

## Paarberatung | Paartherapie Familienberatung | Elternberatung

### **Systemische Paarberatung und Paartherapie**

Liebe zu einem anderen Menschen zu empfinden, ist eine der stärksten Bindungskräfte überhaupt. Die Sehnsucht, Glück und Erfüllung im Austausch mit einem anderen Menschen zu empfinden, ist ein Bedürfnis, das uns nach dem geeigneten Partner suchen lässt.

Ein gemeinsam gestaltetes Leben, eventuell gemeinsame Kinder, Ziele, die zusammen erreicht werden können, lassen aus Liebespartnern Lebenspartner werden. Doch Liebes- und Lebensbeziehungen unterliegen Veränderungen und bergen Konfliktpotentiale.

Wenn sich Konflikte zu Krisen entwickeln, Gespräche nicht mehr konstruktiv geführt werden können, kann die Einbeziehung eines Dritten in Form einer Paartherapie oder Paarberatung wesentliche Impulse und Anregungen geben, Krisen selbstorganisiert zu überwinden und mit Konfliktsituationen in der Zukunft besser umgehen zu können.

Es scheint eine ungeschriebene „Choreografie“ zu geben, nach der sich beide Partner immer wieder richten. Für die Paarberatung gilt dann: Nicht mehr davon, sondern etwas anderes! Im Gespräch finden wir die Wünsche und Ziele heraus, die beide Partner in der Beziehung und an die Beziehung haben.

„Klassische“ Themen in der Paarberatung und Paartherapie:

- Krisen nach der Geburt eines Kindes
- Unterschiedliche Auffassungen von Kindererziehung
- Kommunikationsprobleme, eingefahrene Streitmuster
- Probleme mit der Sexualität
- Veränderte Lebenssituationen, berufliche Belastungen
- Nähe und Distanz
- In der Kindheit geprägte Verhaltensmuster, die in der Beziehung ihre Wirkung wenig hilfreich entfalten
- Vertrauensverlust, Außenbeziehungen
- Machtstrukturen in der Beziehung
- Schuldzuweisungen und Rückzug

---

### **Systemische Familienberatung**

Die Familie als soziales System – Die systemische Betrachtungsweise in der Familientherapie und Familienberatung –

Die Familie ist eines der stärksten sozialen Systeme überhaupt. In dieses System wird man hineingeboren und bleibt ein Leben lang Mitglied, ob man dies möchte oder nicht.

Mehr noch: Man wird in eine bestimmte Position „hineingeboren“: als jüngstes Kind, mittleres Kind, ältestes Kind oder als Einzelkind. Hier nimmt unsere Entwicklung ihren Anfang und hier erfahren wir – hoffentlich – Geborgenheit, Nähe, Angenommensein, Freude, Humor, Zugehörigkeit.

Verhaltens- und Beziehungsmuster, die in der Kindheit geprägt werden, begleiten uns – bewusst oder unbewusst – ein Leben lang und können Kraftquelle oder auch Hindernis sein.

Die ideale Herkunftsfamilie, die alle Familienmitglieder in gleicher Weise bestärkt, bestätigt und unterstützt, gibt es meist nicht. Tatsächlich werden Familienmitglieder immer einen unterschiedlichen, wechselnden, mehr oder weniger wertschätzenden Blick auf ihre Familie haben. Gelingt es, diesen Blick auf die positiven Aspekte der Familie zu lenken und die negativen Aspekte zu verzeihen, fällt ein wertschätzender Umgang mit sich selbst leichter.

---

## Elternberatung – Elterliche Präsenz (Gewaltloser Widerstand)

**Adresse:**

Pinneberger Str. 2  
28219 Bremen

**Ansprechperson:**

Hendrik Bahrs

**Telefon:**

0421 67378337

**E-Mail-Adresse:**

[bahrsh@yahoo.de](mailto:bahrsh@yahoo.de)

**Internetadresse:**

[www.beratung-therapie-coaching-bremen.de](http://www.beratung-therapie-coaching-bremen.de)

**Nächste Termine:**

Termine bitte erfragen

**Kosten:**

auf Anfrage