere Begeisterung für diese Skulptur, und so ziert sie unseren Prospekt und unsere Homepage.

Sabine Hofer

Sinn und Zweck der Beratungsstelle für Partnerschaft, Ehe und Familie

In **fünf Hauptaspekten** *stellen wir das Profil der Beratungsstelle für Partnerschaft, Ehe und Familie der reformierten Kirche Baselland dar sowie die Schwerpunkte unseres therapeutischen und beraterischen Handelns.*

Präambel
Die Evangelisch-reformierte Kirche des Kantons Basel-Landschaft unterhält eine Beratungsstelle für Partnerschaft, Ehe und Familie, in der fachkundige Beratungen und Therapien für Menschen mit Beziehungsproblemen durchgeführt werden.

Mit dieser Beratungsstelle und auch anderen kirchlichen Institutionen (Fachstelle für Jugendarbeit, Kirchliche Frauenstelle, Pfarramt für Industrie und Wirtschaft) verfolgt die Reformierte Kirche Baselland das Ziel, Menschen auf ihrem gesamten Lebensweg zu begleiten.

Eine liberale christliche Orientierung ist das Fundament der Beratungsstelle. Ihre Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter wissen sich der Nächstenliebe als Grundlage der christlichen Ethik verpflichtet.

1. Voraussetzungen
1.1 Ethische Grundsätze

- Als Psychotherapeut und Psychotherapeutin ist ein **besonders verantwortungsvoller und achtsamer Umgang** mit den Klientinnen und Klienten, mit der psychotherapeutischen Aufgabe und mit der eigenen Person gefordert.
- In unserer Arbeit unterstützen wir Ratsuchende, sich selbst und die Menschen in ihrem jeweiligen sozialen Umfeld besser zu verstehen.
- Wir achten die Würde, Integrität und Eigenverantwortlichkeit unserer Klientinnen und Klienten.
- Weil wir uns der besonderen Verantwortung unserer Berufsrolle bewusst sind, unterlassen wir jegliche Form von Einflussnahme auf die Weltanschauung und das Wertesystem unserer Klientinnen und Klienten.

1.2 Therapeutische Haltung

Wir bemühen uns um eine therapeutische Haltung, die **Entwicklungs- und Veränderungsprozesse** der Klientinnen und Klienten, ihrer Beziehung untereinander oder zu ihrem Umfeld (Familie, Beruf etc.) ermöglicht. Wir begleiten unsere Klientinnen und Klienten aber auch dabei, bewusst auf Veränderungen zu verzichten.

Unsere therapeutische Grundhaltung ist **personzentriert,** d.h. wir bemühen uns um offenes und klares Wahrnehmen der verbalen und nonverbalen Mitteilungen der Ratsuchenden, um einfühlendes Verstehen ihrer Erlebniswelt und ihrer Probleme, um das Mitteilen dessen, was wir verstanden haben sowie um eine Haltung der Achtung und Wertschätzung.

Der Ausgangspunkt für die therapeutische Arbeit sind die Bedürfnisse der Ratsuchenden. In der Begegnung mit ihnen versuchen wir, uns immer mehr auf ihre innere Welt einzustellen.

Wir würdigen ihre bisherigen Bewältigungsversuche und bestehenden Schutzmechanismen als die ihnen im Moment beste zur Verfügung stehende Möglichkeit, um mit ihren Schwierigkeiten umgehen zu können.

In der Gestaltung der therapeutischen Begegnung kommt unsere Überzeugung zum Ausdruck, dass die Klienten und Klientinnen ganz wesentlichen Anteil an ihrem Entwicklungs- und Veränderungsprozess haben und so ihre Eigenverantwortung wahrnehmen.

Wir arbeiten **ressourcenorientiert,** d.h. wir richten gemeinsam unsere Aufmerksamkeit auf die entwicklungsfördernden Potenziale und eröffnen so einen Ziel- und Lösungsraum. Unter dieser Perspektive ist es hilfreich, Probleme zu Aufgaben umzugestalten und gemeinsam mit den Ratsuchenden Lösungen zu erarbeiten.

1.3 Unsere Leitprinzipien für die therapeutische Arbeit mit Personen in Beziehungsschwierigkeiten

Da wir in sozialen Systemen arbeiten (Paarbeziehung, Eltern-Kind-Beziehung), sind wir neben der personzentrierten Denkweise auch dem systemischen Ansatz verpflichtet, d.h. die Interaktionsweisen und -muster unserer Klientinnen und Klienten mit ihren Bezugspersonen spielen eine wichtige Rolle in den Beratungs- und Therapiegesprächen.

Im Zentrum unserer Arbeit stehen Beziehungen. Wir bemühen uns, gemeinsam mit den Klientinnen und Klienten zu verstehen, welche wiederkehrenden Beziehungsmuster ablaufen. Solche Wiederholungen können grosses Leiden verursachen. Gemeinsam suchen wir nach Visionen der gewünschten Zukunft, erarbeiten konkrete Zielsetzungen und unterstützen unsere Klientinnen und Klienten dabei, Schritte in Richtung Zielerreichung zu tun.

Um die aktuellen Muster verstehen und einen Zukunftsentwurf gestalten zu können, bedarf es häufig der **Förderung der Kommunikation, der Konfliktlösefähigkeit und der Verhandlungsbereitschaft** des Paares sowie der Fähigkeit, den eigenen Standpunkt klar zu vertreten.

Als besondere therapeutische Haltung mit Paaren und Systemen bemüht sich der Therapeut bzw. die Therapeutin um Allparteilichkeit.

In der Therapie vermitteln wir als Therapeuten dem Paar Zuversicht und Hoffnung. Wir glauben an ihre Fähigkeit, Schritte tun zu können, die zu gewünschter Entwicklung und Veränderung führen.

Bei dem Bemühen um das Verstehen der Ratsuchenden bzw. der Muster in ihrer Beziehung berücksichtigen wir die aktuelle Lebensphase des Paares.

2. Anforderungen an die Stelleninhaber und Stelleninhaberinnen

Voraussetzung für die Tätigkeit an der Beratungsstelle ist eine fundierte psychotherapeutische Ausbildung gemäss der Regierungsverordnung über nicht-ärztliche Psychotherapie (kantonale Praxisbewilligung).

Die Therapeutinnen und Therapeuten reflektieren ihre eigene Tätigkeit kritisch sowohl in der Vor- und Nachbereitung der Gespräche als auch im Rahmen von Inter- und / oder Supervision.

Sie kennen ihre **Grenzen** und weisen die Ratsuchenden gegebenenfalls an geeignete Stellen weiter.

Sie sind bereit, sich u.a. mit folgenden Themenbereichen in den Gesprächen auseinanderzusetzen:

- Individuelle Bedürfnisse nach Nähe und Distanz
- Überdenken der Aufteilung von Kinderbetreuung, Haushalt, Finanzen, Freizeitgestaltung etc.
- Religiöse Fragen
- Sexualität
- Fragen im Zusammenhang mit unerwünschter Schwangerschaft
- Gleichgeschlechtliche Partnerschaft
- Faire Trennung
- Gewalt (emotionale, körperliche, sexuelle, ökonomische etc.) in Beziehungen

Sie leisten Öffentlichkeitsarbeit in Form von Publikationen, Kursen und Vorträgen zur Beziehungsförderung u.ä.

Sie sind um ihre persönliche Fortbildung zur Optimierung ihrer Beratungs- und Therapietätigkeit besorgt.

3. Unsere Ziele

Unsere **Ziele in der Beratungstätigkeit und in den Therapien** bestehen darin,

- die Klientinnen und Klienten im konstruktiven Umgang mit ihrem Leidensdruck zu unterstützen,
- den gegenseitigen Respekt und die Achtung der Ver-

schiedenheiten der Partner zu begünstigen,
- das Einfühlungsvermögen, die Einsichtsfähigkeit in die momentan bestehende Situation, die Kommunikations- und die Konfliktfähigkeit des Paares zu verbessern
- die Selbstwirksamkeit und Selbstbestimmung beider Partner zu stärken.

Unsere **Ziele in der Öffentlichkeitsarbeit** sind
- Impulse zur Beziehungsförderung zu geben,
- bereits zu einem frühen Zeitpunkt positive Weichenstellungen für eine weitere gemeinsame Zukunft zu ermöglichen,
- die Schwellenangst vor dem Aufsuchen unterstützender Beratungsangebote zu senken.

4. Unser Angebot

Der **Schwerpunkt unserer Arbeit** liegt bei der **Beratung und Therapie** von Personen aus dem Kanton BL, die Beziehungsschwierigkeiten haben. Dabei kann es sich um Einzelpersonen, Paare oder Familien handeln.

Darüber hinaus ist es uns ein Anliegen, uns zu einem frühen Zeitpunkt für die Förderung von Beziehungen einzusetzen: Durch ein **Angebot von Kursen und Vorträgen** zu verschiedenen Themen (z.B. Ressourcen in der Partnerschaft, Paare im Gespräch, Umgehen mit Elternschaft etc.) möchten wir die Beteiligten von Beziehungssystemen in ihrer Fähigkeit fördern, ihre Entwicklungsaufgaben, Lebensumstände und Schwierigkeiten wachstums- und entwicklungsorientiert zu bewältigen.

Bei diesem Angebot handelt es sich auch um eine Form von **Öffentlichkeitsarbeit** mit dem weiteren Ziel, das Beratungs- und Therapieangebot unserer Stelle einem breiteren Publikum bekannt zu machen und so die Schwellenangst zu senken.

Zielgruppe dieses Angebotes sind in erster Linie Kirchgemeinden, die im Rahmen der Erwachsenenbildung Veranstaltungen zur Beziehungsförderung organisieren wollen.

Das Angebot ist grundsätzlich kostenlos. Wir bitten alle, die unsere Dienstleistungen beanspruchen, unsere Arbeit mit einer freiwilligen Spende zu unterstützen.

5. Ist-Zustand

Die Liegenschaft in Muttenz verfügt über ein Sekretariat, je einen Beratungsraum für die Psychotherapeuten sowie ein Wartezimmer, eine Bibliothek und eine Küche.
Die Beratungsstelle ist mit öffentlichen Verkehrsmitteln sowohl für das untere als auch das obere Baselbiet gut erreichbar.
Momentan arbeiten vier Personen in der Beratungsstelle, eine Sekretärin zu 40 %; ein Psychotherapeut zu 60 % und zwei Psychotherapeutinnen zu 60 % resp. 30 %.
Die Beratungsstelle ist von Montag bis Donnerstag von 09.00 bis 12.00 direkt unter 061 461 61 77 erreichbar.
Die Termine für die Beratungsgespräche finden nach Vereinbarung statt.
Wartezeiten für Neuanmeldungen betragen üblicherweise zwischen einer und vier Wochen.
Wir verstehen uns nicht als Kriseninterventionsstelle und weisen in akuten Notsituationen an andere Stellen weiter.

Informationen über unsere Angebote:
- Faltprospekt: Beratungsstelle für Partnerschaft, Ehe und Familie
- Prospekt zu Angeboten der Beziehungsförderung
- Homepage unter www.paarberatung-refbl.ch

Sabine Hofer
Karin Hegar
Reinhard Felix-Lustenberger

Von der Amtspflege genehmigt am 5. Mai 2009
Vom Kirchenrat zur Kenntnis genommen am 11. Mai 2009

Anmerkung: In diesem Text werden die Ausdrücke: Klienten / Klientinnen und Ratsuchende synonym verwendet

Das Angebot einem breiteren Publikum bekannt machen

Wie im Profil der Beratungsstelle (vgl. Seite 19 ff der Jubiläumsschrift) dargestellt, gehört die Öffentlichkeitsarbeit neben der Beratung und Therapie zu unseren Aufgaben. Das Ziel dieser Öffentlichkeitsarbeit besteht darin, uns für die Förderung von Beziehungen einzusetzen.

Unser Angebot an Publikationen, Kursen und Vorträgen will alle Beteiligten an Beziehungssystemen in ihrer Fähigkeit fördern, ihre Entwicklungsaufgaben, Lebensumstände und Schwierigkeiten wachstums- und entwicklungsorientiert zu bewältigen.
Einzelpersonen geben wir Impulse zur Beziehungsförderung, indem wir sie darin unterstützen, das Gefühl des eigenen Selbstwertes zu stärken, sich selbst realistisch wahrnehmen und als selbstwirksam erfahren zu können. Im Umgang mit Anderen fördern wir das Einfühlungsvermögen, die Kommunikations- und Konfliktfähigkeit sowie den Aufbau eines sozialen Netzes.

Paare sollen lernen, positive Schlüsselmomente in ihrem bisherigen gemeinsamen Weg zu erkennen und erfahren, wie sie solche auch in der Zukunft schaffen können. Ebenso sollen schwierige Momente in der Partnerschaft verstanden werden und die Paare sollen Wege finden, wie sie solche Herausforderungen konstruktiv bewältigen. Diese Zusammenhänge sind in Abbildung 1 (Grafik Beziehungsförderungskonzept) dargestellt.

Ferner beabsichtigen wir, mit der Öffentlichkeitsarbeit das Beratungs- und Therapieangebot unserer Stelle einem breiteren Publikum bekannt zu machen und so die Schwellenangst zu senken.

Thema: Scheidung

In der Partnerschaftsberatung sehen wir oft Paare, die schon seit längerer Zeit nicht mehr wirklich miteinander, sondern eher nebeneinander leben. In der Paarberatung geht es dann darum, wieder mehr Nähe zu schaffen, Wunden zu heilen und Risse zu «kitten». Die Frage, die wir uns dabei immer wieder stellen, lautet: Muss es denn so weit kommen? Was können Paare tun, um Trennungen zu verhindern?

In unserer Kultur besteht die Möglichkeit, sich scheiden zu lassen. Folgende Faktoren haben einen Einfluss darauf, ob eine Ehe weitergeführt wird oder nicht: Empfinden die Partner einen externen Druck (z.B. familiär oder gesellschaftlich), verheiratet zu sein, so kann das zum Fortbestand der Ehe führen. Alternative Beziehungsmöglichkeiten, die positiver bewertet werden als die bestehende Ehe, können zur Auflösung der Beziehung führen.

Auf die Stabilität einer Ehe wirkt sich aber vor allem auch die erlebte Qualität der Ehe aus. Die Ehequalität lässt sich mit folgenden drei Bereichen beschreiben:

1. Wie zufrieden ist das Paar mit dem verwirklichten Lebensstil (Beruf, Freizeit, Aufteilung der Hausarbeit)
2. Wie befriedigend wird die Interaktion in der Ehe erlebt (Streitverhalten, Zärtlichkeit, Gemeinsamkeiten, Kommunikation)
3. Welche sozialen und personalen Ressourcen (Unterstützungsangebote, angemessene Rollenbilder) stehen zur Verfügung.

Trotz des Zusammenhangs von Ehequalität und Ehestabilität lassen sich aber weder alle Paare scheiden, die in niedriger Beziehungsqualität leben, noch bleiben alle Paare zusammen, die eine hohe Beziehungsqualität verwirklicht haben.

So gesehen wird das Scheidungsrisiko zu einem Balanceakt: in der einen Waagschale liegen Belastungen aus individuellem Alltagsstress und problematischen Persönlichkeitsmerkmalen und auf der anderen Seite, als ausgleichendes Gegengewicht, individuelle Bewältigungsmechanismen (realistische Wahrnehmung, angemesse-

ner sozialer Rückhalt, Kommunikations- und Problemlösekompetenz).

Den geschilderten beziehungserodierenden Mechanismen suchen wir mit unserem Angebot an Kursen und Vorträgen zu begegnen.

Diese Angebote machen wir in Kooperation mit den Kirchgemeinden, anderen Fachstellen (z.B. Frauenstelle der reformierten Kirche), dem Bildungszentrum Leuenberg oder arbeiten sie in Eigenregie aus.

Vorträge und Kurse

Durch Wissensvermittlung wollen wir die Teilnehmenden unserer Veranstaltungen für zentrale Beziehungsthemen, die im Laufe eines Lebens üblicherweise vorkommen, sensibilisieren. Durch Verstärkung oder Aufbau von Schlüsselkompetenzen bereiten wir die Teilnehmenden auf Entwicklungsaufgaben und den Umgang mit verschiedenen Ereignissen, die im Laufe des Lebens üblicherweise auftreten, vor.
Dabei richten wir unser Angebot insbesondere an Men-

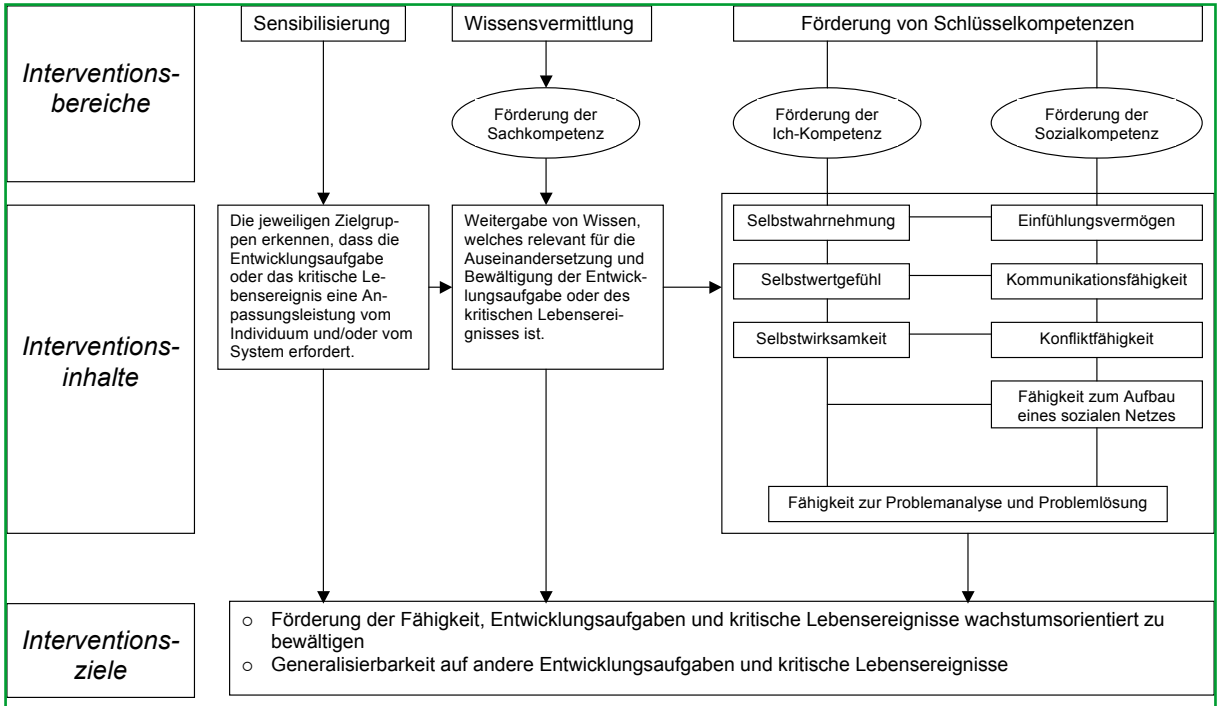


Abbildung 1: Interventionsbereiche, -inhalte und -ziele der Entwicklungs- und Beziehungsförderung

schen, die sich in Phasen des Übergangs befinden oder mit herausfordernden Lebensereignissen konfrontiert sind:

- Zusammenzug in eine gemeinsame Wohnung
- Heirat sowie Bewältigung des Alltags inkl. Aufteilung von Erwerbs- und Hausarbeit
- Schwangerschaft und Geburt
- Umgang mit Fragen zur Erziehung
- Sucht, Delinquenz, Krankheit und Invalidität
- Arbeitslosigkeit
- Trennung, Scheidung und Verlusterfahrungen durch Todesfälle oder Auszug der Kinder
- Wiederverheiratung
- Pensionierung

Im Jubiläumsjahr wurden folgende Kurse neu ins Angebot aufgenommen:

- Männer und Väter in Trennungssituationen
- Eltern werden ohne Paarstress
- Paare in der Lebensmitte

Ferner sind bereits folgende Kurse und Referate im Angebot:

- Ressourcen in der Partnerschaft
- Paare im Gespräch
- Streit ja – Gewalt nein
- Umgang mit Elternschaft
- Geschwisterkinder (ein Angebot für Menschen mit Geschwistern, die eine Behinderung haben)
- Lebensbalance
- Family-life

Sabine Hofer
Karin Hegar
Reinhard Felix-Lustenberger

Fakten zum Thema Scheidung

85 Prozent der Fünfzigjährigen waren mindestens einmal verheiratet. Sich zu verheiraten scheint also ein weit verbreitetes Verhalten zu sein. Rund 80 Prozent der frisch Verheirateten sind mit ihrer Beziehung zufrieden und schätzen ihr Scheidungsrisiko als Null ein. In den ersten fünf Ehejahren lassen sich dann aber doch jedes dritte bis zweite Paar scheiden. 56 Prozent der Geschiedenen haben Kinder. Scheidungen sind nicht nur für Erwachsene, sondern auch für die betroffenen Kinder eine erhebliche Belastung. Drei Viertel der Geschiedenen verheiraten sich innerhalb der ersten drei Jahre nach der Scheidung erneut. Zweit- und Dritt-Ehen weisen eine höhere Scheidungsrate auf als Erst-Ehen. Geschiedene weisen ein erhöhtes Armutsrisiko auf und beklagen häufig körperliche und/oder psychische Beeinträchtigungen. Dabei lässt sich nicht schlüssig sagen, ob diese Beeinträchtigungen Folgen oder Begünstigungsfaktoren von Scheidungen sind.

(Hahlweg, Kurt; Baucom, Donald H. 2008. Partnerschaft und psychische Störung. Fortschritte der Psychotherapie.
Band 34. Göttingen: Hogrefe.)

Warum es sich lohnt mit anderen Fachstellen zusammenzuarbeiten

Weiterbildung

Kurse, die ich in Zusammenarbeit mit anderen Fachstellen vorbereite, geraten immer wieder zur kostenlosen Weiterbildung für mich.

Wer mit Sabine Hofer zusammenarbeitet, lernt durch die Art, wie sie ihre Inputs gestaltet, beiläufig ganz viel über gute Gestaltung der eigenen Partnerschaft.

Ich konnte Anregungen über Zeitinseln in der Partnerschaft nach Hause nehmen, lernte die Grundregeln des Zwiegesprächs und wurde sensibilisiert für das Erkennen von Stress bei meinem Gegenüber.

Ich bin sicher, wenn die Vertreterinnen und Vertreter der verschiedenen Fachstellen miteinander zusammenarbeiten, erhöhen sich die Kompetenzen und das Fachwissen der verschiedenen kantonalkirchlichen Angestellten.

«Durch Fachstellen-Zusammenarbeit erhöhen sich Kompetenzen und Fachwissen der kantonalkirchlichen Angestellten.»

Gemeinsam ist mehr möglich

Wie kann ich als Leiterin einer Frauenstelle einen Kurs anbieten, der für junge Paare, Männer und Frauen, gedacht ist in der Phase der Familiengründung? Dieser Moment ist jedoch in der Biographie wichtig für die Gleichstellungsentwicklung.

Genau in diesem Moment entscheidet sich, wie die Rollenteilung in Zukunft gelebt wird, und ob beide Elternteile sich Berufs- und Familienarbeit teilen werden.

Die Frauenstelle kann einen solchen Kurs nur in Zusammenarbeit mit einer kompetenten Fachperson für Männer-, Beziehungs- und Familienfragen anbieten, zum Beispiel mit Reinhard Felix-Lustenberger von der Beratungsstelle für Partnerschaft, Ehe und Familie.

Manchmal ist eine Veranstaltung auch zu teuer für eine einzige Stelle. Referentin und Infrastruktur kosten eigentlich viel zu viel für das eher kleine Zielpublikum. Aber es ist wichtig, dass sich die Kirche in diesen Bereichen engagiert.

So werden im September 2009 die Beratungsstelle für Partnerschaft, Ehe und Familie zusammen mit der Frauenstelle einen «Geschwistertag» anbieten für Geschwister von Kindern mit einer Behinderung.

Erfahrungsgemäss kommen nicht mehr als zehn junge Menschen, für diese ist ein solcher Kurs aber von grosser Bedeutung.

Spass und gute Kontakte

Wer zusammen arbeitet, lernt sich automatisch besser kennen. So wächst die gegenseitige Wertschätzung, es finden ehrliche Auseinandersetzungen statt, gegenseitige Witzeleien werden möglich, oft bleibt auch Raum für kurze persönliche Gespräche.

So wird die Arbeitsatmosphäre angenehmer, die Arbeitswege werden kürzer und schon bald entsteht wieder ein neues Projekt.

Denn: Zusammenarbeit macht einfach mehr Spass.

Pfarrerin Anja Kruysse
Leiterin Kirchliche Frauenstelle Baselland

Ich brauche dich – bist du für mich da?

Oder: Wie könnte eine Paartherapie aussehen?

Aus einer fiktiven Paartherapie-Sitzung

Herr Mayer schaut seine Frau mit ärgerlichen Augen an und schüttelt immer wieder den Kopf.

Herr Mayer: «Ich kann das einfach nicht verstehen. Wie konntest Du das machen?»

Frau Mayer: «Aber ich gehe doch jeden Dienstag ins Training!»

Herr Mayer: «Du bist einfach weggegangen. Ich war so wütend, so ärgerlich und so enttäuscht.»

Frau Mayer: «Wieso hast du denn nichts gesagt?»

Herr Mayer: «Aber ich hab dir doch gesagt, dass ich wieder eine Absage gekriegt habe. Die dritte in dieser Woche. Das habe ich einfach nicht mehr auf die Reihe gekriegt. Aber dir sind ja das Turnen und die Turnfreundinnen wichtiger als ich. Dreimal in der Woche Training. Nie hast du Zeit für uns. Und dann immer mit diesem Fitnesstrainer.»

Frau Mayer: «Was hat denn Kevin damit zu tun? Du verbringst ja auch Stunden mit der vom Arbeitslosenkurs!»

So oder ähnlich könnte sich ein Dialog in der Paartherapie abspielen. Das Vorwurfspingpong würde wahrscheinlich noch lange dauern, wenn sich die Therapeutin oder der Therapeut nicht einschalten und den Prozess verlangsamen würde.

Therapeutin: «Ich möchte Sie hier einmal unterbrechen und mit Ihnen zusammen zu verstehen versuchen, was hier eigentlich passiert. – Herr Mayer, Sie sind am Dienstag sehr enttäuscht und traurig nach Hause gekommen, weil es wieder nicht geklappt hat mit der Stelle. Sie wollten mit Ihrer Frau die ganze Sache besprechen.»

Herr Mayer: «Ja, ich hatte so darauf gehofft, dass es diesmal klappt. Es wäre eine tolle Stelle gewesen. Mit den anderen Mitbewerbern wurde ein gemeinsames Gespräch geführt. Weil ich schon so viele Absagen gekriegt habe, habe ich mir gar nichts mehr zugetraut. Und als dann so eine wichtige Frage kam, hatte ich ein Blackout. Mir ist einfach nichts mehr eingefallen. Es war schrecklich. Und dann komm ich nach Hause und dann so was!» (Herr Mayer deutet mit vorwurfsvollem Blick auf seine Frau).

Therapeutin: «Sie waren sehr wütend und enttäuscht.... Und Sie haben sich sehr alleine gelassen gefühlt von Ihrer Frau.... Etwas von dem ist auch jetzt noch spürbar... Was hätten Sie von Ihrer Frau gebraucht an diesem Abend?»

> «Das Vorwurfspingpong würde noch lange dauern, wenn sich die Therapeuten nicht einschalten würden.»

Herr Mayer: «Dass Sie sich für mich interessiert, dass ich es ihr hätte erzählen können. Dass sie mich wieder aufgemuntert hätte. Einfach, dass ich gespürt hätte, ich bedeute ihr noch etwas. Ich habe mich so als Versager gefühlt.»

Therapeutin: «Könnten Sie Ihrer Frau jetzt sagen, was sie von ihr brauchen?»

Herr Mayer: «Nein!»

Therapeutin: «Das ist zu gefährlich?»

Herr Mayer: «Ja, sie versteht das ja doch nicht. Sie hat es ja am letzten Dienstag auch nicht verstanden, wieso soll sie es da jetzt verstehen?»

Therapeutin: «Es würde so weh tun, wieder nicht verstanden zu werden...?. Sie brauchen irgendwie die Sicherheit, dass sie sorgfältig reagiert?»

Herr Mayer: «Ja.»

Therapeutin: «Frau Mayer, wie geht es Ihnen damit, wenn Sie Ihrem Mann so zu hören?»

Frau Mayer: «Zu gefährlich, zu gefährlich. ... Das kann ich nicht verstehen. Ich hätte allen Grund, ihm nichts mehr zu sagen. So wie er mich sitzen gelassen hat, als meine Mutter gestorben ist. Da hätte ich ihn so gebraucht, und er war nicht da für mich. Er kann mit mir nicht umgehen, wenn ich traurig bin.»

Therapeutin: «Da ist auch ein grosse Verletzung, die Sie erlebt haben... Das ist wichtig, dass wir da auch einmal darauf zu sprechen kommen. Ist es möglich, dass wir jetzt noch einmal die Situation vom letzten Dienstag anschauen, und was Ihr Mann da von Ihnen gebraucht hätte?»

Frau Mayer: «Er hätte es ja sagen können. Aber er sagt ja nie was.»

Therapeutin: «Wie fühlt sich das in Ihnen an, wenn Sie hören, dass Ihr Mann sich nach Ihrer Nähe gesehnt hat, danach, mit Ihnen darüber zu reden, wie enttäuscht er ist, dass es wieder nicht geklappt hat mit der Stelle... Dass er Ihre Bestätigung gebraucht hätte?»

Frau Mayer schweigt eine Weile: «Ich wusste nicht, dass ich so wichtig für ihn bin. Ich wusste nicht, dass er mich braucht. Er regelt und macht doch immer alles alleine. ...» Sie schweigt lange. «Es tut mir weh, dass ich es nicht gemerkt habe, dass ich dich alleine gelassen habe...!»

Die Interventionen der Therapeutin in diesem Gesprächsausschnitt basieren auf den Erkenntnissen der Emotionsfokussierten Paartherapie (EFT) (Greenberg & Goldmann, 2008, Johnson, 2004; 2008). Diese Art der Paartherapie stellt für mich die Landkarte dar, mit der ich mich als Therapeutin im Land der Paarbeziehungen bewege. Obwohl jede Paarbeziehung einzigartig ist, werden Beziehungsschwierigkeiten meist durch ähnliches Erleben ausgelöst: Sie entstehen, wenn sich einer oder beide Partner nicht wertgeschätzt fühlen, wenn sie den Eindruck haben, nicht wichtig für den anderen zu sein, wenn sie sich alleine gelassen fühlen.

Warum ist das so?

Wir sehnen uns nach Bindung und Verbundenheit:

Die theoretische Grundlage von EFT ist die Bindungstheorie (Bowlby, 2005; 2006): Jeder Mensch hat ein Grundbedürfnis nach Bindung. Das heisst wir alle brauchen Menschen, auf die wir uns verlassen können, die für uns da sind, die auf uns eingehen und sich für uns einsetzen. Deshalb suchen wir Freunde und Lebenspartner.

«Unsere Partnerschaft ist kein sicherer Hafen mehr, von wo wir die Welt erforschen und wohin wir zurückkehren können.»

Zu Beginn einer Beziehung lassen wir einander in vielfältiger Weise spüren, wie wichtig wir füreinander sind und dass wir füreinander da sind. Unser Partner / unsere Partnerin ist der Mittelpunkt unserer Welt. Mit der Zeit drängen aber auch wieder andere Bezugspersonen, Aufgaben und Bereiche in unser Leben. Wir fühlen uns zurückgesetzt, haben den Eindruck, weniger wichtig zu sein, erleben vielleicht Situationen, in denen wir uns allein gefühlt haben, so wie Herr Mayer im obigen Beispiel. Unsere Partnerschaft ist nicht mehr der sichere Hafen für uns, von dem aus wir die Welt erforschen und wohin wir wieder zurückkehren können. Haben wir das Gefühl,

diese Sicherheit und Geborgenheit zu verlieren, kommen Angst und Panik in uns hoch. Wir fürchten, die Zuwendung des Menschen zu verlieren, der uns so wichtig ist. Oft probieren wir dann, die Zuwendung wieder zu bekommen. Statt dass wir sagen, was wir brauchen, nehmen Ärger und Enttäuschung überhand. Wir machen Vorwürfe, klagen an, kontrollieren, fordern und vieles mehr.

Schnell sind wir in einem Teufelskreis gefangen: Je mehr der eine Partner versucht, den anderen mit Vorwürfen und Anklagen zu Reaktionen zu bewegen, um so mehr wird sich der andere zurückziehen. Beide erhalten nicht mehr das, was sie am nötigsten brauchen.

Oft kommen Paare zu uns in die Therapie, wenn sie in solchen Teufelskreisen gefangen sind und alleine den Ausstieg nicht mehr schaffen.

Wie kann eine Paartherapie ablaufen?

Eine Paartherapie hat verschiedene Phasen und folgende allgemeine Ziele:

Haben Paare sich dazu entschlossen, eine Paartherapie zu machen, um ihre Beziehung zu verbessern, so bestehen die allgemeinen Ziele der Therapie darin,

- die positive Bindung und Verbundenheit zu fördern
- das Band der Liebe zu stärken
- beide Partner darin zu bestärken, ihre Wünsche und Bedürfnisse in die Partnerschaft einzubringen
- und Möglichkeiten kennen zu lernen, wie das Band der Liebe nach Verletzungen wieder «repariert» werden kann.

In einer ersten Phase geht es darum, die Teufelskreise miteinander aufzuzeigen und zu verstehen. Welches sind die Gefühle hinter der Wut und dem Ärger, die an der Oberfläche sichtbar sind? Oft liegen darunter unbefriedigte Bindungsbedürfnisse:

- sich nicht akzeptiert und nicht verstanden fühlen;
- das Gefühl haben, nicht wichtig für den anderen zu sein;
- das Gefühl haben, nicht geliebt zu werden;
- sich nicht wertgeschätzt fühlen;
- sich alleine gelassen fühlen.

Es kommt zu einer De-Eskalation, wenn es gelingt, die bestehenden Teufelskreise und Konflikte aus dieser Perspektive zu betrachten. Der Ausschnitt der fiktiven Therapiesitzung ist ein Beispiel dafür, wie ein schwieriger Moment in einer Partnerschaft noch einmal ganz genau miteinander angeschaut wird, um so besser verstehen zu können, warum sich die beiden Partner jeweils so verhalten haben.

«Je mehr der Eine versucht, den Anderen mit Vorwürfen zu Reaktionen zu bewegen, umso mehr zieht sich der Andere zurück.»

Die zweite Phase der Paartherapie hat zum Ziel, die Bindung und Zuneigung wieder herzustellen. Die Paare lernen, einander ihre tiefen Bedürfnisse zu sagen und Verletzungen zu vergeben. Sie lernen auch ihre wunden Punkte kennen und achten.

In der letzten Phase der Therapie geht es darum, die positiven Veränderungen zu festigen: Mit dem Paar wird gemeinsam z.B. überlegt, welche Rituale sie machen können, um ihre Bindung zueinander immer wieder zu stärken und wie sie achtsam werden für die positiven Momente in ihrer Beziehung. Hilfreich kann auch sein, wenn das Paar miteinander anschaut, welche Schritte der Veränderung sie in der Therapie gemacht haben und wie sie sich ihre zukünftige Liebesgeschichte vorstellen.

Diese Phasen werden meist nicht linear durchlaufen. Ein Paar, das sich schon in Phase 2 befindet, kann wieder Elemente von Phase 1 in einer späteren Therapiestunde durchleben.

Safety first

Wieder eine sichere Bindung zwischen den Partnern herzustellen, ist das vorrangige Anliegen einer Therapie, bei der es um den Erhalt der Beziehung geht. Das emotionale Band der Liebe soll dadurch wieder gestärkt werden, dass die Teufelskreise miteinander angeschaut werden. Dadurch erkennen die Partner, dass Bedürfnisse nach Nähe und Verbundenheit unter dem Ärger liegen. So spüren sie wieder, dass sie wichtig füreinander sind. Wenn die Beziehung wieder eher ein sicherer Hafen ist, können die weiteren Konflikte konstruktiver angegangen werden: Es geht nicht mehr um Kampf, sondern darum, Lösungen zu entwickeln, in denen die Bedürfnisse beider berücksichtigt werden.

Was macht der Therapeut / die Therapeutin?

Eine Grundvoraussetzung dafür, dass Paartherapie gelingen kann ist, dass beide Partner den Therapeuten als ein sicheres und verlässliches Gegenüber erleben. Die Therapie muss ein sicherer Ort sein, in dem sich beide Partner in gleicher Weise akzeptiert, verstanden und wertgeschätzt fühlen.

«Die Therapie muss ein sicherer Ort sein, wo sich beide Partner akzeptiert, verstanden und wertgeschätzt fühlen.»

Die Grundhaltung des Therapeuten in der EFT kommt aus der personzentrierten Psychotherapie von Rogers (Rogers & Schmidt, 1991): Der Klient ist der Experte für seine Erlebniswelt. Der Therapeut ist der Experte für den Therapieprozess. Die oben beschriebenen drei Phasen der Therapie sind hier wichtige Wegweiser.

Die Annahme, dass jeder Mensch ein Grundbedürfnis nach Bindung hat und die Bindungstheorie stellen für den Therapeuten die Landkarte dar, mit deren Hilfe er sich in der Therapiesitzung bewegt. Daher wird er vor allem Signale und Äusserungen der Paare aufnehmen, bei denen es sich um Gefühle, um Teufelskreise und um Bindung und Verbundenheit handelt.

Der Therapeut widmet sich sowohl den Sicht- und Erlebnisweisen der Partner als Einzelpersonen als auch der Interaktion des Paares.

In diesem Beitrag ist eine mögliche Form der Paartherapie dargestellt, die emotionsfokussierte Paartherapie. Therapeuten arbeiten meist so, dass sie eine bestimmte Therapierichtung als Grundlage haben, die ihrer Persönlichkeit entspricht. In die konkreten Therapien beziehen sie aber oft Elemente anderer Richtung mit ein, wenn es für den Prozess und die Klienten hilfreich ist.

Sabine Hofer
Karin Hegar
Reinhard Felix-Lustenberger

Literaturangaben

- Bowlby, John: Frühe kindliche Bindung und Entwicklung. 5. Auflage, Verlag Reinhardt, 2005.
- Bowlby, John: Bindung. Verlag Reinhardt, 2006.
- Greenberg, Leslie & Rhonda Goldman: Emotion-focused Couple Therapy. The Dynamics of Emotion, Love and Power. American Psychological Association. 2008.
- Johnson, Sue: The Practice of Emotionally Focused Couple Therapy. Creating Connection. Brunner-Routledge. New York, 2004.
- Johnson, Sue: Hold me tight. Little, Brown and Company, New York, 2008.
- Rogers, Carl & Schmid, Peter F.: Person-zentriert. Grundlagen von Theorie und Praxis. Matthias Grünewald Verlag, Mainz, 1991.

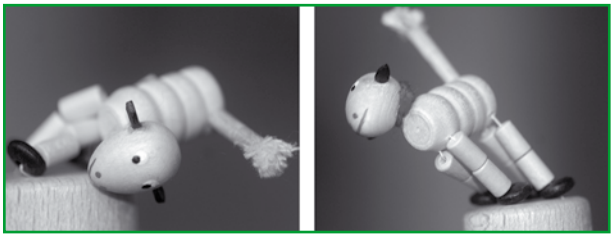
Notizen einer Therapie

Liebe Sarah

Danke für deine Mail. Du erinnerst dich, wie du mich anfangs Sommer verzweifelt vor dem COOP angetroffen hast, wie ich gleich zu weinen begann, als du mich fragtest, wie's mir ging. Und dann hast du mich offenbar kürzlich in der Martinskirche sichtlich zufrieden ein Konzert geniessen sehen und hast dich gefragt, was dazwischen geschehen sein mochte. Danke für deine Nachfrage und deine Zuwendung! Ich erzähle dir gern ein wenig von meinen Erfahrungen und Lernprozessen.

Chaos

Als ich mich im Frühsommer auf der Beratungsstelle in Muttenz gemeldet und um Beratung gebeten hatte, war ich am Ende. Ich war so verzweifelt und vom monatelangen Ringen zermürbt, meine Gefühle waren ein wüstes Chaos! Ich hatte mehrere Blasen- und Nierenbeckenentzündungen hinter mir und konnte weder ruhig schlafen noch mit Appetit essen.



Die erste Sitzung auf der Beratungsstelle bei Reinhard Felix galt denn auch einer Standortbestimmung. Und schon das half: Ich musste – um meine Situation des Hungerns und Entbehrens in meiner Ehe und des schrecklichen Dilemmas in meiner Aussenbeziehung zu schildern – erstmal Ordnung in Gedanken und Worte bringen, sie aus mir heraus stellen. Reinhard Felix brachte in einer kurzen Zusammenfassung die verworrene Situation klar und schonungslos auf den Punkt. Er erklärte mir ganz ruhig ein paar psychologische Grundsätze, die mir aber fast den Atem nahmen. Wenn ich diese auf meine Situation anwandte, wurde mir auf einmal klar, welchen Weg ich zu gehen hatte: den, der mich am meisten ängstigte, den Weg, der mir aber am meisten Entwicklungspotential bot – den des Allein-Lebens. Er illustrierte meine Reaktion auf diesen happigen Brocken mit einer Geschichte, die mich in den folgenden Wochen begleitete und mir Mut machte. Es war die Geschichte des russischen Bauern, dessen einziges, kostbarstes Pferd ausbrach. Die Dorfgemeinschaft stufte dieses Ereignis und alle folgenden stets in Glück oder Unglück ein. Der Bauer aber riet besonnen, die nächsten Geschehnisse abzuwarten, die dann prompt die zuvor als richtig erschienene Kategorisierung ins Gegenteil verkehrten. Ich verstand: Alles, was mir heute als Schicksalsschlag oder Katastrophe erscheint, kann sich später vielleicht als wertvolle Erfahrung entpuppen.

Angst und Mut

In einer der nächsten Sitzungen war das Thema «Angst» zentral, zum Beispiel Angst vor dem Allein-Leben. Mein Berater gab wieder einen fachlichen Input über das Phänomen Angst und über mögliche Umgangsweisen damit. Er fütterte sozusagen meinen wissbegierigen Kopf, um dann aber mit Metaphern und Bildern die Sprache meines Gemüts zu sprechen. Einmal hat er meinen Zustand der Niedergeschlagenheit und Erschöpfung mit jenen Klick-Tierchen verglichen: Auf Daumendruck knicken die Figürchen in ihren Gelenken ein, gehen traurig in die Knie, lassen den Kopf hängen oder klappen ganz zusammen. Reduziert man den Druck und lässt los, gewinnen sie sofort an Spannung und stehen bald wieder putzig und stramm da! An einer Weihnachtsausstellung entdeckte ich solche Klicktierchen und musste mir gleich ein gelbes Klick-Schaf erstehen!

Immer wieder hielt mein Therapeut mir auch den Spiegel hin, wo ich ein Stück meiner selbst entdeckte: dass sich dort neben meiner Angst durchaus auch mein Mut und meine Kraft zeigten. Das hat mich – zwar zitternd und bebend – aber doch ermutigt, mit einer mich selber überraschenden Tapferkeit die nötigen Schritte zu unternehmen. Ich beschloss, mir eine Ehe-Auszeit zu nehmen und eine eigene Wohnung zu suchen.

Begleiter und Ohrenzeuge
Als in diesen schwierigen Wochen des Loslösens und Abschiednehmens von meinem Zuhause sich gleichzeitig auch ein Zerbrechen der Aussenbeziehung abzuzeichnen begann und kurz darauf meine Mutter starb, hatte ich das Gefühl, diese über mich hereinbrechende Trauerwelle, das grausame Ausmass an Schmerz und Verzweiflung nicht mehr bewältigen zu können. Mein Therapeut war als Zeuge meines Leids da und hat es mit ausgehalten. Genauso hat er sich kurze Zeit später mitgefreut, als ich die erhoffte neue Stelle erhielt. Und als ich einmal am Schluss einer Sitzung fragte, ob er glaube, dass ich das alles überleben würde, fragte er zurück«… Und was glauben Sie?!» Auf meine unsichere Antwort «… irgendwie wohl schon…» doppelte er nach: «Nein, zweifelsohne werden Sie das!» Diese schlichte, aber ermutigende Antwort tönte mir noch lange im Ohr!

Auf den Punkt gebracht
All mein Hab und Gut in mehr als 30 Zügelschachteln alleine verpacken, von Haus und Garten Abschied nehmen, mit meinem Mann bei der Mediatorin die vorläufige Trennung besprechen, das Zerbrechen der Aussenbeziehung realisieren, diese Verzweiflung aushalten, den Tod meiner Mutter erleben, die Abschiedsfeier gestalten – so viel Trauerarbeit gleichzeitig erleben – Gott, das war hart – ist es eigentlich immer noch… Es verlangt mir alles an Kraft und Courage ab.

Mein Therapeut war im Hintergrund da und regte – sozusagen als Hausaufgabe – an, ein Dankes-Tagebuch zu führen und jeden Tag mindestens zwei Dinge zu notieren, wofür ich heute dankbar sein konnte. Seither schreibe ich abends stichwortartig die positiven Erlebnisse in mein «Danke-Tagebuch», wie ich es nenne. Es zeigt mir, dass selbst in einer dunklen Lebensphase Wertvolles auf der anderen Waagschale liegt. Es ist lustvoll, ein Büchlein voll guter Ereignisse durchzublättern und zu merken, wie dies meine positive Lebens-Einstellung trainiert.

Ausblick
Die ordnende Begleitung und die fachlichen Inputs, die auf mich zugeschnittenen kreativen Ansätze und die Verlässlichkeit der Betreuung haben mir durch diese schwierige Zeit geholfen. Sie haben mich nicht vor Schmerz und Trauer bewahrt, aber sie haben mich befähigt und ermutigt, meinen eigenen Weg zu suchen und mich auf die nötigen Lernprozesse einzulassen. Trauerarbeit ist weiterhin erforderlich und es gilt, die Fortsetzung der Auszeit zu planen, herauszufinden was ich brauche und wie ich leben möchte, welche Kompromisse ich eingehen kann und wo meine Grenzen sind.

Und wenn ich den Überblick wieder gewonnen habe, wenn ich meine Lehren aus den Geschehnissen ziehen kann, wenn ich wie ein Klicktierchen den Kopf wieder oben trage, wenn wieder Spannung in Körper und Geist zurückgekehrt sind, dann werde ich die Therapie in Muttenz dankbar abschliessen und meinem Berater wahrscheinlich das gelbe Klickschaf schenken!

Wenn du mich also kürzlich zufrieden im Konzert gesehen hast, hat dich dein Eindruck nicht getäuscht. Ich stecke zwar noch im Tunnel, aber ich sehe da vorne ein Licht und halte darauf zu. Dank der fachlichen Beratung und dank Freundinnen und Freunden, Menschen wie du, die mir in dieser Phase Gegenüber waren, die mir zuhörten, die mich ermutigt und begleitet haben, bin ich daran, diese Umbruchphase zu überstehen…

Ich danke dir herzlich!
Mit lieben Grüssen und auf ein baldiges Wiedersehen, liebe Sarah!

Yvonne

Es gibt gute und schlechte Zeiten....

Nachdem meine Frau und ich zwei tolle Töchter gross gezogen und uns in den letzten 15 Jahren fast ausschliesslich auf diese Aufgabe konzentriert haben, kam die grosse Krise. Wer ist diese Frau neben mir? Wer ist dieser Mann, mit dem ich die nächsten Jahre – und vielleicht sogar bis an das Lebensende – verbringen «muss»? Fragen die sich paarten mit: Möchte ich das alles überhaupt noch? Wäre nicht eine andere Partnerin die Richtige für die neue Lebensphase.
20 Jahre waren wir verheiratet, haben beide unsere Grenzen ein- oder zweimal überschritten und wir wussten: So kann es nicht weiter gehen. Ich (der Mann!) zog aus unserem gemeinsamen Haus aus und glaubte mein Glück anderswo zu finden. Ein Irrtum, wie sich später herausstellte. Im Wissen darum begann ich mit professioneller Unterstützung von Therapeuten mein Leben in seine Einzelteile zu zerlegen und zu analysieren. Meine Frau tat das Gleiche, kämpfend mit Existenzängsten und vor einem tiefen Abgrund stehend.
Und hier kam uns beiden die erste grosse Einsicht: Man muss SELBER an sich arbeiten, um einen Schritt weiter zu kommen. Man darf sein Schicksal nicht in fremde Hände legen. Nach einigen guten Gesprächen miteinander (die gab es seit Jahren nicht mehr) und einer vorgängigen Einzeltherapie meiner Frau bei der Beratungsstelle für Partnerschaft, Ehe und Familie in Muttenz, haben wir uns nun gemeinsam an diese gewandt, um eine Paartherapie in Angriff zu nehmen. Sofort fühlten wir uns wohl und verstanden. Die parallel zur Paartherapie statt findenden Gruppenabende mit anderen Ehepaaren haben uns Denkanstösse und auch ein wenig das Gefühl gegeben, dass wir nicht die Einzigen sind, die sich mit Partnerschaftsproblemen auseinander setzen müssen.

Sabine Hofer haben wir als sehr aktive, aber auch einfühlsame Betreuerin kennen und schätzen gelernt. Wir schätzen das sehr moderate Kostenmodell und den Umstand, dass man immer Zeit hat für unsere Anliegen.

Nicht die Stoppuhr stand im Vordergrund, sondern der Wunsch uns als Paar einen Schritt nach dem anderen vorwärts zu bringen. Nach einem intensiven Start haben wir die Intervalle der Besuche auf längere Zeitabstände reduziert – denn arbeiten müssen wir selber.

Barbara und Dario

Einige Zahlen und Fakten

Während der letzten 40 Jahre wurden jedes Jahr bestimmte Kennwerte der Beratungstätigkeit erhoben. Seit 2003 wird jährlich eine ausführliche Statistik über die Beratungstätigkeit und die Öffentlichkeitsarbeit der Beratungsstelle erstellt. Wir haben hier verschiedene Angaben aus den letzten fünf Jahren zusammengestellt und möchten u.a. verschiedene Veränderungen und Entwicklungen aufzeigen.

Im folgenden finden Sie Informationen zu:
- Gesamtanzahl Beratungsstunden
- Beratungsstunden in verschiedenen Settings (Einzel-, Paar- und Familienberatung / -therapie)
- Anzahl Neuanmeldungen
- Anzahl Gespräche bis Therapieabschluss
- Wartezeiten zwischen Anmeldung und Ersttermin
- Wie Klienten auf die Beratungsstelle aufmerksam werden
- Spenden

1. Gesamtanzahl Beratungsstunden

In den letzten fünf Jahren wurden jeweils pro Jahr zwischen 800 und 1000 Beratungsgespräche geführt. Die Zahl der begleiteten Parteien ist in den letzten drei Jahren konstant gestiegen.

Jahr	Beratungsstunden pro Jahr	Parteien (Einzelpersonen, Paare, Familien)
2004	883	106
2005	926	102
2006	820	113
2007	1021	125
2008	995	151

Tab. 1: Anzahl Beratungsstunden und begleitete Parteien pro Jahr

Abbildung 1 zeigt, welcher Prozentsatz von Beratungsstunden in den letzten fünf Jahren mit Frauen, Männern, Paaren und Familien durchgeführt wurde.

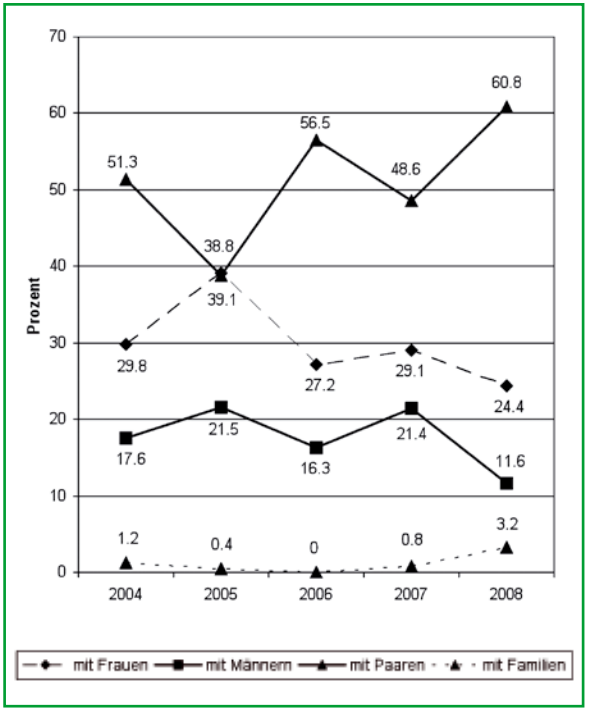


Abb. 1: Prozent Beratungsstunden mit Frauen, Männern, Paaren und Familien

In den letzten fünf Jahren wurden jeweils mehr Beratungsstunden mit Frauen als mit Männern durchgeführt. Im Jahr 2008 ist ein deutlicher Anstieg der Beratungen mit Paaren zu verzeichnen. Dies hat sicher auch mit dem Beratungsstil der Therapeuten zu tun: Alle drei Therapeuten versuchen, wenn immer möglich, das gesamte System so schnell wie möglich mit einzubeziehen.

Darüber hinaus ist erwähnenswert, dass die Familienberatungen und -therapien im letzten Jahr deutlich angestiegen sind. Stellten sie in den vergangenen Jahren einen verschwindend geringen Anteil der Beratungsstunden dar, so wurden im Jahre 2008 3.2 Prozent der Beratungen im Familiensetting durchgeführt.

Dies ist u.a. darauf zurückzuführen, dass in der Person von Reinhard Felix-Lustenberger ein Familientherapeut an unserer Beratungsstelle arbeitet.
Dies hat auch zur Veränderung des Profils der Beratungsstelle geführt.
In der Vergangenheit hat die Beratungsstelle eher eine Triage vorgenommen und Familien an andere Stellen weitergeleitet. Jetzt wird Familienberatung und -therapie auch in der Beratungsstelle durchgeführt.

2. Anzahl Neuanmeldungen in den letzten fünf Jahren

Bis auf das Jahr 2006 ist in den letzten fünf Jahren ein kontinuierlicher Anstieg der Neuanmeldungen zu verzeichnen.

Der grosse Anstieg im Jahr 2008 hat zum einen mit der besseren Auffindbarkeit unserer Homepage im Internet zu tun und zum anderen mit Zeitungsartikeln über unsere Beratungsstelle, die im Sommer 2008 erschienen sind.

Aus Abbildung 2 wird der Verlauf über die Jahre und die Anzahl Neuanmeldungen ersichtlich.

3. Anzahl Gespräche bis zum Therapieabschluss

Klienten fragen uns oft, wie lange es dauert, bis eine Therapie abgeschlossen ist. Diese Frage ist so kaum zu beantworten, da dies von vielen verschiedenen Faktoren abhängt (z.B. von der Situation der Klienten, wie lange es schon schwierig ist, was genau das Therapie-Ziel ist u.v.m.).

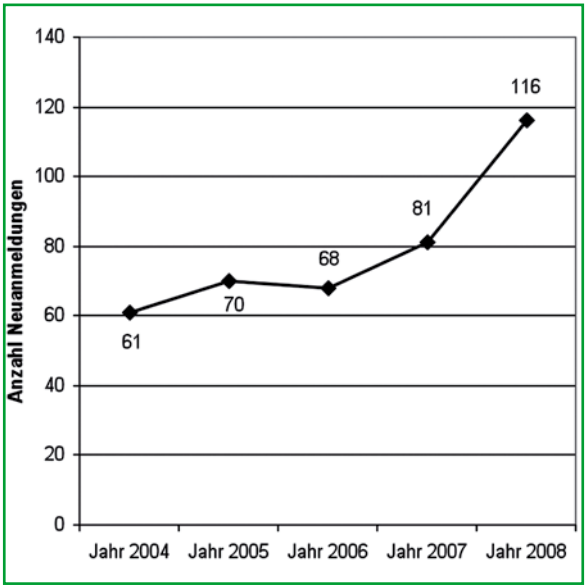


Abb. 2: Neuanmeldungen von 2004-2008

Abbildung 3 gibt einen Überblick über die durchschnittliche Anzahl Beratungsstunden bis zum Therapieabschluss.

Ausser im Jahr 2004 sind die meisten Beratungen nach ein bis fünf Stunden abgeschlossen worden, mit einem Höchstwert im Jahre 2008.

Kurzberatungen haben sich vor allem dann ergeben, wenn

- eine Triage im Vordergrund stand,
- der Trennungsentscheid bereits weit fortgeschritten war
- die Therapiemotivation nicht aufrecht erhalten werden konnte oder
- sich die Klienten bereits nach wenigen Sitzungen in ihrem Vorhaben ausreichend bestätigt fühlten.

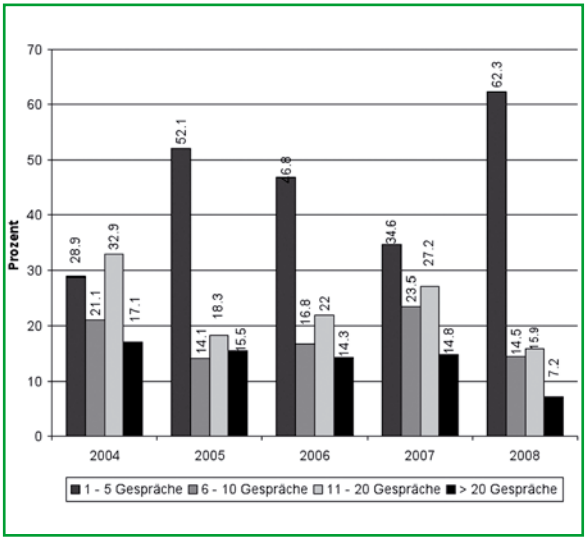


Abb.3: Anzahl Gespräche bis zum Therapie-Abschluss

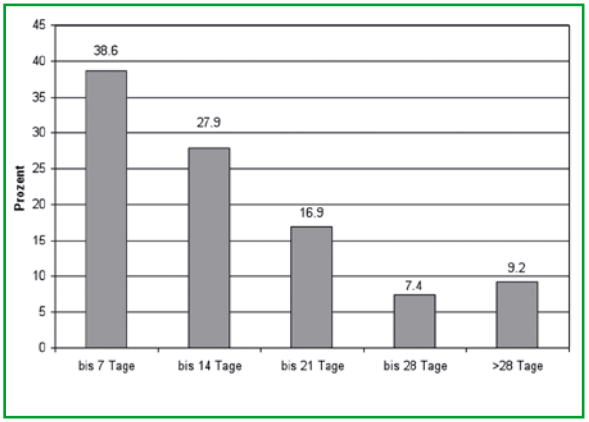


Abb. 4: Durchschnittliche Wartezeit (Erfassungszeitraum: 2005-2008)

4. Wartezeiten zwischen Anmeldung und Erstgespräch

Die Variable «Wartezeiten» erheben wir erst seit vier Jahren. In Abbildung 4 ist die durchschnittliche Wartezeit aufgeführt.

66.5 Prozent der Klienten können in den ersten 14 Tagen nach Kontaktaufnahme mit der Beratungsstelle zu einem Erstgespräch kommen.

Bei denjenigen Klienten, die mehr als vier Wochen auf einen Ersttermin warten, ist dies meist dadurch verursacht, dass sie zu einer bestimmten Person des Therapeuten-Teams gehen wollen oder aufgrund anderer Klientenbedürfnisse (Arbeitszeit; Ferien etc.) keine frühere Konsultation möglich ist.

5. Wie finden die Klienten zu uns?

Eine interessante Frage ist für uns, wie Klienten auf unsere Beratungsstelle aufmerksam werden. In Abbildung 5 finden Sie den Durchschnittswert für die verschiedenen Kategorien über die letzten fünf Jahre.

Rund 30 Prozent der Klienten erfahren von der Beratungsstelle durch das kirchliche Umfeld, über

- Pfarrpersonen,
- Kurse und Vorträge unserer Mitarbeiter
- Prospekte, die in den Kirchgemeinden aufliegen oder
- Artikel im Kirchenboten.

Ein Fünftel der Klienten wird durch Bezugspersonen wie Freunde, Eltern, Verwandte auf die Beratungsstelle verwiesen.

Durchschnittlich ein Viertel der Klienten wurde durch das Internet oder andere Informationskanäle auf uns auf-

merksam. Besonders erwähnenswert ist, dass die Anzahl der Klienten, die uns via Internet finden, in den letzten zwei Jahren von ca. 10 Prozent auf ca. 40 Prozent angestiegen ist.

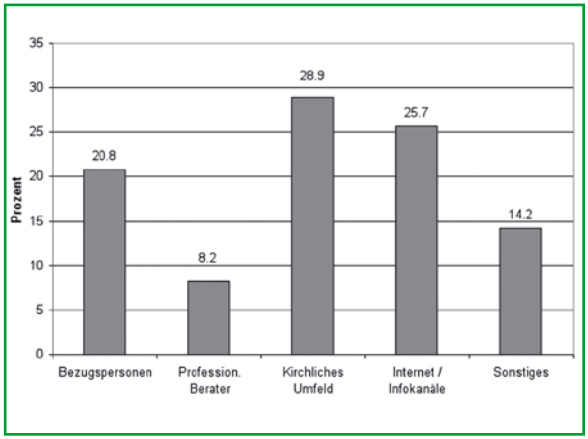


Abb. 5: Wie werden die Klienten auf die Beratungsstelle aufmerksam? (Durchschnittswerte über die letzten fünf Jahre)

6. Spenden

Die Summe der jährlichen Spenden ist seit 2005 stetig angestiegen. Im Jahre 2008 wurden 27'535 Franken gespendet. Damit wurde ein neuer Höchststand erreicht. (2005: 10'510 Franken; 2006: 14'185 Franken; 2007: 15'950 Franken) Allen Spendern sei an dieser Stelle noch einmal herzlich gedankt.

Sabine Hofer
Karin Hegar
Reinhard Felix-Lustenberger
Sonja Schori

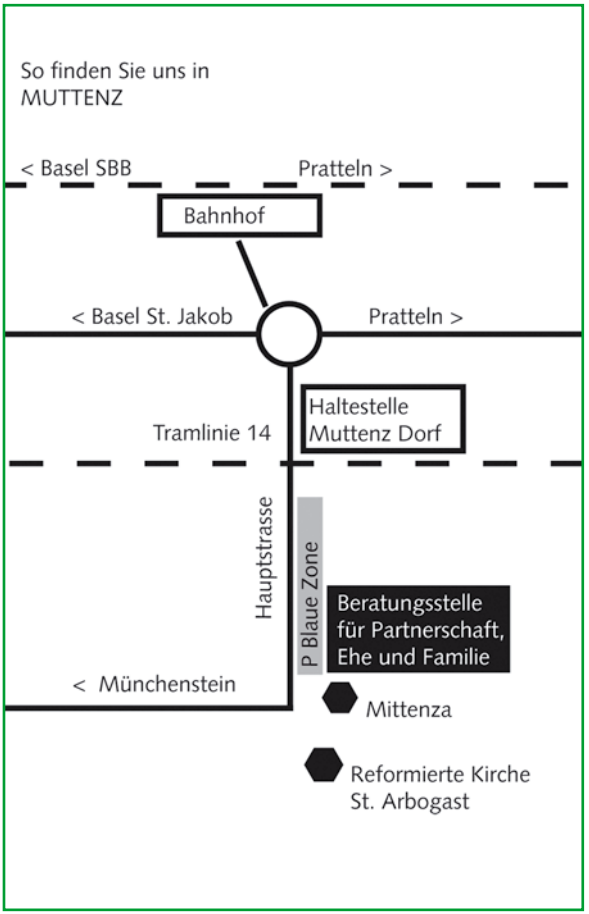
Die Angestellten

Dr. Dietegen Guggenbühl (1969-1995)
Dr. Heinz Iso (1976-2008)
Dr. Sabine Hofer (seit 1998)
lic. phil. Reinhard Felix-Lustenberger (seit 2008)
Dr. Karin Hegar Stark (seit 2008)

Sonja Schori-Merz, Sekretariat (seit 1977)

Mitglieder der Amtspflege Januar 1994 bis Juni 2009
(alphabetisch)

Pfr. Christoph Albrecht
Jürgen Bootsmann
Pfr. Heinz Brauchart
Rosmarie Caspar-Schwald
Pfr. Markus B. Christ
Pfr. Alfred Eglin
Fredy Eglin
Edith Forter-Erb (heute: Edith Scherer-Erb)
Pfr. Robert Heimberg
Cornelia Imboden-Glass
Monika Kuny
Heinz Lehmann
Peter Muhmenthaler
Pfrn. Patricia Remy
Elisabeth Salzmann
Verena Weiss-Bättig
Hansruedi Wyss



Beratungsstelle für Partnerschaft,
Ehe und Familie
der reformierten Kirche Baselland
Hauptstrasse 18
4132 Muttenz
061 461 61 77
partnerschafts-beratung@refbl.ch

www.paarberatung-refbl.ch