



# Paar- und Familienberatung Rheintal

Jahresbericht 2016

# Vereinsmitglieder

## **Katholische Kirchgemeinden**

Rüthi, Oberriet, Kobelwald, Montlingen-Eichenwies, Kriessern, Altstätten, Lüchingen, Marbach, Rebstein, Balgach, Heerbrugg, Widnau, Diepoldsau, Berneck, Au, St. Margrethen, Rheineck, Thal, Walzenhausen.

## **Evangelische Kirchgemeinden**

Eichberg-Oberriet, Rebstein-Marbach, Balgach, Berneck-Au-Heerbrugg, Diepoldsau-Widnau-Kriessern.

## **Politische Gemeinden**

Rüthi, Oberriet, Eichberg, Altstätten, Marbach, Rebstein, Balgach, Widnau, Diepoldsau, Berneck, Au, St. Margrethen, Rheineck, Thal.

# Inhalt

- Wort des Vizepräsidenten
- In Erinnerung an Emil Zeller
- Thema: Treue in Paarbeziehungen
- Bericht der Stellenleiterin
- Statistik



# Wort des Vizepräsidenten

## **Veränderungen im Vorstand**

Das Vereinsjahr 2016/17 war geprägt durch einschneidende Veränderungen im Vorstand. Wir durften mit drei neuen Vorstandsmitgliedern ins neue Vereinsjahr starten. Dies sind Fitz Margot, Au, Wendel Evelin, Lüchingen und Winterhalter-Häuptle Madeleine, St. Gallen. Ich danke ihnen an dieser Stelle für ihre Bereitschaft, sich im Vorstand zu engagieren.

Die traurige Nachricht von der schweren Krankheit unseres langjährigen Präsidenten, Emil Zeller, erreichte uns im Sommer. Nach seiner Demissionierung traf sich der Vorstand im Juli zu einer ausserordentlichen Sitzung, um sich neu zu konstituieren. Emil Zeller verstarb am 22. August 2016. Diese Nachricht machte uns tief betroffen.



Die neu gewählten Vorstandsmitglieder an der Mitgliederversammlung vom 11.1.2016 in Montlingen. V.l.n.r. Madeleine Winterhalter-Häuptle, Margot Fitz, Evelin Wendel mit dem Präsidenten Emil Zeller

## Bedürfnis

Auch das letzte Jahr hat gezeigt, dass es für viele Menschen in unserer Region ein Bedürfnis ist, in schwierigen Lebenslagen durch Gespräche Halt zu bekommen. In unzähligen Sitzungen konnte unsere Stellenleiterin Ratsuchenden zur Seite stehen. Die neue Homepage wird rege besucht und gibt Interessierten einen ersten Überblick. Schauen Sie doch mal rein:



[www.paarundfamilienberatung-rheintal.ch](http://www.paarundfamilienberatung-rheintal.ch)

## Dank

Der Katholische Konfessionsteil, die Evangelisch-reformierte Kirche des Kantons St. Gallen, die Stadt

Altstätten und die Mitgliedgemeinden ermöglichen durch ihre wertvollen finanziellen Beiträge den Betrieb der Beratungsstelle.

Ein Dank gilt meinen Vorstandskolleginnen und -kollegen, die in diesem Jahr besonders gefordert waren. Ein weiteres Dankeschön geht an die Stellenleiterin Yvonne Menzi. Mit ihrem Einsatz zeigt sie auf, dass wir auf dem richtigen Weg sind.

*«Gemeinsam gehen wir den gleichen Weg.»*

Nach diesem Motto möchte ich herzlich für den unermüdlichen Einsatz aller Beteiligten danken.

Rebstein, im Dezember 2016  
Hanspeter Rohner, Vizepräsident

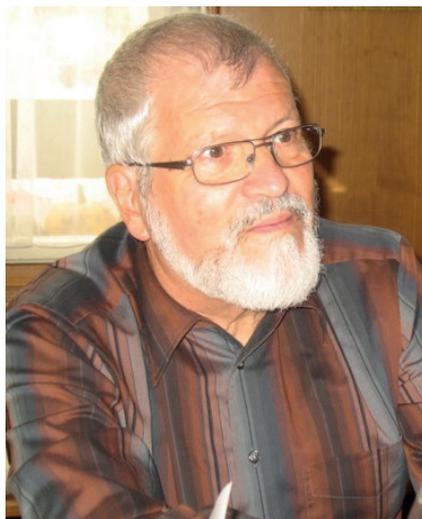
# In Erinnerung an Emil Zeller

## **Präsident der Paar- und Familienberatung Rheintal 1981-2016**

1981 beschliessen Vertreter der katholischen Kirchgemeinden einen Verein zur Führung einer Ehe- und Familienberatungsstelle zu gründen. Bei der Gründungsversammlung im Juni 1981 wurde Emil Zeller aus Oberriet zum Präsidenten gewählt.

Sein Anliegen war es, den Verein in der Region breit zu verankern. Mit Weitblick und diplomatischem Geschick konnte er zusammen mit dem Vorstand auch evangelische Kirchgemeinden und die politischen Gemeinden von Tal bis Rütli als Mitglieder gewinnen.

Den Verein führte er stets strukturiert und pragmatisch. Zu den Stellenleitenden und zum Vorstand pflegte er ein vertrauensvolles Verhältnis. Emil war kein Mann der grossen Worte. Vielmehr erlebten wir ihn als stillen Macher



im Hintergrund, der stets unterstützend wirkte.

Im vergangenen Sommer erkrankte er schwer und musste aus diesem Grund nach 35 Jahren als Präsident von seinem Amt zurücktreten. Die Zukunft des Vereins lag ihm bis am Schluss am Herzen und vom Krankenbett aus organisierte er die Übergabe der wichtigsten Geschäfte an den Vorstand.

Emil Zeller verstarb kurz darauf am 22. August 2016.

Wir verlieren in ihm einen umsichtigen und fürsorglichen Menschen, der sich während seiner Amtszeit unermüdlich dafür einsetzte, dass Menschen mit ihren Beziehungsfragen und Nöten eine Anlaufstelle in der Region haben, bei der sie kompetente Unterstützung finden.

Im Namen der Paar- und Familienberatung Rheintal sagen wir Danke für sein grosses Engagement. Danken möchten wir auch seiner Frau Rösli für ihre Unterstützung im Hintergrund.

*«Manchmal beginnt ein neuer Weg nicht damit, Neues zu entdecken, sondern damit, Altbekanntes mit anderen Augen zu sehen.»*

Wir werden Emil in dankbarer Erinnerung behalten und ihm ein ehrendes Andenken bewahren.

Hanspeter Rohner, Vizepräsident  
Yvonne Menzi, Stellenleiterin



# Treue in Paarbeziehungen



Das Gras in Nachbars Garten ist grüner,  
dafür wächst das Unkraut im eigenen besser.

## **Verfügbare Alternativen**

Noch nie war es einfacher von zu Hause per Mausclick jemanden kennenzulernen. Zugleich war es aber auch noch nie so schwierig, dies geheim zu halten. Online Dating Plattformen boomen. Ebenso Programme, mit denen sich verdächtige Kontakte heimlich überwachen lassen.

Die einen suchen ein sexuelles Abenteuer, andere einen Partner, bei dem sie sich emotional verstanden fühlen. Wieder andere checken aus Langeweile, was der Markt an Alternativen hergibt.

Geheime Beziehungen sind aufregend. Durch die „Neuen Medien“ ist es möglich, jederzeit mit jemandem im Kontakt zu sein, sogar wenn man mit dem Partner im gleichen Raum ist. Man braucht

dafür keine Geschäftsreise zu unternehmen oder sich an einem geheimen Ort zu treffen, wie dies früher der Fall war.

## **Ist das Gras in Nachbars Garten wirklich grüner?**

Lernt man jemanden kennen, dann vergleicht man die Eigenschaften und Verhaltensweisen mit dem langjährigen Partner. Das Neue, Fremde ist attraktiv. Mit dem neuen Partner lässt es sich wunderbar reden. Er zeigt Verständnis und ist einfühlsam. Sexualität ist prickelnd.

*«Sex mit dem Liebhaber und mit der Geliebten ist besser als mit dem Ehemann oder der Ehefrau. Aber das ist keine Kunst ...*

*...Alles wirkt neu, geheim,  
aufregend und mit  
ungewisser Zukunft.»*

Ulrich Clement

Das hat mit der besonderen Person aber weniger zu tun als mit der besonderen Situation: Eine langjährige Beziehung mit einer Affäre zu vergleichen ist ein Vergleich mit ungleichen Spiessen. Partnerschaften verlieren mit der Dauer an Qualität und Zufriedenheit. Die rosarote Brille schwindet. Im Beziehungsalltag werden die Macken und störenden Eigenschaften des anderen sichtbar.

*«Die langjährige  
Partnerschaft ist der Hintergrund,  
auf dem sich der  
Glanz der Liebesaffäre  
entfalten kann.»*

Ulrich Clement

In einer Zeit, in der wir für unser Glück verantwortlich sind und ständig versuchen unsere Zufriedenheit zu optimieren, sind

grosse Erwartungen an unsere Beziehung gestellt. Ist das jetzt wirklich der Partner mit dem ich alt werden möchte? Wäre jemand anderes besser geeignet? Würde mich jemand anderer glücklicher machen?

Je grösser die Unzufriedenheit in



einer bestehenden Beziehung ist, je höher ungestillte Bedürfnisse und je weiter sich Paare entfremdet haben, desto grösser ist die Hoffnung, mehr zu finden und damit verbunden die Orientierung nach aussen. Grenzen werden durchlässig.

Das betrifft auch Paare, die von aussen als glücklich gelten und von sich selbst sagen, mit ihrer Beziehung zufrieden zu sein. Oft

sind sie mit anderen Dingen so beschäftigt, dass sie nicht merken, wie ihre Beziehung monoton und leer geworden ist. Es ist zwar ein grosses Vertrauen da, aber der Partner erscheint nicht mehr attraktiv. Sein Verhalten ist voraussehbar und wenig überraschend.

*«Die Beziehung hat an Substanz verloren und wirkt ausgehöhlt.»*

Wenn dann jemand Dritter ins Spiel kommt, wird es schwierig und herausfordernd. Die Beziehung wird auf eine harte Probe gestellt. Abwechslung, Leidenschaft und Anziehung auf der einen Seite - Vertrautheit, eine lange Geschichte und nicht selten eine gemeinsame Familie stehen dann auf der anderen Seite.

Verletzt ein Partner die Grenzen einer Paarbeziehung und wird untreu, löst das beim anderen eine enorme Erschütterung aus.

*«Fliegt eine Affäre auf, erfolgt eine grosse Krise.»*

Dies führt oft zu Folgeverletzungen in der Partnerschaft. Nichts ist mehr wie bisher und oft ist es unklar, ob und wie die Beziehung weitergeht.

### **Alternative als Denkanstoss**

Einige Paare schildern diese Zeit im Nachhinein als Bereicherung ihrer Beziehung. Sie erleben diese Krise als Anstoss, sich mehr miteinander über Gefühle und Bedürfnisse auszutauschen, die Sexualität neu zu beleben und dem Paarsein eine höhere Priorität beizumessen.

Je nach Verletzungen, die vorgefallen sind und je nach Situation des Paares, kann eine solche Krise aber dazu führen, dass das Vertrauen weg ist. Die Partner leiden unter den Folgen der Verletzungen so stark, dass sich das Paar weiter auseinanderlebt und schlussendlich trennt.

### **Ich habe doch nur geschrieben**

Was unter Treue verstanden wird, ist sehr individuell und wird ganz unterschiedlich definiert. Oft höre ich Sätze wie „es waren ja keine Gefühle dabei“, „es war ja nichts Sexuelles“ oder „wir haben ja nur



gechattet“. Verletzungen der Beziehungsgrenze lassen sich leicht feststellen, wenn wir uns fragen, ob unser(e) PartnerIn das, was wir gerade mit einer dritten Person besprechen, tun oder erleben, erfahren darf. Wird etwas geheim gehalten, deutet das auf eine Form von Untreue. Dabei geht es in der Regel um zwei Formen von Grenzverletzungen. Einerseits um emotionale Nähe (emotionaler Austausch, einer Drittperson das

Innerste anvertrauen, Intimität) und andererseits um körperliche Nähe (Flirten, Zärtlichkeit, Sexualität).

### **Treue ohne Langweile**

Wie können Langzeitbeziehungen davor bewahrt werden, dass sich zu viel Rost ansetzt? Wie kann die eigene Paarbeziehung wieder attraktiver werden?

*«Begehren wird durch das Unbekannte befeuert. Das Unbekannte sitzt direkt neben Ihnen.»*

Esther Perel, Paartherapeutin

Wie gelingt es das Unbekannte, Aufregende, Fremde im eigenen Partner zu bewahren?

#### **• Bleiben Sie offen.**

Es ist eine Illusion zu glauben, nach Jahren der Partnerschaft kenne man den Partner in- und auswendig. In der Beratung höre

ich oft den Satz: „Ich dachte, ich kenne ihn. Aber ich kannte ihn überhaupt nicht.“

- **Beziehung braucht Pflege.**

Mit der Zeit nehmen Alltagsgesten der Zuneigung ab oder sind nicht mehr da. Schenken Sie Ihrem Partner Aufmerksamkeit und zeigen Sie Interesse und Dankbarkeit.



- **Neue Erfahrungen sind das wichtigste Gegenmittel zur Monotonie.**

Nehmen Sie sich als Paar regelmäßig Zeit für gemeinsame Erlebnisse und zum Auftanken Ihrer Beziehung.

- **Bleiben Sie im Gespräch.**

Und nicht nur darüber, wer

morgen die Kinder abholt und welches Geschenk für Oma besorgt werden muss. Es geht um den emotionalen Austausch: Ich möchte dir zuhören, nicht weil du mein Mann bist oder die Mutter meiner Kinder, sondern weil du ein interessanter Mensch bist. Ich möchte spüren, dass ich dir etwas bedeute. Dass du wissen willst, wer ich bin, wovon ich träume, wovor ich Angst habe. Sprechen Sie über das, was Sie beschäftigt, teilen Sie ihre Gefühle und Bedürfnisse dem Partner mit.

- **Achten Sie den Partner als wichtigste Bezugsperson**

und zeigen Sie ihm diesen besonderen Stellenwert als Liebespartner.

Literatur:

- Clement, U., Wenn Liebe fremdgeht. Vom richtigen Umgang mit Affären, Berlin 2015.
- Esther Perel, Untreue überdenken... ein Vortrag für jeden, der jemals geliebt hat, Ted 2015.
- Bodenmann, G., / Fux C., Was Paare stark macht, Zürich 2015

Bilder: fotolia

# Rückblick der Stellenleiterin

## **Vernetzung gestärkt**

Als Stelle mit nur einer Beraterin ist die Vernetzung mit anderen Fachleuten und Beratungsstellen von grosser Bedeutung. Gewinnbringend ist der Austausch in Supervision und Intervision, wo unter Wahrung der Schweigepflicht, Erfahrungen ausgetauscht und die eigene Arbeit reflektiert werden kann. Innerhalb des Netzwerkes der Ostschweizer Eheberatungsstellen, in dem St. Gallen, Sargans, Appenzell und Altstätten vertreten sind, konnte zudem eine Lösung für die Stellvertretung der Stellenleiterin in Notfällen gefunden werden. Das jährliche Netzwerk-Treffen fand am 30. Mai 2016 in Altstätten statt. Der gemeinsame Auftritt soll durch die Erneuerung der Homepage gestärkt werden ([www.eheberatung-ostschweiz.ch](http://www.eheberatung-ostschweiz.ch)).

## **Paare stärken**

Wenn sich Paare auf der Beratungsstelle melden, ist oft schon viel geschehen. Manchmal ist

es der letzte Rettungsversuch, der leider zu spät erfolgt. Umso wichtiger ist es mir, mich in der Prävention zu engagieren. An zwei ökumenisch durchgeführten Ehe-Impulstagen für Brautpaare in Balgach und am Gottesdienst für Paare im Mittelrheintal zum Thema „Tankstelle für die Liebe“ wirkte ich mit Impulsen zu den Themen Beziehungspflege und Kommunikation mit.

## **Dank**

Allen, die zur Unterstützung meiner Arbeit beitragen, möchte ich ganz herzlich danken:

- den Kirchgemeinden und politischen Gemeinden, die mit ihren finanziellen Beiträgen diese Stelle ermöglichen
- den Kolleginnen und Kollegen, Fachpersonen und anderen Fachstellen für die konstruktive Zusammenarbeit
- dem Vorstand für das entgegengebrachte Vertrauen

Yvonne Menzi, Stellenleiterin

# Statistik

<b>1. Anzahl Fälle</b>	<b>105</b>	10-12 Gespräche	03
Bisherige Fälle	23	über 13 Gespräche	01
Neuanmeldungen	82		
<b>2. Behandlungsart</b>		<b>7. Herkunft der Ratsuchenden</b>	
Einzelberatung	42	Altenrhein	01
Paarberatung	52	Altstätten	20
Familienberatung	11	Au	10
		Balgach	05
<b>3. Anzahl KlientInnen</b>	<b>170</b>	Berneck	06
Weiblich	104	Diepoldsau	09
Männlich	66	Eichberg	01
		Heerbrugg	06
<b>4. Alter der Ratsuchenden</b>		Hinterforst	06
unter 10 Jahren	03	Kobelwald	00
11-20 Jahre	02	Kriessern	04
21-30 Jahre	09	Lüchingen	13
31-40 Jahre	59	Marbach	04
41-50 Jahre	62	Montlingen	07
51-60 Jahre	32	Oberriet	14
61-70 Jahre	03	Rebstein	14
über 70 Jahre	00	Rheineck	06
		Rüthi	03
<b>5. Zivilstand</b>		St. Margrethen	05
Ledig	22	Staad	02
Verheiratet	126	Thal	04
Geschieden	20	Walzenhausen	00
Verwitwet	02	Widnau	16
		Andere Orte	14
<b>6. Anzahl Gespräche pro Fall</b>			
1-3 Gespräche	70		
4-6 Gespräche	23		
7-9 Gespräche	08		

## 8. Beratungsanlass

- Unzufriedenheit in der Beziehung
- Kommunikationsprobleme
- Konflikte und Meinungsverschiedenheiten
- Häusliche Gewalt
- Ablösungsfragen/ Klärung der Beziehung zur Herkunftsfamilie
- Aussenbeziehung
- Umgang mit Eifersucht
- Standortbestimmung
- Zweifel über die Fortsetzung der Beziehung
- sexuelle Probleme; Lustlosigkeit
- unerfüllter Kinderwunsch
- Verarbeitung von Trennung oder Scheidung
- Information
- Krisen der Lebensmitte
- Psychische Erkrankung eines Partners
- Suchtprobleme eines Partners
- Persönlichkeitsentwicklung
- Probleme in Patchworkfamilien
- Erziehungsfragen
- Verhaltensauffälligkeiten bei Kindern
- Regelung des Besuchsrechtes
- Verbesserung der Kommunikation zwischen den Eltern
- Verlust eines Partners oder eines Familienmitgliedes
- Umgang mit Behinderung/ Erkrankung eines Familienmitgliedes

### Hinweis zur Statistik

Die vorliegende Statistik bezieht sich auf den Zeitraum des Vereinsjahres und weist nur die eigentlichen Beratungsgespräche aus. Nicht ausgewiesen sind Auskünfte per Mail, Telefongespräche, Kurzkontakte und Sitzungen mit Fachpersonen, die Vor- und Nachbereitung von Gesprächen, Vernetzung mit anderen Stellen und Institutionen und die Tätigkeit in der Erwachsenenbildung und Öffentlichkeitsarbeit.

## KONTAKT

Paar- und Familienberatung Rheintal  
Bahnhofstrasse 14 | 9450 Altstätten

Telefon 071 755 46 44  
paarberatung-rheintal@bluewin.ch  
familienberatung-rheintal@bluewin.ch

[www.paarundfamilienberatung-rheintal.ch](http://www.paarundfamilienberatung-rheintal.ch)

