

Paartherapie- als Hilfe zur Selbsthilfe

Die schnelllebigen Zeiten, sowie die immer größer werdenden Anforderungen von Beruf, Alltag und z.B. Kinderbetreuung führen zu einer immer mehr ansteigenden Belastung der Familien/Partnerschaften. Der Wechsel zwischen den verschiedensten Rollen, die jeder von uns ausfüllen muss und unser Perfektionismus darin, führt oft dazu, dass die Partnerschaft dabei auf der Strecke bleibt. Wer von uns, könnte schon sagen, wann "Es" angefangen hat, das "Entfernen" voneinander. Manchmal führen Missverständnisse und mangelnde Kommunikation, zu Kurschlussreaktionen, die im Grunde "Keiner" geplant hat.

In solchen Krisensituationen, macht es Sinn, sich Hilfe von außerhalb zu holen. um der Beziehung eine Chance zugeben, an alten Empfindungen anzuknüpfen. Dabei ist es natürlich auch wichtig "Altes" aufzuarbeiten, der Fokus, sollte jedoch in die Gegenwart und Zukunft gerichtet sein und an den partnerschaftlichen Ressourcen ansetzen. Eine Paartherapie, die von Anfang an, über einen langen Zeitraum angelehnt ist, ist für viele Familien/Partnerschaften weder finanziell, noch organisatorisch möglich. Es gibt jedoch Paartherapiekonzepte, die auf Kurzeitinterventionen aufgebaut sind und gute Erfolge versprechen. In 4-6 Sitzungen, sind durchaus deutliche Veränderungen möglich.

Telefon: 0202/2953553
Kontakt@alma-vida.de
<http://www.alma-vida.de>

Kurze Wartezeiten, Termine auch Abends und am Wochenende!