

## Paarberatung | Paartherapie

Der Weg durch eine glückliche Partnerschaft ist häufig von vielen Herausforderungen für das Paar geprägt. Eine innige Partnerschaft, mit einer Beziehung auf Augenhöhe und größtmöglicher Individualität für beide PartnerInnen zu führen, ist wohl mit die schwierigste Aufgabe im Leben. Wenn aus einem Paar dann Eltern werden, ist es manchmal nicht so leicht, sich als Liebespaar im Blick zu behalten.

Einen gemeinsamen Nenner zu haben, ist dabei die tragende Basis der Partnerschaft, in dem sich beide immer wiederfinden können und von dort ausgehend, zusätzlich jede/r ihre/seine Individualität mit einbringen kann und darf.

Die Kunst einer Partnerschaft ist, aus zwei mehr oder weniger unterschiedlichen Individuen eine Gemeinschaft zu bilden, in der jede/r auch Kompromisse eingeht, aber trotzdem beide in ihrer Authentizität bestehen bleiben.

Wenn ein/e Partner/in zu viel von sich aufgeben muß, um die Partnerschaft aufrecht zu erhalten, weil es z. B. in den individuellen Lebenskonzepten keine Begegnung in der Mitte geben kann, dann kann eine Beziehung arg ins Wanken geraten. Das Paar gerät in eine Beziehungskrise. An diesem Punkt kommt es dann häufiger zu Streitereien, anstatt zu konstruktiven Auseinandersetzungen, es kann zu Trennungsgedanken kommen oder der Blick wendet sich plötzlich zu neuen außerpartnerschaftlichen Ersatzbeziehungen.

Hier kann eine Paarberatung/Paartherapie sehr unterstützend sein, um gemeinsam zu schauen, was sind das für Themen, in denen ihr gefühlt in einen Stillstand geratet, wo es trotz vieler Auseinandersetzungen und Gespräche gefühlt keine Bewegung mehr gibt. Was habt ihr evtl. an alten Themen, die jede/r Einzelne von euch vielleicht von klein auf mit sich rumträgt, die euch unterbewußt im heutigen Leben immer wieder ausbremsen in bestimmten Themenbereichen.

Partnerschaft ist eine lebenslange Beziehungsarbeit! Es ist eine ständige Weiterentwicklung in eine neue Beziehungsebene.

Ich arbeite mit der „bindungsorientierten Körperpsychotherapie“ nach Thomas Harms und habe meinen Schwerpunkt im Bereich von Paaren, die sich im Familie-Werden oder im Familie-Sein befinden. Und in der Begleitung von Eltern, die durch größere Belastungen, z. B. durch gesundheitliche Probleme bei den Eltern oder beim Kind, etc., einer Unterstützung bedürfen, um sich selbst und sich als Paar nicht aus den Augen zu verlieren.

### **Ein Angebot von:**

Babyzeit in Bremen

### **Adresse:**

Bremerhavener Straße 49/51  
28217 Bremen

### **Ansprechperson:**

Babette Wegehaupt

### **Telefon:**

0421 95 96 054

**E-Mail-Adresse:**

[wegehaupt-fam@gmx.de](mailto:wegehaupt-fam@gmx.de)

**Internetadresse:**

[www.babyzeit-in-bremen.de](http://www.babyzeit-in-bremen.de)

**Nächste Termine:**

Termine bitte erfragen

**Anmeldungsinfo:**

Anmeldung erforderlich