

**Beratungsstelle Ehe Partnerschaft Familie
Langenthal
Wiesenstrasse 7
4900 Langenthal**

Jahresbericht 2019

„Ich geh jetzt jeweils zur Therapeutin. Alle zwei Wochen. Manchmal auch etwas mehr oder weniger.“

„Aha.“

„Ja. Und dann besprechen wir, wie ich ein glücklicheres Leben leben kann. Wie ich mir Sorge tragen kann.“

„Aha.“

„Ja. Und manchmal ist's auch etwas schräg.“

„Aha.“

„Ja. Ich habe auch schon mal von einem anderen Stuhl her schauen müssen, wie ich Sorge zu mir trage.“

„Aha.“

„Ja. Seit den Gesprächen weiss ich wenigstens, dass es kein Egoismus ist, wenn ich zu mir Sorge trage, sondern Selbstfürsorge.“

„Aha.“

„Ja. Und manchmal redet die Therapeutin von Glaubenssätzen und Prägungen. Dass diese in früheren Situationen entstanden sind, weil sie damals Sinn gemacht haben. Jetzt jedoch nicht mehr.“

„Aha.“

„Ja. Und dass es ganz wichtig ist, meine eigenen Bedürfnisse zu kennen und danach zu leben. Weil man nur dann im Leben glücklich sein kann. Also natürlich in gesunder Balance zwischen Anpassung und Abgrenzung zu den anderen.“

„Aha.“

„Ja. Aber das ist gar nicht so einfach. Weil eigentlich habe ich selber ja gar keine Probleme. Sondern die anderen. Aber die wollen ja nicht in die Therapie oder sich verändern. Und drum habe ich eben doch ein Problem.“

„Aha.“

„Ja. Und darum gehe ich jetzt halt zur Therapeutin.“

„Aha.“

„Ja. Und ich will herausfinden, was denn meine Bedürfnisse sind. Was ich brauche und was ich tun kann, damit es mir besser geht.“

„Aha.“

„Ja.“

(Pause)

„Und was machst du nochmal bei der Therapeutin?“

„Mich üben in Selbstfürsorge.“

„Aha.“

„Ja.“

Statistik

Paare	Familien	Frauen	Männer	Total
100	7	39	16	162
434.50 h	32.75 h	223.75 h	93.50 h	784.50 h

Konfessionszugehörigkeit

Reformiert	Katholisch	Andere Konfession	Konfessionslos
68%	20%	4%	8%

Altersstruktur

Bis 30	30 – 40	40 – 50	50 – 60	60 – 70	Über 70
3%	35%	37%	14%	8%	3%

Auf Stelle aufmerksam geworden durch

Mundpropaganda	Internet	Ärztin/Arzt	Ehemalige Klienten/-innen	Soziale Institutionen	Anzeiger / Printmedien	Weiteres	Interne Überweisung
29%	25%	12%	11%	10%	8%	4%	1%

Weiterbildungen 2019

- 8 Interventionen

Organisation durch refbejus

- 23./24.05.: Emotionsfokussierte Therapie, Mariella Sutter
- 16.09.: Ressourcentag zum Thema: „Flow in der Beziehungsarbeit“
Vorbereitet durch eine Arbeitsgruppe der Beratungsstellen Biel und Langenthal
- 6 Supervisionen bei Stephan Scharfenberger

Individuelle Weiterbildungen Bernhard Schrittwieser (bs)

- 09./10.10.: Vom Trauma zu befreitem, erfüllendem Leben, IEF Zürich, Dr. med. Gunther Schmidt, Leiter Milton-Erickson-Institut Heidelberg

Individuelle Weiterbildungen Esther Zeltner (ez)

- 23.08.: Familiengründung als vulnerable Phase, Fachtagung an der Uni Zürich
- 01.11.: Selbstheilungskräfte mobilisieren / TRE, ibp Winterthur, Nadine Laub und Verena Maggioni-Müller
- 13./14.12.: Entwickle deine Stärke / Hypnosystemische Klopftechniken in Kombination, Dr. Eva Albermann, wilob Lenzburg

Vernetzung

- Institutionentreffen Oberaargau (2/Jahr)
- Sozialforum (1/Monat)
- Teilnahme an der Ausgestaltung und Mitwirkung zum Kompetenzprofil Männerberatung, "Männer Plattform" in Olten (männer.ch) (2/Jahr)

Öffentlichkeitsarbeit

- 12.06.: Vortrag am Pfarrkapitel in Lotzwil „Was macht man, wenn die Liebe weg ist?“ (ez)
- Arbeitsgruppe homepage (ez) <https://www.berner-eheberatung.ch>

Danke

Ich schätze es sehr, in der heutigen Zeit für eine Organisation zu arbeiten, die sich primär dem Menschen verpflichtet und diesen Grundsatz auch umsetzt. Vielen Dank für das grosse Vertrauen und Wohlwollen seitens unseres Vorstandes Kirchlicher Bezirk Oberaargau KBO.

Die drei Trägerschaften Reformierte Kirche Oberaargau, katholische Kirche Langenthal und der Kanton Bern ermöglichen eine breite Verankerung und finanzielle Abstützung.

Danke der Koordinationsstelle refbejuso Bern für die rechtliche Unterstützung und Beratung sowie auch die Öffentlichkeitsarbeit und Koordination der Regionalstellen.

Danke dir, Bernhard Schrittwieser, für unsere Interventionen, Sitzungen und erfrischenden und humorvollen Austausch in der Beratungsstelle Langenthal.

Vielen Dank nicht zuletzt allen Klienten und Klientinnen für ihr Vertrauen uns gegenüber.

Ich wünsche allen ein glückliches 2020 mit viel Selbstfürsorge!

Esther Zeltner, Langenthal, Januar 2020