



## RATGEBER BEZIEHUNG

### «Den Gefühlen hinter dem Konflikt auf die Spur kommen»

*Paarberatung mit neuem Namen und neuem Gesicht*

Die Paarberatung und Mediation im Kanton Zürich führt in zehn Bezirken Beratungsstellen. Der Betrieb wird von den kantonalen Kirchen organisiert und finanziert sowie vom Kanton subventioniert. Dadurch können sich auch Menschen mit niedrigem Einkommen eine Paar- und psychologische Beratung leisten. In Affoltern hat die Stelle ihren Sitz an zentraler Lage am Bahnhofplatz 11. Das bleibt so. Doch, wer dort vor der Tür steht, wird einige Veränderungen wahrnehmen. Es ist ein neues Logo mit dem neuen – oder vereinfachten – Namen «Paarberatung im Kanton Zürich» angebracht, und ab dem ersten April öffnet eine andere Person als bisher die Tür. Während neun Jahren hat der Psychologe Viktor Arheit die Stelle in Affoltern betreut und stand Menschen mit Fragen rund um Beziehungen zur Seite. Jetzt übergibt er diese Aufgabe an seinen Kollegen David Siegenthaler. Im Gespräch mit dem «Anzeiger» berichten die beiden von ihren Erfahrungen und davon, wie es weitergeht.

*Viktor Arheit, Sie waren seit 2017 hier in Affoltern verantwortlich für die Beratungsstelle. Was haben Sie erlebt?*

Es war für mich eine spannende und interessante Zeit, in der ich sehr unterschiedliche Menschen auf einer Wegstrecke begleiten konnte.

*Warum hören Sie auf?*

Nicht in erster Linie altersbedingt, sondern, weil ich mit meiner Frau im Freiamt eine private Beratungsstelle aufgebaut habe und mich nun dort stark engagiere.

*Was nehmen Sie mit?*

Dieses Kästchen, den Stuhl und den Tisch. (Er lacht.) Ich nehme natürlich nicht nur Möbel mit, sondern unzählige Begegnungen. Ich konnte Menschen aus der ganzen Bandbreite unserer Gesellschaft und aus allen Generationen kennenlernen und beraten. Ich hoffe, dass ich vielen von ihnen eine wertvolle Hilfe sein konnte.

*Im «Anzeiger» konnte man ab und zu von Ihnen etwas lesen.*

Ja. Einerseits habe ich über einige Jahre die beliebten Paar-Sessions organisiert, wo Paare nicht an einem Kurs, sondern an einem Date in gediegener Atmosphäre teilnehmen konnten. Das habe ich publik gemacht. Zudem erschienen über diese Jahre gesamthaft 74 Kolumnen. In diesen Spalten ging ich jeweils in Kürze auf ein herausforderndes Beziehungsthema ein. Das dazu erschienene Büchlein ist bereits vergriffen.

*Sie haben Trennungen und Neuanfänge in Beziehungen miterlebt. Was war überwiegend?*

Genau habe ich das nicht gezählt, aber statistisch gesehen findet etwas weniger als die Hälfte der Paare, die in einer Krise sind, nach einer Beratung wieder zusammen.

*Was könnte der Grund dafür sein?*

Ich habe immer wieder festgestellt, dass viele Paare erst dann in die Beratung kommen, wenn es eigentlich zu spät ist. Mit dem Auto gehe ich in die Garage, wenn ein rotes Lämpchen leuchtet, und nicht erst, wenn es stehen bleibt. Ich empfehle Paaren, früh eine Beratung aufzusuchen, wenn es anfängt, zu bröckeln. Dann ist es noch leichter möglich, den Kurs zu ändern und einen konstruktiveren Umgang miteinander zu entwickeln.

*David Siegenthaler, was bringen Sie mit?*

Einen neuen Stuhl und einen neuen Tisch. (Er lacht auch.)

*Ich meine, welche bisherigen Erfahrungen bringen Sie mit?*

Ursprünglich war ich im sozialen Bereich tätig und absolvierte später Ausbildungen zum psychologischen Berater sowie zum Sexual- und Paarberater. Darüber hinaus habe ich umfangreiche Erfahrungen im Bereich AD(H)S und im Autismus-Spektrum gesammelt.

Inzwischen habe ich elf Jahre Berufserfahrung als Berater. Ich war die letzten sechs Jahre an der kantonalen Stelle in Uster tätig.

*Kennen Sie das Säuliamt?*

Ja, ich wohne seit sieben Jahren in Knonau und freue mich darauf, die Region noch von einer anderen Seite kennenlernen zu dürfen. Neben dieser 50-Prozent-Stelle führe ich in Zug eine eigene Praxis.

*Wer kann zu Ihnen kommen?*

Alle! Alle Menschen mit Fragen rund um Beziehungen, Erziehung oder Sexualität. Das Ziel unserer Beratungsstellen ist, alle Paare, unabhängig von Konfession, Nationalität oder Geschlecht, in ihrer Beziehung oder bei einer friedlichen Trennung zu unterstützen.

*Wie arbeiten Sie?*

Im Hauptansatz systemisch und mit der emotional fokussierten Therapie, EFT. Dabei geht es darum, den Gefühlen hinter dem Konflikt oder dem Scheingefecht auf die Spur zu kommen.

*Wie findet man Sie für einen Termin?*

Am besten auf der Website paarberatung.zuerich. Dort ist es möglich, digital oder telefonisch einen Termin in Affoltern zu buchen. Wer mich vorher akustisch kennenlernen möchte, kann auch auf derselben Website im Podcast Beziehungsgeschichten hören, wo Themen und Dynamiken beleuchtet werden, die vielen Paaren bekannt sind. Dieser Podcast ist mein Projekt. Ich habe ihn aufgebaut und bin auch eine der sprechenden Personen.

*Worauf freuen Sie sich?*

Ich freue mich auf meine Arbeit hier im schönen Säuliamt. Und ich freue mich, neue Menschen kennenzulernen.

Mail: viktor.arheit@paarberatung-mediation.ch



«Hereinspaziert» und «Tschüss». Viktor Arheit (rechts) verabschiedet sich. David Siegenthaler heisst die Klientinnen und Klienten in der Beratungsstelle willkommen. (Bild Marianne Voss)