



Von Gott bewegt.  
Den Menschen verpflichtet.

## **Offen für alle – solidarisch mit den Leidenden: Ehe Partnerschaft Familie**

Menschliches Leid entsteht nicht nur durch finanzielle oder soziale Not, sondern auch in belastenden Beziehungs- und Familiensituationen, sowohl für die Beteiligten, aber auch für ihre Kinder. Die kirchlichen Beratungsstellen "Ehe Partnerschaft Familie" EPF der Reformierten Kirchen Bern-Jura-Solothurn unterstützen Paare und Familien dabei, wieder ins Gespräch zu kommen, Perspektiven zu wechseln, Zuversicht zu gewinnen, Stress abzubauen und Auswege zu finden. Die Beratungen sind ein diakonisches Angebot der Kirche. Die Kirche möchte damit die Beziehungsfähigkeit und Menschenwürde in jeder Lebenssituation bewahren und stärken und ihre Solidarität mit Menschen in schwierigen Lebenssituationen bekunden.

Viele Paare suchen die Beratungsstellen wegen Problemen in der Kommunikation und Konflikten im Paar- und Familienalltag auf, welcher oftmals durch Stress, Überforderung und fehlendes gegenseitiges Verständnis geprägt ist.

### *Beispiel aus der Arbeit eines Beratenden*

*Stefan und Ursula haben zwei Kinder im Primarschulalter. Ursula beklagt sich, dass die Wochengestaltung mit Stefan chaotisch abläuft, er sie viel zu wenig über seine unregelmässigen Arbeitszeiten informiert und was er sagt, dann kaum einhält. Er nimmt sich zu viel Zeit für seine Kollegen heraus und fällt ihr in den Rücken, wenn sie bei den Kindern etwas durchsetzen will. Stefan beklagt sich, dass Ursula dauernd an ihm herumnörgelt und viel zu oft ihm und den Kindern gegenüber laut wird. Er kommt mit all der Negativität nicht zurecht.*

*Nach dem ersten Paargespräch macht der Therapeut mit beiden je zwei Einzelgespräche und lässt sie einen Brief schreiben, in dem sie Verantwortung für ihren Beitrag an der Eheproblematik übernehmen. Nachfolgend ein Auszug aus dem Brief von Stefan: «Mir ist klar geworden, dass ich unseren Problemen oft ausgewichen bin und lieber Zeit mit meinen Kollegen verbracht habe als mich unseren Themen zu stellen. Ich habe dich in meiner*

*Planung nie ernst genommen, obwohl ich wusste, dass dich das sehr stresst, wie es läuft. Ich dachte, du seist eine unzufriedene Person, jetzt sehe ich aber, dass ich selbst sehr viel zu deiner Unzufriedenheit beigetragen habe. Das alles tut mir leid und ich möchte mir die Kompromisse aushandeln, die für beide passend sind.»*

*Nach weiteren Paargesprächen äussert sich Ursula zu ihrer Gereiztheit am Vorabend: «Ich verstehe dich, dass du wünschst, dass ich weniger hässig zu den Kindern bin, das möchte ich auch. Du weisst, dass unsere Kinder manchmal sehr anstrengend sein können, dann bin ich abends erschöpft und genervt. Ich wäre froh, wenn ich dich dann bitten kann, dass du übernimmst und ihnen Grenzen setzt.»*

Manchmal zeigt sich, dass sich Paare über die Jahre immer weiter voneinander entfernt haben bzw. Nähe und gemeinsame Aktivitäten kaum mehr vorhanden sind. Gemeinsam wird geschaut, wie neue konstruktivere Dynamiken aktiviert werden können und Ressourcen bewusst gemacht, die in früheren guten Zeiten das Paar positiv verbunden haben. Verschiedenste verbindende Elemente werden gesucht, sei dies auf der Ebene des Gesprächs, der körperlichen Nähe oder derjenigen von gemeinsamen Aktivitäten.

Beziehungsprobleme entstehen oft auch in schwierigen Lebensphasen wie z.B. bei Übergängen vom Paar zur Familie, wenn die Kinder ausziehen und das Paar wieder mehr auf sich gestellt ist, bei der Pensionierung oder wenn eines der Partner psychisch oder physisch erkrankt oder pflegebedürftig wird. Hier werden mit dem Paar die genauen konkreten Herausforderungen der neuen Situation betrachtet und zusammen nach geeigneten Hilfsmitteln gesucht, inneren und äusseren, die helfen, ein neues, für Beide stimmigeres Gleichgewicht herzustellen.

Unabhängig vom spezifischen Thema, welches von den Ratsuchenden eingebracht wird, versuchen die Beratenden dieses zu erfassen, zu verstehen und bisherige Lösungsversuche zu würdigen. In einem nächsten Schritt werden Wünsche und Ziele formuliert und nach Wegen gesucht, die der angestrebten Situation und den Personen entsprechen. Somit wird bestehendes Leiden erkannt und ernst genommen und das Paar darin begleitet, Schritt für Schritt Wege der Linderung und Verbesserung zu finden und diese zu gehen.

Die Beratungsstellen Ehe Partnerschaft Familie stehen Paaren, Familien und Einzelpersonen offen, unabhängig von Konfession, Weltanschauung, Herkunft, Zivilstand und gewählter Lebensform. Die Beratungsstellen gibt es an 9 verschiedenen Standorten: Bern, Biel, Thun, Langenthal, Burgdorf, Konolfingen, Langnau, Interlaken, Zweisimmen. In Moutier wird eine Beratungsstelle vom «Centre social protestant» geführt.

Link: [www.berner-eheberatung.ch](http://www.berner-eheberatung.ch)

Finanziert werden die Beratungsstellen von den kirchlichen Trägerschaften, dem Kanton, einem Beitrag des Synodalverbandes und von Spenden. Ratsuchende zahlen nach ihren Möglichkeiten einen finanziellen Beitrag.

*Gabriella Weber, Ida Stadler und Filip Pavlinec*