

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

Jahresbericht 2020

Eheberatung im Zeichen des Coronajahres

Die Zahl durchgeführter Konsultationen war im Jahr 2020 spürbar tiefer als in den vorderen Jahren. Dies hatte zwei Gründe. Einerseits führt ein Wechsel im Team immer zu etwas tieferen Beratungszahlen. Andererseits war der Beratungsbetrieb durch die Corona-Situation spürbar beeinträchtigt, vor allem in den 6 Wochen des ersten Lockdowns ab März 2020. In der Zeit durften keine persönlichen Gespräche mehr stattfinden. Stattdessen wurde wo möglich auf Videokonferenzen ausgewichen. Es gibt seit längerem Forschungen aus der Einzeltherapie, die zeigen, dass eine Therapie per Videokonferenz ebenso wirksam ist wie im persönlichen Setting. Auch Paartherapien können ohne spürbaren Nachteil per Videokonferenz durchgeführt werden. Allerdings wird dies von einigen Paaren abgelehnt, was durchaus verständlich ist, wenn auch bedauerlich. Eine Paarsitzung konnte bei mildem Wetter unter den Bäumen des Schadauparks gehalten werden. Weil zu umständlich konnte das leider nicht öfter angewendet werden. Als dies anderen EheberaterInnen mitgeteilt wurde, gab es Einigen allerdings den Anstoss, ebenfalls einzelne Sitzungen im Freien abzuhalten.

Bei rund einem Viertel der in der Zeit regelmässigen KlientInnen von F. Pavlinec kam es wegen Corona zum kurzfristigen (und endgültigen) Abbruch der Beratungen. Der häufigste Grund war wie erwähnt die Zurückhaltung bezüglich Videokonferenz. Bei einem zweiten Viertel kam es zu einem Unterbruch der Beratungen, die dann aber nach etwa 2 Monaten wieder aufgenommen wurden. Dies z.B. bei Paaren, die wegen dem Homeschooling zeitlich so belastet waren, dass es kaum mehr realistisch war, sonstige Termine einzurichten. Rund der Hälfte der Paare gelang hingegen die Umstellung auf Videokonferenzen. Bei ihnen konnte die Kontinuität des Beratungsprozesses sichergestellt werden. Einige dieser Paare merkten, dass Videokonferenzen durchaus Vorteile haben. Zum Beispiel wenn sie Kinder haben, die schon etwas grösser sind und die sich im Normalfall während den 90 Minuten einer Paarsitzung zwar selbst beschäftigen können, aber nicht ohne Babysitter alleine gelassen werden können. Diese Paare merkten, dass sie auf einen Hütedienst verzichten können, weil es genügt, wenn ein Elternteil bei Bedarf die Sitzung für wenige Minuten verlässt, um auf das Anliegen eines Kindes einzugehen. Einige dieser Paare blieben nach dem Lockdown gerne bei den Videokonferenzen.

Bei D. Baumgartner waren die Einbrüche in der Beratung noch wesentlich höher.

Nach dem Lockdown konnten wieder vermehrt persönliche Sitzungen angeboten werden. Zum Schutzkonzept gehörte für den Rest des Jahres die Einhaltung des Abstandes von mindestens 2 Metern sowie das regelmässige Lüften. In den Sommermonaten konnten die Fenster dauernd geöffnet bleiben, um die Aerosol-Belastung auf einem Minimum zu halten. Auf den Herbst hin war dies natürlich immer weniger möglich. Deshalb wurden wieder vermehrt Sitzungen per Videokonferenz durchgeführt. Einige Paare bevorzugten auch bei tiefen Temperaturen persönliche Sitzungen. Es zeigte sich mittels Einsatzes eines CO₂-Messgerätes, dass ein regelmässiges Lüften alle 15-20 Minuten den Luftaustausch gewährleistet. In unseren Beratungsräumen, die weniger als 20 Quadratmeter gross sind, ist die Luft allerdings bereits nach 30 Minuten so verbraucht, dass mit riskanten Aerosolkonzentrationen gerechnet werden muss. Da im Winter die Temperaturen im Beratungsraum mit dem häufigen Lüften mit der Zeit empfindlich fallen, kann nur ein Teil der Sitzungen auf diese Art abgehalten werden.

In den Medien las man während dem ersten Lockdown, dass mehr häusliche Gewalt befürchtet wird, danach las man, dass dies im Ausland so sei, aber in der Schweiz nicht. Erst gegen Herbst wurde auch in der Schweiz von vermehrter häuslicher Gewalt berichtet, die in den Zusammenhang mit der Corona-Krise gebracht wurde. Auf der Eheberatungsstelle Thun haben wir davon nichts gemerkt, bei uns waren die Themen sehr ähnlich wie in anderen Jahren.

Es gab allerdings durchaus Paare, die wegen Corona mehr belastet waren und dadurch auch mehr Konflikte hatten. Ein häufiger Grund waren finanzielle Sorgen, ein anderer die Belastung durch Homeschooling ihrer Kinder.

Es gab aber auch Paare, denen es besser ging. Im Lockdown hatten die Familien plötzlich mehr Zeit zusammen, was zu mehr Nähe und Zufriedenheit führte und sich auch auf die Paarbeziehung positiv ausgewirkt hat. Ein Beispiel: Eine Familie mit drei kleineren Kindern merkte während dem Lockdown, dass sie zu viele soziale Aktivitäten gehabt hatten und dies mit drei Kindern zu viel Unruhe gebracht hatte. Sie haben sich deshalb auch im Sommer mehr aufs Familienleben konzentriert und sich etwas weniger mit ihrem Bekanntenkreis getroffen. Sie waren erfreut, wie dies in der Familie zu mehr Ruhe und Ausgeglichenheit führte.

Wie aus dem Anhang zu Öffentlichkeitsarbeit ersichtlich, waren so viele Veranstaltungen geplant wie noch selten, die meisten mussten aber leider wieder abgesagt werden. Die Chancen, dass zumindest ein Teil dieser Veranstaltungen nachgeholt wird, stehen allerdings recht gut.

Wechsel im Team

Daniela Baumgartner hat nach 17 Monaten Anstellungszeit ihre Stelle gekündigt und ging wieder zurück nach Basel. Wir wünschen ihr alles Gute für ihre neue Stelle.

Wir hatten also die Aufgabe, mitten in der Corona-Krise die Stelle in Thun neu zu besetzen, was uns vor einige Herausforderungen stellte. Die Vorstellungsgespräche konnten in einem Sitzungszimmer im Unterweisungshaus neben der Stadtkirche Thun stattfinden. Der Abstand konnte gut eingehalten werden, allerdings war der Raum nur für 5 Personen zugelassen, so dass nicht alle Mitglieder der Eheberatungskommission zugleich bei den Gesprächen dabei sein konnten. Es kamen erfreulich viele prüfungswerte Bewerbungen herein. Davon kamen zwei Personen, die in Deutschland wohnhaft waren. Wegen den Schwierigkeiten, die der Grenzübertritt zwecks persönlichem Vorstellungsgespräch gebracht hätte, mussten diese Dossiers allerdings aussortiert werden. Schliesslich setzte sich aufgrund eines überaus passenden Profils die Jüngste der Bewerberinnen, die in die engere Auswahl kamen, durch. Ein herzliches Willkommen für Mirjam Heck, die seit dem 1.6.2020 zu 50% als die neue Eheberaterin angestellt ist.

Ein besonderer Dank gebührt in diesem Jahr unserem Präsidenten Paul Winzenried für sein grosses Engagement in diesem anspruchsvollen Jahr mit den stets wechselnden Bedingungen. Auch den Kommissionsmitgliedern Madlen Leuenberger, Therese Fahrni und Ursula Jenni sowie der Sekretärin der Kommission Christine Vogel danken wir für ihr wohlwollendes Mittragen.

Thun im Januar 2021

Filip Pavlinec
Mirjam Heck

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

Statistik der Leistungskennziffern im Dreijahresvergleich

Jahr	2018	2019	2020
Stellenprozent	140%	140%	140%
Anzahl bearbeitete Fälle	213	153	195
Anzahl Neumeldungen	82	106	86
Alle Konsultationen	1262	1112	988
1 Konsultation = 60 Minuten			
Konsultationen pro 100 Stellenprozent	901	794	706
Anforderung der GEF des Kantons Bern: auf 100 Stellenprozent 850 Konsultationen à 60 Min. pro Jahr (bei 140% = 1190)			

Die Teamzusammensetzung hat sich infolge Kündigung folgendermassen verändert:
Bis am 31.01.2020: Filip Pavlinec 90%, Daniela Baumgartner 50%.
Seit dem 01.06.2020 Filip Pavlinec 90%, Mirjam Heck 50%.

Öffentlichkeitsarbeit 2020

Durchgeführte Veranstaltungen

In Thun wurde der Workshop Achtsames Selbstmitgefühl durchgeführt (26 TeilnehmerInnen).

Wegen Corona abgesagte Veranstaltungen

Das Referat „Die Hirnforschung und das Geheimnis der Liebe“ war zweimal geplant: 1) für die Öffentlichkeit im Kirchgemeindehaus an der Frutigenstrasse. 2) Für die Männergruppe in Reichenbach.

Der Workshop Achtsames Selbstmitgefühl war ebenfalls zweimal geplant: 1) für die Öffentlichkeit im Kirchgemeindehaus an der Frutigenstrasse. 2) Für die Sigriste der Region Thun.

Auch das Vernetzungstreffen der sozialdiakonischen Mitarbeitenden im Haus der Kirche in Bern musste abgesagt werden.

Vernetzungstreffen

VGB Thun (Fachkreis Psychologie und Glaube der Vereinigten Bibelgruppen) 1 Treffen (2 Treffen wurden abgesagt).

Vernetzungstreffen mit der Leiterin der ökumenischen Eheberatungsstelle in Wohlen, Aargau (zusammen mit M. Heck) und mit einer Psychotherapeutin aus Thun.

Medienarbeit

Mitarbeit an Artikel für Visionssonntag - Lieferung eines typischen Fallbeispiels einer Egetherapie
Mitarbeit an Artikel fürs Ensemble - Interview zu unserer Arbeit im Rahmen der Corona-Krise.

Fortbildung von Filip Pavlinec im 2020

Veranstaltungen, die durch Refbejuso organisiert wurden

6 Teilnahmen an der dreistündigen Supervision mit Stefan Scharfetter.
Zweitätige Weiterbildung mit Raymond Solèr zu Mediation

Veranstaltungen im Rahmen des Fortbildungsbudgets des Kirchlichen Bezirkes Thun

7 Einzelsupervisionen mit B. Atkinson
Online-Tagung «update 2020 – die neuesten Ergebnisse aus der Depressions- und Suizidforschung» vom Berner Bündnis gegen Depression

Fortbildungen, die im privaten Rahmen besucht wurden

Keine weiteren Fortbildungen

Fortbildung von Mirjam Heck im 2020

Veranstaltungen, die durch Refbejuso organisiert wurden

2 Teilnahmen an der dreistündigen Supervision mit Stefan Scharfetter.
1 Tag der Zweitätigen Weiterbildung mit Raymond Solèr zu Mediation

Veranstaltungen im Rahmen des Fortbildungsbudgets des Kirchlichen Bezirkes Thun

2 x 4 Tage Selbsterfahrungsseminare im Rahmen der Syst.Berater WB am Istob-Zentrum
2 Tage Grundlagenseminar Pragmatisch Erfahrungsorientierte Methode der Paarth. nach B. Atkinson
2 Tage Webinar «hypno-systemische Ansätze bei Depression und Burnout» bei Ortwin Meiss

Fortbildungen, die im privaten Rahmen besucht wurden

Keine weiteren Fortbildungen seit Beginn meiner Anstellung im Juni 2020