

SELA*NEWS 2*24

*Stiftung für Seelsorge, christliche Lebensberatung und Ausbildung



Liebe ist...

Text **Peter Bosshart**



Erinnern sie sich noch? Es gab eine Zeit, da waren viele witzige, treffende, überraschende Situationen und Aussagen mit diesem Anfang: «Liebe ist ...» zu sehen und zu lesen. Liebe wäre auch heute so nötig! Oder besser, ist nötig. Doch, was ist Liebe wirklich?

Liebe ist das höchste und erste Gebot.

Wo habe ich das gehört oder gelesen? Gebote, Verbote, ja, die 10 Gebote. Du sollst nicht töten, du sollst nicht stehlen usw. Doch halt, bei der Liebe geht es nicht um Verbote, darum, etwas zu vermeiden, sondern darum, etwas aktiv zu tun.

Jesus sprach: «Du sollst den Herrn, deinen Gott lieben von ganzem Herzen, von ganzer Seele und von ganzem Gemüt». Dies ist das höchste und erste Gebot. Das andere aber ist dem gleich: «Du sollst deinen Nächsten lieben wie dich selbst» (Matthäus 22,37-39).

Wem die Liebe zu Gott etwas zu abstrakt ist, dem sagt Jesus: «Liebe deinen Nächsten wie dich selbst». Das ist nicht mehr Theorie, das ist Praxis, jetzt wird die Liebe alltäglich. Wie sieht die Liebe im Alltag aus? Liebe benötigt ein Gegenüber, Liebe im luftleeren Raum geht nicht. Liebe muss nicht unbedingt gegenseitig sein, sie kann durchaus einseitig sein. Sie ist aber immer ein geben oder ein an sich geschehen lassen.

«DU SOLLST DEINEN NÄCHSTEN LIEBEN WIE DICH SELBST»

(Matthäus 22,37-39).

Wie lebe ich Liebe in meinem Alltag?
Wer ist mein Gegenüber?
Wie gehe ich mit meinem Nächsten um?

Liebe ist das höchste und erste Gebot. Auch für mich?

Was gibts Neues?



30 JAHRE SELA* SEELSORGE UND COACHING
PAARBERATUNG
PSYCHOLOGISCHE BERATUNG
KURSE UND SEMINARE

Wir feiern 30 Jahre Stiftung Sela!

Am 28. Juni 1994 wurde die Stiftung für Seelsorge, christliche Lebensberatung und Ausbildung Sela errichtet. Im Büro des damaligen Rechtsanwaltes und Notars Dr. Urs Hofmann – er wurde später Grossrat, Nationalrat und schliesslich Landamman – in Aarau fand die Unterzeichnung der Stiftungsurkunde statt. Ab Juli 1994 nahm die Beratungsstelle Sela ihre Arbeit auf und ist jetzt noch, 30 Jahre später, an dieser Adresse zu finden.

Um diesen Geburtstag würdig zu feiern, werden wir Sie zu einem Festgottesdienst mit anschliessendem Apéro im Herbst einladen. Zudem bieten wir allen Pfarreien, Kirchgemeinden und Freikirchen rund um Aarau an, im Zeitraum Winter 2024/25 bei ihnen Vorträge zu verschiedenen Themen durchzuführen. Gerne informieren wir Sie, wenn die Vorbereitungen weiter gediehen sind.

Seraina Hintermann

Traurig teilen wir Ihnen mit, dass unsere langjährige Mitarbeiterin Seraina Hintermann am 3. März 2024 verstorben ist. Im Herbst stellte

Seraina Hintermann noch ihr Buch «Vogel ohne Flügel» vor, das sie mit Unterstützung von Vera Schindler beim Verlag Fontis veröffentlicht hatte. Darin setzt sie sich mit ihrer Multiplen Sklerose auseinander, die so nachhaltig ihr Leben verändert, ihr stetig weitere Fähigkeiten entrissen und ihre Bewegungsfreiheit weiter eingeschränkt hat. Tapfer ertrug sie ihre unheilbare Krankheit und übte sich in Geduld und Vertrauen in Gott. Von 1996 bis 2016 gehörte sie zum Beratungsteam der Sela. Wir schätzten die begabte Psychologin und Logotherapeutin sehr und auch ihre vielen Artikel, welche die Sela News bereichert haben. In einer dieser Ausgaben schreibt sie, was typisch für sie war: «Im Umgang mit den Ratsuchenden bin ich froh, dass wir nicht perfekt sein müssen. Unser Erkennen bleibt Stückwerk. Wir sind aber selbst von Gott erkannt, er kennt uns durch und durch. Es ist uns in der christlichen Beratung ein Anliegen, dass sowohl Ratsuchende als auch Beraterinnen erkennen, dass wir von Gott erkannt, geliebt und angenommen sind und dieses «Erkanntsein» durch Gott die Grundlage unseres Wahrnehmungsprozesses ist.» Auf die Todesanzeige liess sie die Worte von Paulus schreiben «Christus ist mein Leben, und Sterben ist mein Gewinn!» (Philipper 1,2). Am 8. März 2024 haben wir in der reformierten Kirche Schöffland von ihr Abschied genommen. Wir wünschen ihrem Mann Daniel und den drei Söhnen und ihren Familien Trost und Kraft aus diesem Glauben.

Veränderung in der Geschäftsführung

Seit Beginn der Sela ist Theddy Probst für die Geschäftsführung zuständig. Er möchte in den nächsten Monaten diese Aufgaben an jüngere Mitarbeitende übergeben. Oli Merz ist bereit ab diesem Frühling als Co-Geschäftsführer Aufgaben zu übernehmen. Als ersten Teil übernimmt er die Verantwortung für den Bereich «Marketing und PR» und arbeitet sich dieses Jahr in die Redaktion und «Produktion» der Sela News ein. Der Stiftungsrat und das Beratungs-Team freuen sich über diese Entwicklung.

Kurse

Auf der letzten Seite dieser Sela News finden Sie eine Übersicht über die aktuellen Kurse und auf der Homepage der Sela können Sie sich anmelden:

Oliver Merz bietet im Juni einen vierteiligen Kurs zum Thema **«Gott heilt – und wenn nicht?»** an. Diese Kursabende können auch einzeln gebucht werden.

Der Kurs **«Grundkompetenzen der Seelsorge»** von Theddy Probst wird am Montag, 13. Mai 24 beginnen.

Esther Stotz lädt zum Nachdenken ein über **«Selbstfürsorge – gut mit mir selber umgehen»**. Dieser Kurs wird in Urdorf und in der Sela angeboten.

Drei mal JA für die Braut!

Text **Esther Stotz**



Nach der Einladung zur Hochzeit in Portugal von Cara & Tim kommt eine Anfrage, ob ich mitmache bei einer Sammlung an Karten «Ratschläge/ Weisheit für die Braut» in einer kleinen Box. Es sollen nur 2-3 Sätze sein, die auf eine kleine Karte passen. Klar, mach ich gerne. Tim ist mein «Götti-Bueb» und ich mag die beiden sehr!

So habe ich ein Blatt Papier auf meinen Schreibtisch gelegt und immer wieder notiert, was ich schreiben könnte. Was ist mir wichtig geworden in meiner Ehe? Was würde ich Cara gerne mitgeben als junger Ehefrau? Und was davon ist das Wichtigste, was auf die kleine Karte passt? Dieses Nachdenken ist mir selber zum Gewinn geworden.

Und so kam mir die Idee, alle Lesenden zu fragen, wer uns 2-3 Sätze zusenden will. Von Frau zu Frau: Was möchten Sie aus Ihrem Erfahrungsschatz, Ihrer Lebensweisheit, Ihrer Erkenntnis oder Ihrem Bibelstudium an Cara weitergeben? Oder auch von Mann zu Frau.

«WENN ICH ZU GOTT JA SAGE, LERNE ICH, ALLES VON IHM ZU ERWARTEN.»

«EINE GELUNGENE EHE STÄRKT DEINE IDENTITÄT. EINFACH ZU SEIN, WER DU BIST.»

Hier meine Sätze:

LIEBE CARA, ICH WÜNSCHE DIR, DASS DU IMMER WIEDER 3X MUTIG JA SAGEN KANNST:

JA ZU GOTT: DIR GEHÖR ICH MIT ALLEM, WAS ICH HAB UND BIN. DU BIST MEIN LEBEN.

JA ZU TIM: SO WIE DU BIST, BRUTTO, NEHME ICH DICH AN UND LIEBE DICH.

JA ZUR SITUATION: ZUM EHEFRAU SEIN, ZUR FAMILIE, ZUR WOHSITUATION ...

Diese drei Sätze will ich hier gerne noch etwas ausführen, und ich schreibe sie als Brief an Cara:

JA zu Gott

Das Gebet nehmen «als Einübung ins rechte Verhältnis zu Gott, zur Welt und zu sich selbst» (Alfred Delp). Eine Zeit lang – nach einer Fortbildung zu Familienaufstellungen, in der es um die Zuordnungen der Positionen ging - habe ich mich morgens aus meinem Bett direkt auf die Knie gerollt und folgende Sätze halblaut gesagt:

«Du, Gott, bist der Grosse, ich bin die Kleine. Du bist der Vater, ich bin die Tochter. Du bist der Herr, ich bin die Magd. Mir geschehe, wie du gesagt hast.»

Manche Löcher, die wir in unserem Herzen mit uns tragen, würden wir gerne vom Ehepartner füllen lassen. Aber dies ist eine völlige Überforderung. Wenn ich zu Gott JA sage, lerne ich, alles von ihm zu erwarten.

JA, Gott, wir brauchen deinen Segen für unsere Ehe. Du hast uns zusammengestellt. Lass du die Liebe und das JA zueinander wachsen und «gedeihen».

Unser kleines JA ist in deinem grossen JA zu uns geboren. Danke.

JA zu Tim

Das wünsche ich dir, dass ihr gegenseitig euch annehmen könnt, brutto: So, wie ihr geschaffen und geworden seid. Den Anderen ändern wollen macht keinen Sinn. Es geht nicht.

In manchen Dingen seid ihr euch sehr ähnlich – auch in euren Macken. «Der Balken im eigenen Auge ist meist aus demselben Holz wie der Splitter im Auge des Anderen». Und da wollen wir manchmal im Anderen zurechtbiegen, was wir bei uns (noch) nicht geschafft haben.



In manchen Dingen scheinen die Unterschiede zwischen euch unüberwindbar.

Da wünsche ich euch bei gemeinsamen Entscheidungen Mut, Zeit und Geduld, um den Weg zu finden, der für euch beide passt. Bis ihr beide ein volles JA dazu habt.

JA zu Tim zu sagen heisst nicht, dass du zu allem JA sagen sollst, was er denkt und tut. Bei wichtigen Entscheidungen ist es gefährlich, zu sagen: Dir zuliebe verzichte ich auf meinen Weg. Meistens bleibt dann doch die Rechnung offen. Und es entsteht ein Misstrauen für alle weiteren Entscheidungen. Also lieber nach den Überschneidungen suchen, wo sich eure Vorstellungen treffen. Damit sich nicht einer für den anderen verbiegt. In die Beratung kam ein verlobtes Paar zu mir, weil es im Möbelhaus wegen der Farbe des Sofas fast zu einer Schlägerei gekommen wäre. Im Gespräch wurde klar, dass sie beide dachten, «wenn ich mich für dich verbiege, liebst du mich umso mehr» – und dabei über die Monate immer mehr von sich selbst verloren haben. Das Sofa brachte dann das Fass zum Überlaufen, er rastete aus. Aber eigentlich wollte er sie doch so gerne so, wie sie ist, unverbogen (eine eher implodierende Dänin) – und sie wollte ihn so gerne so, wie er ist, unverbogen (ein eher explodierender Spanier). Und ja, die Farbe des Sofas ist dabei nicht unwichtig. Für einen Abend im Konzert kann ich durchaus auch mal etwas «Gruseliges» wagen. Aber das Sofa – das erinnert dann jeden Tag an die gelungene Suche, und ihr könnt es beide voll geniessen. Respektvoll miteinander umgehen.

Mein Gebet für euch geht noch tiefer: Dass ihr einander ein heller Segen seid und immer mehr zum Segen werdet.

JA zur Situation ... und JA zu dir!

Nun bist du verheiratet. Ein neuer Kontinent, der erobert werden will.

Erst in diesem Jahr ist mir in den Passionsgeschichten aufgefallen, dass Jesus dreimal dasselbe betet und endet mit: Dein Wille geschehe. Und so darf auch ich im Gebet immer wieder alles vor Gott bringen, was mich gerade stört oder nervt oder bedrückt oder mir unerträglich vorkommt. Und ich darf um ein neues JA bitten. «Ich glaube! Herr, hilf meinem Unglauben.»

Und der Psalm 139 kann dir Impulse geben, dankbar dich so anzunehmen, wie du bist. Dich an deinem Frausein zu freuen! Du verlierst deine Identität nicht. Im Gegenteil: Eine gelungene Ehe stärkt deine Identität. Einfach zu SEIN, wer du bist. Wunderbare Cara, von Gott erdacht und geformt! Und danke für alles, was dir wie ein Geschenk vorkommt: Das «Wir», gute Gespräche, gute Begegnungen, Lieblingsplätze im Haus, den kleinen Tag mit dir! Das dankbare Geniessen birgt ein Geheimnis.

Ehe-Ratgeber können sicher kilometerweise die Regale füllen. Ich will gar nicht erst versuchen, alles zu sagen, was ich könnte. Es sollen nur Anregungen sein.

Und nun bin ich gespannt, was an Anregungen, Weisheiten, Ratschlägen, Gedanken von denen kommen, die diese Zeilen lesen. Wie ein Päckli zum 30-jährigen Jubiläum der Sela?

Wer wagt es?

**Gerne per Mail an info@sela.ch senden. (ca. 300 Zeichen).
Herzlichen Dank!**



Jahresbericht der Stiftung Sela 2023

Text **Theddy Probst**



«**EGAL WAS IHR MACHT, HAUPTSACHE, EUER GRUNDMOTIV IST DIE LIEBE.**»



273

BERATUNGSGESPRÄCHE

Die diesjährige Jahreslosung lautet gemäss Volx Bibel so: »Egal was ihr macht, Hauptsache, euer Grundmotiv ist die Liebe.« Paulus legt dies gegen Ende seines ersten Briefs den Menschen, die sich zur Gemeinde in Korinth zählen, als das Grundmotiv des christlichen Lebens ans Herz. Das klingt ansprechend, aber was ist denn eigentlich Liebe? Liebe und lieb sein ist z.B. nicht dasselbe, das letztere hält alles aus, erduldet auch schlimme Sachen, ist weitherzig tolerant und nimmt nur zögerlich Stellung. Die Liebe dagegen wendet sich zu, nimmt das Gegenüber ernst und begegnet ihm mit Respekt, setzt sich mit der Lebenssituation der anderen auseinander, fragt danach, was man für andere tun kann, sie hat aber Rückgrat, drückt sich klar aus, ist selbstbeherrscht und setzt auch Grenzen. Sie ist bereit, Leiden auf sich zu nehmen, so hat es Jesus ja auch vorgelebt. Wollen wir dem Schatz der Liebe noch etwas näher kommen, dann ist es gut zu verstehen, dass ein schmeichelndes «Ich liebe dich!» noch nicht das Ziel darstellt. Das Gegenüber muss im Alltag erfahren können, dass es auch wirklich so und dazu erst noch echt ist. Es können sich doch zu oft andere Motivationen einmischen. Vielleicht ist es ja gerade deswegen nötig und heilsam, sich wiederholt die Frage zu stellen – auch in der Beratung –, ob mein Grundmotiv wirklich die Liebe ist, oder ob sich da noch so anderes hineinmischt, das gar nicht dazu gehört.

Beratungsstatistik

Die Anzahl der Beratungsgespräche stieg im Berichtsjahr auf **273** (Vorjahr 263), obschon Andrea Schweiher die Mitarbeit im Mai beendet hatte und das Team von Juni bis Dezember nur aus drei Personen bestand. Der Durchschnitt der Gespräche pro Monat lag dementsprechend bei **23** (Vorjahr 22). Die Anzahl Neuanmeldungen stieg auf **31** (Vorjahr 27). Die Anzahl Gespräche im Supervisions- und Coachingbereich sanken auf **22** (Vorjahr 33). Der Anteil der Paarberatungen erhöhte sich auf **30%** (Vorjahr 25%), demzufolge gingen die Einzelberatungen auf **70%** (Vorjahr 75%) zurück. Online- und Telefonberatungen gab es im Berichtsjahr nur wenige.

Entwicklungen

Die Auswirkungen der ungünstigen finanziellen Lage aus dem Vorjahr überschattete das erste Quartal des Berichtsjahres stark, so dass sich die Frage, wie übersteht die Sela das Jahr 2023, aufdrängte. Die Geschäftsführung und der Stiftungsrat entschlossen sich zu mehreren Massnahmen, welche im Laufe des Jahres Früchte trugen: Die Neuanmeldungen

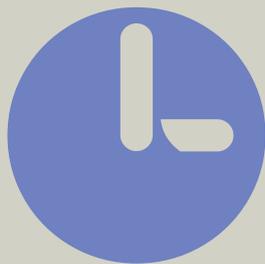
stiegen an. Die überarbeitete Honorarstruktur wirkte sich positiv aus. Unser Inserat für eine neue Person, die unser Beratungsteam ergänzen würde, fand Beachtung und gute Bewerbungen trafen ein. So konnten wir das Team mit Esther Stotz und Oliver Merz erweitern. Damit verbunden ergab sich auch eine geographische Erweiterung der Sela: Neu berät Esther Stotz auch Personen in Urdorf und Oliver Merz in Thun. So können wir zum Ende des Jahres dankbar festhalten, dass die Massnahmen deutlich zu einer Verbesserung führten und vor allem dass es Gott mit uns gut meinte!

In Bezug auf die Öffentlichkeitsarbeit ist folgendes erwähnenswert:

- Im Februar stellte sich Philipp Müller einem Interview des Aargauer Radiosenders Kanal K als Gesprächspartner zum Thema Frühlingsgefühle und Verliebtheit zur Verfügung.
- Philipp Müller betreute weiterhin zuverlässig das Facebook Portal der Sela.
- Informationen und Kurse werden auf unserer Homepage und auch auf der
- Familienhomepage der Landeskirchen des Kantons Aargau publiziert.
- Am 17. November führte das Sela Team einen Vortragsabend durch zum Thema «Ihr werdet sein wie die Träumenden! - Wie Träume unser Leben bewegen». Esther Stotz und Oliver Merz stellten sich den Besuchenden vor und brachten sich mit Beiträgen ein. Susanne Ziegler beschäftigte sich mit der Frage «Sind Träume Schäume?» Oliver Merz und Theddy Probst referierten – auch mit Erfahrungen aus ihrem Leben – über «Zerplatzte Träume - und was dann?» Philipp Müller ging der Frage nach «Bin ich ein Traum-Fänger?» Zum ersten Mal in der Geschichte der Sela wurde der Anlass musikalisch umrahmt und zwar von Oliver Merz und Philipp Müller. Der Bericht von Andreas Gamper wurde von den Aarauer und Lenzburger Nachrichten ungekürzt abgedruckt und es erschien ein Hinweis auf seinen Beitrag mitsamt Foto auf der Titelseite der Ausgaben.

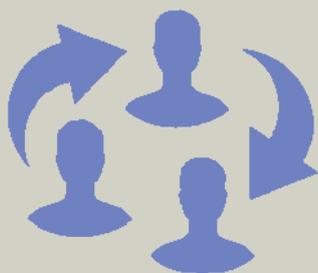
Das Mitarbeiteressen und das Förderkreistreffen fand am 8. September in Lenzburg statt. Philipp Müller bereicherte den Abend mit einem Beitrag über das Suchen nach Glück.

Die Sela News behandelten folgende Themen: Die Januar Ausgabe beschäftigte sich mit dem Thema «Burnout und Boreout» des Vortragsabends des Jahres 2022. In der Mai-Ausgabe erschienen Jahresbericht, Bilanz, Rechnung und der Schluss des Artikels, der in der Januar Ausgabe keinen Platz mehr fand. Die Sela News vom Oktober standen unter dem Thema



306

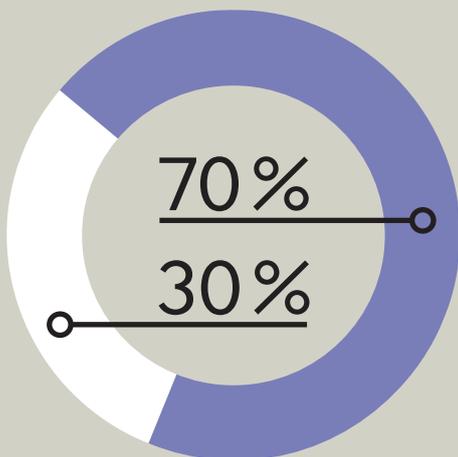
**STUNDEN
FREIWILLIGENARBEIT**



22

**GESPRÄCHE
SUPERVISION/COACHING**

**EINZELBERATUNGEN &
PAARBERATUNGEN**



«Die Kunst (k)ein Egoist zu sein», so war der Gedankensplitter von Philipp Müller überschrieben. Susanne Ziegler brachte ein Plädoyer für einen gesunden Egoismus ein, und Theddy Probst brachte für seinen Beitrag «Ich, ein Egoist?» entwicklungspsychologische und theologische Gedanken ein. Die Redaktion der Sela News lag in der Verantwortung von Theddy Probst, die Korrekturlesung übernahm Beat Amrein.

Auf Anregung des Ehrenkodexes führten wir Rückmeldungsbogen ein, mit welchen sich Ratsuchende nach Abschluss der Gespräche über die Beratung äussern können. Die Rückmeldungen sind erstaunlich positiv, was uns natürlich freut.

Personelles

Auf Ende Mai schloss Andrea Schweiher ihre Mitarbeit in der Sela ab, um ihre Arbeit auf die Region Basel zu konzentrieren. Neu zum Beratungsteam gehören Pfr. Oliver Merz, MTh, DTh, Gründer und Leiter des «Institut Inklusiv», Thun, Referent und Gastdozent, Kurs- und Seminarleiter, Supervisor, Coach und Buchautor und Esther Stotz, Sozialpädagogin BA, Master of Arts in Systemischer Beratung, Supervisorin (DGSv), 2012-2021 arbeitete sie als Ausbildungs-Supervisorin an der Internationalen Hochschule Liebenzell in Bad Liebenzell D

Supervision

Ruth Kohli, Fachpsychologin für Psychotherapie FSP, begleitete das Sela Beratungsteam als Supervisorin. Die Fallsupervision dient der Qualitätssicherung und der Förderung der fachlichen Kompetenzen. Wir danken Ruth Kohli herzlich für ihre geschätzte Begleitung.

Stiftungsrat

Unter der Leitung des Präsidenten Peter Bossart traf sich der Stiftungsrat zu sieben Sitzungen. Dem Stiftungsrat gehören nebst dem Präsidenten folgende Personen an: Anita Gamper, Finanzchefin, Aktuarin und Vizepräsidentin, Astrid Kunz, Heidi Sommer, Vanessa Jacky und Theddy Probst, Geschäftsführer.

Der Stiftungsrat beschloss im Herbst, das Beratereteam mit Esther Stotz und Dr. Oliver Merz zu ergänzen. Wir freuen uns über die Kompetenzen und Erfahrungen, welche die beiden ins Sela Team einbringen. Die Zusammenarbeit hat sich inzwischen erfreulich entwickelt.

Die finanzielle Baisse beschäftigte den Stiftungsrat. Die finanziellen Massnahmen wirkten sich positiv auf die Rechnung aus. Der Stiftungsrat freute sich im Sommer über eine

grosse Spende, welche finanzielle Planungssicherheit bis Ende Jahr ermöglichte. Zusammen mit allen anderen Spenden, für die wir sehr dankbar sind, verbesserte sich die finanzielle Lage der Sela gegen Ende Jahr deutlich.

In den Sitzungen Ende Jahr befasste sich der Stiftungsrat mit dem 30 Jahre Jubiläum, welches die Stiftung Sela im Jahr 2024 feiern kann.

Die Stiftung Sela hat den Ehrenkodex der SEA unterzeichnet und darf bis zur nächsten Prüfung Ende 2024 das Gütesiegel tragen. Sie ist Mitglied der ProFonds, der Arbeitsgemeinschaft für gemeinnützige Stiftungen. Die Stiftung Sela wird jedes Jahr von der BVG- und Stiftungsaufsicht Aargau (BVSA) mit Sitz in Aarau geprüft und ist eine vom Kanton Aargau anerkannte gemeinnützige Stiftung. Spenden für die Sela sind bei den Steuern in der ganzen Schweiz abziehbar.

«SO KÖNNEN WIR ZUM ENDE DES JAHRES DANKBAR FESTHALTEN, DASS DIE MASSNAHMEN DEUTLICH ZU EINER VERBESSERUNG FÜHRTEN UND VOR ALLEM DASS ES GOTT MIT UNS GUT MEINTE!»

Freiwilligenarbeit

Wir freuen uns, dass Freiwillige unsere Arbeit mittragen und danken allen herzlich für ihren Beitrag: Sekretariat (ca. 80h), Buchhaltung (ca. 70h), Reinigung und Unterhalt der Räume (ca. 30h), Korrektur der Sela News (ca. 6h), das Einpacken der Sela News (ca. 30h) und für die Arbeit des Stiftungsrates. (ca. 80h), insgesamt knapp 300 Stunden.

Dank

Wir haben viel Grund, das Jahr 2023 mit grossem Dank abzuschliessen, zum einen geht unser Dank an alle, die sich für die Sela engagiert haben, dem Stiftungsrat, dem Präsidenten, den Revisoren, dem Beratungsteam, den Freiwilligen, den Spenderinnen und Spender, welche unsere Arbeit unterstützt haben und mitgetragen haben, ein gutes Resultat zu erreichen, Susanne Lemberg, Nelly Neuschwander, Martin Lüscher und den Nachkommen von Urs Merz für das Zurverfügungstellen der Bilder, die unsere Räume schmücken, und allen Betenden, die unsere Arbeit mittragen.

Aarau, 30. März 2024



Rechnungsbericht 2023

Text **Anita Gamper**



«HERZLICHEN DANK FÜR IHR MITTRAGEN UNSERER TÄGLICHEN ARBEIT IN DER SELA.»

Ein weiteres Jahr in der Geschichte der Sela geht zu Ende. Auch dieses Jahr war geprägt von Unsicherheiten und Bangen, wie es finanziell mit der Sela weiter geht. Die finanziellen Herausforderungen waren im vergangenen Jahr nicht kleiner als andere Jahre.

Folgende Informationen kann ich Ihnen zur Rechnung 2023 geben:

- Die Honorare haben erfreulich zugenommen – einerseits haben wir mehr Ratsuchende, andererseits haben wir die Tarife aktualisiert

- Die Spenden sind im Vergleich zum Vorjahr stabil geblieben, die Kollekten/Gaben sind etwas höher als im Vorjahr
- Die Position Strom/Wasser/Heizungskosten sind signifikant tiefer als im 2022, u.a. auch wegen der Heizung, welche nicht mehr über den Strom geht sondern über die Nebenkosten
- Unter der Position SelaNews/Homepage schlug der neue Vertrag mit Localsearch zu Buche

Das vergangene Jahr war finanziell besser als erwartet und wir konnten unseren Bilanzverlust etwas verringern. Die Sela ist weiterhin nicht auf Rosen gebettet und muss immer gut abwägen, ob eine Ausgabe für ein Projekt möglich ist oder nicht.

Unser klar gesetztes Ziel im Stiftungsrat – kein Defizit – konnten wir dank den vielen Spendern erreichen. Die Sela schliesst die Rechnung 2023 mit einem Plus von CHF 9242.64 ab. Dies stimmt uns positiv und freut uns.

«UNSER KLAR GESETZTES ZIEL IM STIFTUNGSRAT – KEIN DEFIZIT – KONNTEN WIR DANK DEN VIELEN SPENDERN ERREICHEN.»

«UNSERE FINANZIELLEN HERAUSFORDERUNGEN WAREN IM VERGANGENEN JAHR NICHT KLEINER ALS ANDERE JAHRE.»

Im Laufe des Jahres wurden wir stark unterstützt mit Spenden. Herzlichen Dank für ihr Mittragen unserer täglichen Arbeit in der Sela. Ihre tatkräftige finanzielle Unterstützung hat einen grossen Beitrag geleistet. Die Sela-Mitarbeitenden haben mit ihren bescheidenen Löhnen ebenfalls einen grossen Anteil am erfreulichen Ergebnis.

Ein herzliches Dankeschön möchte ich auch an unsere beiden Revisoren Urs Pauli und Dietmar Burkhart aussprechen, welche mir erneut mit Rat und Tat zur Seite standen. Auch ein herzliches Danke geht an Peter Bosshart für seine Unterstützung im Sekretariat sowie den anderen Personen, welche im Hintergrund tätig sind.

Im Stiftungsrat beschäftigen wir uns regelmässig und intensiv mit den Finanzen der Sela. So hoffen wir, dass Sie unsere Arbeit auch im Jahr 2024, mittragen und wir dadurch Ratsuchenden weiterhin zur Seite stehen können.

Erfolgsrechnung 2023

	31.12.2023	Vorjahr
Erträge		
Honorare	38'531.00	25'832.00
Testgebühren	950.00	200.00
Spenden	41'732.30	38'638.40
Kollekten	2'461.95	1'533.90
Sponsoring Jubiläum	0.00	0.00
Kurse	0.00	0.00
Benützungsg Gebühr Büroräume	20.00	0.00
Zinserträge	12.65	0.25
ausserordentlicher Ertrag	0.00	0.00
Total Erträge	83'707.90	66'204.55
Aufwendungen		
Besoldung Beraterteam/Sekretariat	36'761.60	36'940.45
Sozialversicherungen	-2'667.75	-2'578.10
Weiterbildung/Supervision	1'890.00	1'890.00
Spesen Beraterteam	0.00	0.00
Miete Büroräume	19'032.00	19'032.00
Strom/Wasser/Heizung/Reinigung	463.85	2'903.20
Unterhalt und Reparaturen	0.00	0.00
Debitorenverluste	0.00	0.00
Abschreibungen	0.00	0.00
Sachversicherungen	384.40	384.30
Büromaterial	174.51	1'238.40
SelaNews/Homepage/Marketing	14'104.50	7'637.80
Telefon, Porti, Kopien	2'053.90	1'943.20
Übrige Verwaltungskosten	2'268.25	1'866.35
Jubiläum	0.00	0.00
Total Aufwendungen	74'465.26	71'257.60
Gewinn	9'242.64	-5'053.05

Bilanz per 31. Dezember 2023

	31.12.2023	Vorjahr
Aktiven		
Kasse	336.50	146.50
Clientis Oftringen, Stiftungskapital	912.65	908.05
Clientis Oftringen, Geschäftskonto	21'292.08	16'214.19
Debitoren	4'610.00	4'386.00
Verrechnungssteuer	0.00	0.00
Transitorische Aktiven	6'609.55	4'585.65
Mobilier/EDV	1.00	1.00
Total Aktiven	33'761.78	26'241.39
Passiven		
Kreditoren	0.00	0.00
Darlehen	8'000.00	8'000.00
Lohnpool	0.00	0.00
Transitorische Passiven	1'406.40	3'128.65
Rücklagen	0.00	0.00
Stiftungsvermögen	30'000.00	30'000.00
Bilanzgewinn/-verlust	-14'887.26	-9'834.21
Verlust/Gewinn	9'242.64	-5'053.05
Total Passiven	33'761.78	26'241.39

Bericht der Kontrollstelle

Kontrollstelle

Urs Pauli und Dietmar Burkhardt

Als Kontrollstelle haben wir die Buchführung und die Jahresrechnung (Bilanz, Betriebsrechnung) der Sela, «Stiftung für Seelsorge, christliche Lebensberatung und Ausbildung» für das am 31. Dezember 2023 abgeschlossene Geschäftsjahr geprüft.

Für die Jahresrechnung ist der Stiftungsrat verantwortlich, während unsere Aufgabe darin besteht, diese zu prüfen und zu beurteilen. Wir bestätigen, dass wir die Anforderungen hinsichtlich Befähigung und Unabhängigkeit erfüllen.

Unsere Prüfung erfolgte nach den Grundsätzen des Berufsstandes, wonach eine Prüfung so zu planen und durchzuführen ist, dass wesentliche Fehlaussagen in der Jahresrechnung mit angemessener Sicherheit erkannt werden. Wir prüften die Posten und Angaben der Jahresrechnung mittels Analysen und Erhebungen auf der Basis von Stichproben. Ferner beurteilten wir die Anwendung der massgebenden Rechnungslegungsgrundsätze, die wesentlichen Bewertungsentscheide sowie die Darstellung der Jahresrechnung als Ganzes. Bei unserer Prüfung handelt es sich aber weder um eine ordentliche noch um eine eingeschränkte Revision gemäss Schweizerischem Obligationenrecht. Wir sind der Auffassung, dass unsere Prüfung eine ausreichende Grundlage für unser Urteil bildet.

Gemäss unserer Beurteilung entsprechen die Buchführung und die Jahresrechnung Gesetz und Stiftungsurkunde.

Wir empfehlen, die vorliegende Jahresrechnung zu genehmigen.

Ferner bestätigen wir, dass die Grundsätze des Ehrenkodex SEA (Schweizerische Evangelische Allianz) eingehalten wurden.

Suhr, 25. März 2024

Kurse 2024

Detaillierte Angaben finden Sie auf unserer Website www.sela.ch.

Seelsorge-Kurs «Grundkompetenzen der Seelsorge»

Daten: Drei Montagabende, 13. Mai/27. Mai/03. Juni 2024
Jeweils 19.30 – 21.30 Uhr
Leitung: Theddy Probst
Kosten: CHF 150 pro Person
Anmeldeschluss: 02. Mai 2024
Ort: Beratungsstelle Sela

«Gott heilt – und wenn nicht?»

Daten: Vier Donnerstagabende, 06./13./20./27. Juni 2024
19.00 – ca. 21.30 Uhr
Leitung: Oliver Merz
Kosten: CHF 150 pro Person für den ganzen Kurs
Der Kurs kann auch an einzelnen Abenden besucht werden: CHF 40 pro Abend
Anmeldeschluss: 24. Mai 2024
Ort: Beratungsstelle Sela

«Ich habe Angst! – Was nun?»

Daten: Drei Montagabende, 02./16./30. September 2024
19.30 – 21.30 Uhr
Leitung: Theddy Probst
Kosten: CHF 150 pro Person
Anmeldeschluss: 26. August 2024
Ort: Beratungsstelle Sela

«Selbstfürsorge – gut mit mir selber umgehen»

1) Mich anpassen oder mich durchsetzen
2) Wann ist genug?
3) Ausgelagert oder erfüllt?
4) Wie geht's der Seele?

Daten: Mittwoch, 26. Juni/18. September/23. Oktober/20. November 2024
19.00 – 21.00 Uhr
Leitung: Esther Stotz
Kosten: CHF 50 pro Person und Abend/ CHF 180 für den ganzen Kurs
Anmeldeschluss: jeweils 2 Wochen vor einem Kursabend
Ort: Beratungsstelle Sela

TEAM DER BERATUNGSSTELLE SELA

info@sela.ch, 062 823 10 04



Pfr. Theddy Probst, lic. theol., VDM, D. Min., theddy.probst@sela.ch
1984 Doctor of Ministry in Counseling, Westminster Theological Seminary, Philadelphia USA
1979–2021 Pfarrer in Bern, Aarau, Zürich und Wildberg
1987–2004 Dozent für Seelsorge und Psychologie
2002–2011 Führungsaufgaben als Vorstandsmitglied des reformierten Stadtverbandes der Stadt Zürich und in verschiedenen diakonischen Werken
Seit 1994 Berater und Leiter der Sela



Pfrn. Susanne Ziegler, lic. theol., VDM, susanne.ziegler@sela.ch
1990 Lizentiat in Theologie, Studium in Tübingen, Jerusalem und Bern
1992–1998 Pfarrerin in Port und Bellmund BE
1993 Diplom Seelsorge im Straf- und Massnahmenvollzug, Universität Bern
Seit 1998 Pfarrerin der reformierten Kirchgemeinde Lenzburg-Hendschiken AG
Zertifikat in Schicksalsanalytischer Beratung und Therapie SGST, Szondi-Institut, Zürich
Bachelor of Law (FernUni Schweiz)
Zertifikat in IRRT, Level 1 (Imagery Rescripting & Reprocessing Therapy-Institut Schweiz)
Seit 2016 im Team der Sela



Esther Stotz, Sozialpädagogin BA, Master of Arts in Systemischer Beratung, Supervisorin (DGSv), esther.stotz@sela.ch
1987 Diplom Sozialpädagogin/Sozialarbeiterin
1996 Systemische Beraterin (FoBis)
1998–2004 Sozialberatende und therapeutische Mitarbeiterin EC-Seelsorgezentrum Kassel
2004–2012 Beratungsstelle für Frauen der Mitternachtsmission Heilbronn
2014 Supervisorin (DGSv entsprechend bso)
2019 Master of Arts in Systemischer Beratung
2012–2021 Ausbildungs-Supervision an der IHL Bad Liebenzell
Ab 2024 Beraterin der Sela



Pfr. Philipp Müller, lic. theol., VDM, philipp.mueller@sela.ch
2007 Lizentiat in Theologie, Studium in Bern und Tübingen
2013 Begleitender Seelsorger und Begleiter für Persönlichkeitsentwicklung und Sozialkompetenz ICL (Institut für christliche Lebens- und Eheberatung, individualpsychologische Seelsorgeausbildung)
Pfarrvertretungen in diversen Kirchgemeinden
2013–2016 Swiss Jazz School in Bern auf Gitarre
2019 CAS in lösungsorientierter Seelsorge
Seit 2019 Berater der Sela und freischaffender Pfarrer



Pfr. Oliver Merz, MTh, DTh, Oliver.Merz@sela.ch
2015 Doctor of Theology, Universität von Südafrika, Pretoria
1999–2016 Pfarrer in Hallau, Liestal und Thun
2015–2016 Wissenschaftlicher Mitarbeiter, Forschungsinstitut für Spiritualität und Gesundheit (FISG)
2016–2018 Projektleiter Inklusion und Seelsorge, Heilsarmee Schweiz
2019–2022 Fachstellenleiter (reformierte Kirche Kanton Luzern) und Sportpfarrer (SRS Pro Sportler)
Referent und Gastdozent, Kurs- und Seminarleiter, Supervisor und Coach
Seit 2021 Gründer und Leiter des «Institut Inklusiv», Thun (www.institutinklusive.ch)
Autor von Fachartikeln und Büchern
Seit 1. November 2023 Berater der Sela



IMPRESSUM

Herausgeber
Sela – Stiftung für Seelsorge, christliche Lebensberatung und Ausbildung
Rathausgasse 2
5000 Aarau
Telefon 062 823 10 04
E-Mail info@sela.ch
www.sela.ch
facebook.com/sela.beratung
Bankverbindung
Clientis Sparkasse Oftringen
4665 Oftringen
IBAN Nr. CH55 0642 8016 3200 94710
PC-Nr. 30-38149-0
(zu Gunsten der Stiftung Sela),
Redaktion
Theddy Probst, Oliver Merz
Lektorat
Beat Amrein
Gestaltung
Frédéric Giger
Versand
Versandteam
Erscheinungsweise
3x pro Jahr
Nächste Ausgabe
Oktober 2024
Fotografie
S. 1, 6: Unsplash;
S. 3: zVg

Die Stiftung Sela
ist eine gemeinnützige Stiftung.
Spenden für die Sela
sind steuernabzugsberechtigt.
Die Stiftung Sela
hat den Ehrenkodex unterzeichnet.

