

**& Paarberatung
& Mediation**
im Kanton Zürich

JAHRES BERICHT 2022



Paarberatung leistet einen wichtigen Beitrag für die Gesellschaft

Sehr geehrte Damen und Herren

Eine positive und gesunde Beziehung zwischen Partner:innen kann sich positiv auf die Gesundheit, das Wohlbefinden und die Lebensqualität auswirken. Durch Paarberatung können Konflikte, die entstehen, auf effektive und konstruktive Weise gelöst werden. Es wird die familiäre Stabilität gefördert. Und die Beratungstätigkeit kann dazu beitragen, dass Gewalt in Beziehungen reduziert wird.

Mit dem gesamtgesellschaftlichen Engagement des Ökumenischen Vereins Paarberatung & Mediation im Kanton Zürich setzen sich die Kirchen für starke Paarbeziehungen ein. Paarberatung & Mediation leistet damit einen wichtigen integrativen Beitrag für ein besseres soziales Klima.

Paare, die oft auch Eltern sind, sollen sowohl bei alltäglichen Herausforderungen als auch in Krisensituationen zeitnah und in ihrer Region eine Anlaufstelle finden. Dabei sind

wir uns bewusst, dass es schwierig sein kann, sich um Hilfe zu bemühen, wenn man sich in einer Beziehungskrise befindet. Unsere Berater:innen und Mediator:innen sind spezialisiert und gehen einfühlsam und erfahren auf die Lebenssituationen ein.

Im Namen des Vorstandes danke ich dem Geschäftsführer Stefan Brühlhart, den Berater:innen, den Mitarbeitenden der Geschäftsstelle sowie den Mediator:innen für ihr grosses Engagement im vergangenen Jahr.

Es freut mich, dass die Begleitung von Paaren und die Beratungstätigkeit zugunsten von starken Beziehungen als Kernanliegen weiter realisiert werden kann und so der Verein seine Aufgabe in der Gesellschaft wahrnimmt.

Für den Vorstand:
Margrit Hugentobler, Präsidentin

**«Dort, wo Probleme unlösbar
scheinen und der Schmerz unser
Leben prägt, liegt das Potenzial
für unsere Entwicklung.»**



David Siegenthaler, Paarberater und Mediator, Beratungsstelle Uster
Diplom psychologischer Berater (Zürich); zertifizierter Paar- und Sexualberater
(Paracelsus), Diplom als Sexualtherapeut und Sexualmediziner (Universität Basel)

Eine neue Beratungsstelle für den Bezirk Dietikon

Das Schliessen einer historisch entstandenen Lücke in der Grundversorgung für Paare und wachsendes Interesse an der Fachkompetenz unserer Berater:innen in der Öffentlichkeit prägten das Berichtsjahr 2022.

Die reformierten und die katholischen Eheberatungsstellen, die im Kanton Zürich ab den 1950er-Jahren in den Bezirken gegründet und dann in ökumenischen Trägerschaften mit unterschiedlicher Beteiligung von lokalen Kirchgemeinden und politischen Gemeinden betrieben worden waren, wurden ab 2016 zum operativen «Ökumenischen Verein Paarberatung & Mediation im Kanton Zürich» (PMZH) zusammengeführt.

Eine Lücke in der flächendeckenden Versorgung des Kantons mit Beratungsstellen für Paarbeziehungen, für welche die Kantone seit 1988 laut Schweizerischem Zivilgesetzbuch zu sorgen haben, bestand bisher im erst 1989 durch Abspaltung vom Bezirk Zürich gebildeten Bezirk Dietikon. Im Juni konnte diese Lücke geschlossen werden, indem eine neue Beratungsstelle, die 10., von PMZH eröffnet wurde. Dies führte auch zu einer Erweiterung unseres Berater:innen-Teams mit der Anstellung von Noëmi Ruther und Martin Bachmann, die sich beide mit einem Bild- und Textbeitrag in diesem Jahresbericht vorstellen.

Mit rund 4400 Klient:innen wurden 2022 insgesamt etwas mehr Ratsuchende unterstützt als im Vorjahr. Die finanzielle Situ-

ation zeigt sich stabil mit Einnahmen von Klient:innen und Kosten, die sich genauso wie die Beiträge der Landeskirchen und des Kantons auf dem Niveau des Vorjahres bewegten.

Deutlich angestiegen ist die Anzahl von Medienberichten mit fachlichen Beiträgen unserer Paarberater:innen. Damit konnte PMZH seine einzigartige Position als öffentliches Kompetenzzentrum für Paarbeziehungen unterstreichen. Die behandelten Themen decken ein weites Spektrum von Fragen ab, die Paare beschäftigen: die Bewältigung von Krisen, der Umgang mit Eifersucht, der Einfluss von finanziellen Aspekten auf die Partnerschaft, die gemeinsame Gestaltung von Ferien, die Bedeutung von Sexualität oder der Einfluss frühkindlicher Beziehungserfahrungen auf die Paarbeziehung. Für alle diese und viele weitere Themen steht unser vielfältig ausgebildetes und spezialisiertes Team von 18 Berater:innen und 16 mandatierten Jurist:innen im ganzen Kanton für Sie bereit.

Stefan Brühlhart, Geschäftsführer

**«Die eigenen Bedürfnisse,
Anteile und Muster wahr-
zunehmen und einander
mitzuteilen, sind Bausteine
einer bereichernden Paar-
beziehung.»**



Natascha Zumbühl, Paarberaterin und Mediatorin, Beratungsstelle Zürich
Lizenziat in Psychologie und Pädagogischer Psychologie Universität Bern,
Psychotherapieausbildung am Zentrum für Systemische Therapie und Beratung (ZSB)

Woher wir kommen und wohin wir wollen

Partnerschaft als gemeinsamer Wachstumsprozess

Wenn zwei Menschen ein Paar bilden, treffen zwei Geschichten, zwei unterschiedliche Wahrnehmungen der Welt, zwei Lebenswelten aufeinander. Nach und nach spinnen die beiden eine gemeinsame Paargeschichte, gleichen ihre Wahrnehmungen miteinander ab und schaffen eine geteilte Lebenswelt.

Die individuelle Prägung wird dabei nicht einfach abgelegt. Durch ihre Unterschiedlichkeit bereichern und inspirieren sich die Partner:innen, fordern sich aber auch heraus. Das, was wir in unserer Kindheit erfahren und gelernt haben, nehmen wir in spätere (Paar-) Beziehungen mit. Dies gilt sowohl für positive Erfahrungen wie Geborgenheit, Sicherheit oder das Vorleben von hilfreichen Bewältigungsstrategien als auch für schwierige Erfahrungen wie Mangel an Verlässlichkeit, überfordernde Ansprüche oder fehlende Konfliktlösungsstrategien in der Familie. Daraus können Glaubenssätze entstehen, die uns später behindern: «Ich werde nur geliebt, wenn ich alles richtig mache», «Streit muss um jeden Preis vermieden werden», «Wenn ich nicht kämpfe, bekomme ich nicht, was ich brauche» und so weiter.

Da sich diese individuellen Glaubenssätze besonders in Beziehungen zeigen, spielen sie auch in der Paarberatung eine Rolle. Obwohl sich der Fokus in der Beratung meist auf

aktuelle Konflikte und Herausforderungen richtet, lohnt sich manchmal ein Exkurs in die individuellen Lebensgeschichten. Dazu können sich die Partner:innen beispielsweise folgende Fragen stellen: Was war meine Rolle in der Familienkonstellation meiner Herkunftsfamilie? Was für eine Beziehung haben meine Eltern geführt? Wo waren sie mir ein Vorbild und wo nicht? Wie wurden Konflikte gelöst? Wenn sich dies die Partner:innen gegenseitig erzählen, kann das Verständnis schaffen.

Mit diesem Verständnis – für sich selbst und füreinander – können sich die Partner:innen konstruktiver ihren aktuellen Herausforderungen und der gemeinsamen Entwicklung widmen. Wenn sie verstehen, woher sie kommen, können sie sich besser fragen, wohin sie eigentlich wollen: Wie sie als Erwachsene ihre Partnerschaft und allenfalls ihre Elternrolle gestalten wollen. Was dabei aufgrund ihrer Geschichten und Prägungen herausfordernd für sie ist und was sie stark macht. Dabei gilt es immer wieder, die Balance zwischen Akzeptanz und Veränderung zu finden. Wir sind, wer wir sind, und gleichzeitig dürfen und können wir uns entwickeln und in einer Partnerschaft gemeinsam wachsen.

Noëmi Ruther, Paarberaterin und Mediatorin

«Mit meiner Arbeit möchte ich einen Raum schaffen, in dem sich Paare aussprechen und gegenseitig zuhören können. Das kann manchmal schmerzhaft sein, aber auch neue Möglichkeiten und echte Begegnungen schaffen.»



Noëmi Ruth, Paarberaterin und Mediatorin, Beratungsstelle Wetzikon
B.A. in mehrsprachiger Kommunikation (Universität Genf); Psychologiestudium mit Abschluss M.Sc.
(ZHAW und Universität Zürich); Mediationsausbildung (Konstanzer Schule für Mediation);
Weiterbildung in systemischer Paartherapie (IÖST / Meilener Institut)

Körperlichkeit und Intimität sind entscheidend für erfüllende Partnerschaften

Für viele Menschen nehmen körperliche Nähe und Sexualität in der Beziehung eine bedeutende Funktion ein. Wie andere Paarkompetenzen verdienen sie, gepflegt und gehütet zu werden.

Paarbeziehungen sind für die meisten Menschen ein elementarer Rahmen, um wichtigen emotionalen Grundbedürfnissen Platz zu geben. Damit es Menschen in einer Partnerschaft gut geht, müssen sie Bedürfnisse wie Sicherheit, Geborgenheit, Anerkennung, sexuelle Intimität und weitere immer wieder stillen können. Das verlangt eine gute Kommunikation. Bricht diese weg, wird die Alltagsorganisation brüchiger, sinkt die Beziehungsqualität, und Konflikte werden schwerer zu bewältigen.

So unterschiedlich Menschen sind und so individuell Paare ihr Beziehungsmodell ausgestalten – in der Regel spielt die körperliche Intimität eine wichtige Rolle. Denn Körperlichkeit ist auch Kommunikation und für viele Menschen eine relevante Ebene, um emotionale Bedürfnisse befriedigen zu können. Die Paarkommunikation wandelt sich im Lauf der Zeit, und so verändert sich oft auch die Art, wie Paare ihre Alltagszärtlichkeiten, ihre Berührungen, die Intimität und die Sexualität pflegen.

Vor lauter Alltag, Beziehungsroutine und Stress kann in einer Partnerschaft vergessen gehen, der Körperlichkeit ausreichend Auf-

merksamkeit zu schenken. Damit kann eine wichtige Sprache für die emotionalen Bedürfnisse verloren gehen. Berichten Paare in der Beratung von ihren Konflikten, kommt häufig auch zur Sprache, dass sie sich kaum noch berühren oder Berührungen sich unangenehm anfühlen. Körperlichkeit ist somit ein möglicher Indikator für die Beziehungsqualität. Wenn der Ton rüde wird, sind oft auch die Berührungen nicht mehr zärtlich.

In der Beratung können Paare komplexe Anliegen und Fragestellungen bearbeiten und ihrer Kommunikation wichtige Impulse geben. Sie haben dabei zusätzlich eine gute Gelegenheit, wahrzunehmen und zu reflektieren, wie es um die körperliche Intimität steht. So wie die Kommunikation gepflegt und verbessert werden kann, können Paare auch ihre stärkende, nährenden, respekt- und lustvollen Intimität wieder neu einüben und entwickeln. Und damit auch handfest unterstützen, dass wichtige emotionale Bedürfnisse wahrgenommen und bedient werden können.

Martin Bachmann, Paarberater und Mediator

**«Vertrauen, Intimität, Liebe
können wieder wachsen –
wenn Paare dazu Raum und
Zeit schaffen.»**



Martin Bachmann, Paarberater und Mediator, Beratungsstelle Dietikon
Mediation (Konstanzer Schule für Mediation), systemische Paartherapie IÖST,
klinische Sexologie ZISS, Erwachsenenbildner TZI, systemischer Berater BSO

Ertragsquellen (in %)



Beitrag Kirchen

42,2

Erträge Klient:innen

44,1

Beitrag Kanton

13,4

Kollekte/Spenden

0,3

Erträge Klient:innen nach Angeboten (in %)

Einzel- und
Paarberatung

51,0

Mediation (inkl.
Rechtsauskunft)

49,0

Anteil der Paare mit und ohne Kind (in %)

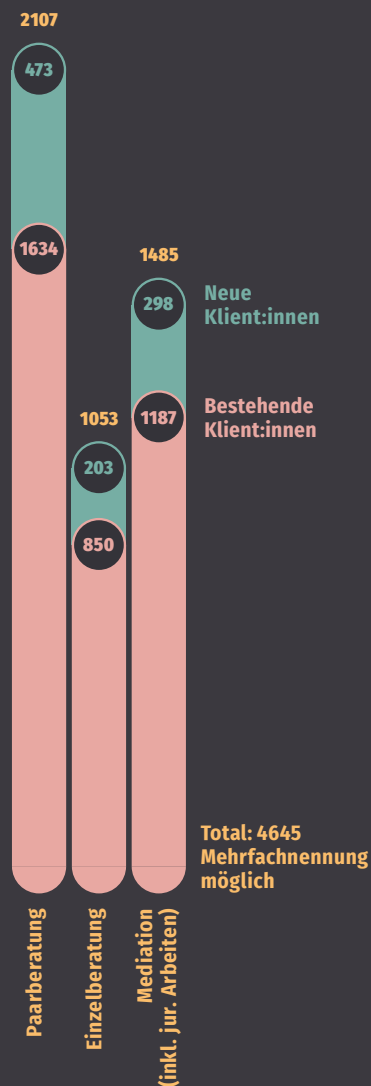
Paare
mit Kind

44,7

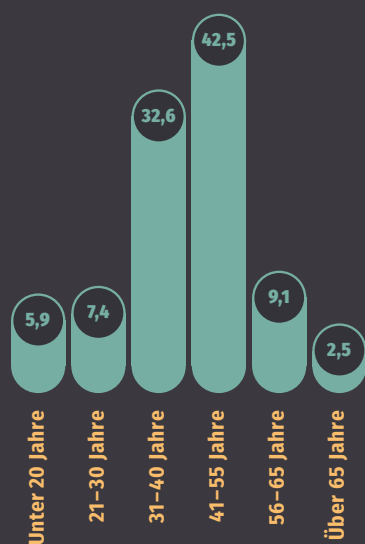
Paare
ohne Kind

55,3

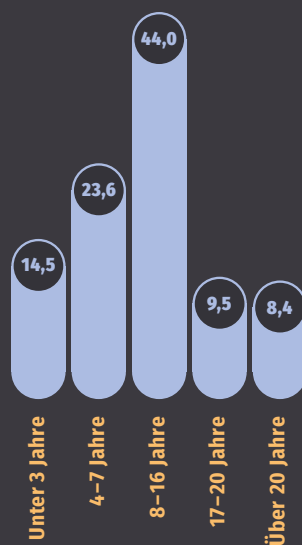
Klient:innen (Personen pro Jahr und Angebot)



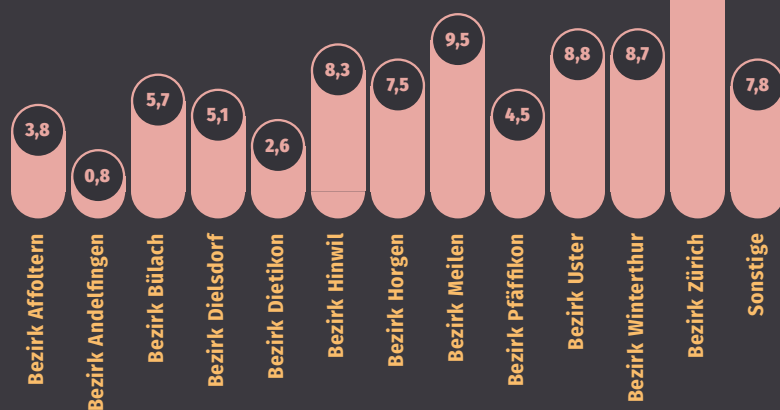
Altersstruktur der Klient:innen (in %)



Altersstruktur der Kinder (in %)



Verteilung der Klient:innen nach Bezirken (in %)



CHF

Aktiven**2022**

Flüssige Mittel	1 563 705
Guthaben	264 249
Aktive Rechnungsabgrenzungen	2 360
Anlagevermögen	207 977
Total Aktiven	2 038 290

Passiven

Laufende Verpflichtungen	144 063
Passive Rechnungsabgrenzungen	110 007
Kurzfristige Rückstellungen	23 000
Vereinskapital	1 761 219
Total Passiven	2 038 290

CHF

Betriebsertrag**2022**

Zuwendungen

7 930

Mitgliederbeiträge

200

Beiträge

Kostenbeteiligung der Kirchen

1 400 000

Kostenbeteiligung Kanton

445 682

Erlöse aus Leistungen

Klient:inneneträge

1 455 446

Erlös Kurse und Veranstaltungen

5 456

Erlösminderung

-715

Total Betriebsertrag**3 314 000****Betriebsaufwand**

Personalaufwand

2 142 708

Honorare Selbstständige

382 421

Übriger betrieblicher Aufwand

696 661

Abschreibungen

51 488

Total Betriebsaufwand**3 273 278****Betriebserfolg****40 722**

Finanzergebnis

-67

Betriebsfremder Ertrag

18 648

Einmaliger Aufwand

-1 005

Jahresergebnis**58 298**

Mitglieder

Evangelisch-reformierte Landeskirche des Kantons Zürich

In die Mitgliederversammlung delegiert:

Bernhard Egg

Kirchenrat; Diakonie und Soziales

Bruno Kleeb

Kirchenrat; Bildung und Theologie

Römisch-katholische Körperschaft des Kantons Zürich

In die Mitgliederversammlung delegiert:

Barbara Winter

Synodalrätin; Ökumenische Seelsorge

Frank Ortolf

Bereichsleiter Ökumene, Jugend, Gesundheit

Vorstand

Evangelisch-reformierte Landeskirche des Kantons Zürich:

Margrit Hugentobler (Präsidentin)

Kirchenrätin; Gemeinde und Region

Pfarrerin Christina Huppenbauer

Abteilungsleiterin Spezialseelsorge

Pfarrer Dominik Zehnder

Mitglied der Kirchensynode

Römisch-katholische Körperschaft des Kantons Zürich:

Susanne Brauer

Bereichsleiterin Soziales und Bildung

Daniel Otth

Synodalrat; Soziales und Ökologie

Lucia Wendel

Mitglied der Synode

Geschäftsstelle

Paarberatung & Mediation im Kanton Zürich

Auf der Mauer 13, 8001 Zürich

044 252 80 70

kontakt@paarberatung-mediation.ch

Stefan Brühlhart

Geschäftsführer

Gabriela Brogli (bis 30.6.2022)

Rechnungsführerin und Leiterin HR

Andrea Gantenbein (ab 1.5.2022)

Rechnungsführerin und Leiterin HR

Denise Bundi (bis 31.10.2022)

Sachbearbeiterin

Nadine Tomljanovic

Office Managerin

Isabel Weber (ab 1.12.2022)

Office Managerin

Beratungsstellen

Beratungsstelle Affoltern am Albis

Bahnhofplatz 11, 8910 Affoltern am Albis

044 761 11 55

affoltern@paarberatung-mediation.ch

Viktor Arbeit

Beratungsstelle Bülach

Bahnhofstrasse 48, 8180 Bülach

044 860 83 86

buelach@paarberatung-mediation.ch

Werner Klumpp

Katrin Lukas

Beratungsstelle Dielsdorf

Spitalstrasse 11, 8157 Dielsdorf

044 840 07 77

dielsdorf@paarberatung-mediation.ch

Rebekka Kuhn

Beratungsstelle Dietikon

Zürcherstrasse 59, 8953 Dietikon

044 204 22 05

dietikon@paarberatung-mediation.ch

Martin Bachmann

Evrin Yilmaz

Beratungsstelle Männedorf

Bahnhofstrasse 12, 8708 Männedorf

044 790 12 22

maennedorf@paarberatung-mediation.ch

Annette Brockhaus

Robert Büchel-Thalmaier

Beratungsstelle Thalwil

Gotthardstrasse 36, 8800 Thalwil

044 722 27 66

thalwil@paarberatung-mediation.ch

Roland Burri

Birgit Kollmeyer

Beratungsstelle Uster

Brunnenstrasse 13, 8610 Uster

044 940 97 42

uster@paarberatung-mediation.ch

Margareta Hofmann

David Siegenthaler

Beratungsstelle Wetzikon

Guyer-Zeller-Strasse 21, 8620 Wetzikon

044 933 56 00

wetzikon@paarberatung-mediation.ch

Salome Roesch

Noëmi Ruther

Beratungsstelle Winterthur

Merkurstrasse 23, 8400 Winterthur

052 213 90 40

winterthur@paarberatung-mediation.ch

Inma Vidal

Beratungsstelle Zürich

Birmensdorferstrasse 34, 8004 Zürich

044 242 11 02

zuerich@paarberatung-mediation.ch

Werner Huwiler

Regula Schäfer

Natascha Zumbühl

paarberatung-mediation.ch

*Ein konfessionsneutrales Angebot der reformierten und der
katholischen Kirche für alle, subventioniert vom Kanton Zürich*