

ANGEBOT FÜR PAARTHERAPIE

Einen schönen guten Tag!

Sie interessieren sich für Paartherapie und haben mit mir Kontakt aufgenommen. Ich danke Ihnen für Ihr Vertrauen und möchte im Folgenden einen Überblick zu den Hintergründen und Rahmenbedingungen meines paartherapeutischen Angebotes geben.

Systemische Paartherapie

Häufig wenden sich Paare in Krisen an Begleitende. Diese Krisen sind Zeichen für Wachstums-schmerzen und Wachstumspotentiale in der Partnerschaft. Meist tritt etwas klarer hervor, was noch ungelöst oder herausfordernd ist und will betrachtet werden. Hilfreich ist, wenn Sie gemeinsam zum Entschluss kommen, dem was sich zeigen will Raum zu geben.

Hierbei schauen wir auf die individuellen Herausforderungen

- Wie geht es mir in und mit meiner Paarbeziehung? Was zeigt sich bei mir?
- und die zwischenmenschlichen Herausforderungen
- Wie wirken meine Erfahrungen auf unsere Paarebene? Wie geht es uns als Paar?

In der Paartherapie wird es somit Raum geben für Gefühle, Gedanken, Ideen und Verhaltensmuster, die gerade schwierig sind. Ich kann Sie dabei unterstützen, das Schwierige begreifbar und besprechbar zu machen. Gemeinsam überlegen wir, wo soll es hingehen und was wünschen Sie sich anders? Für Lösungsideen begeben wir uns auch auf die Suche danach, was Sie und Ihre Paarbeziehung stärkt und verbindet.

Arbeitsweise & therapeutischer Hintergrund

In meiner Begleitung treffen systemtherapeutisches Wissen um Paardynamiken und Herausforderungen auf einen fundierten psychotherapeutischen Hintergrund. Entsprechend Ihres Paarstiles und Ihrer Bedürfnisse begleite ich Sie authentisch, flexibel und vor allem mit Herz. Dabei erhalten Sie ressourcenorientierte Impulse, die Ihnen helfen können, sich und Ihre Paarbeziehung besser zu verstehen und gemeinsam neue Strategien im Umgang mit den Herausforderungen zu entwickeln. Mein Anliegen ist es, Verbindungen auf Augenhöhe zu schaffen: Ich möchte Sie auf Augenhöhe dabei unterstützen, dass Sie sich (wieder) auf Augenhöhe begegnen können.

Erstgespräch

Das Erstgespräch dient dem gemeinsamen Kennenlernen. Wir besprechen, was Sie als Paar bewegt und welche Änderungen Sie sich wünschen. Die Rahmenbedingung klären wir ebenso. Danach entscheiden Sie, ob Sie einen paartherapeutischen Prozess mit mir beginnen wollen.

Hilfreich ist hierfür, wenn Sie sich im Vorherein allein oder zusammen überlegen:

- Was hat dazu geführt, mich/ uns für eine Paartherapie zu entscheiden?
- Was belastet mich/ uns gerade am meisten?
- Was sind Stärken unserer Partnerschaft?
- Wenn die Paartherapie erfolgreich wäre, was hätte sich verändert? Bei mir? Auf Paarebene?
- Was wäre demnach ein gutes Ziel für die Paartherapie?

Kosten & Formelles

Die Kosten für Paartherapie werden in der Regel nicht von der Kasse übernommen. Ausnahmen sind unter bestimmten Umständen möglich, diese können wir im Erstgespräch besprechen.

Ich orientierte mich an der Preisgestaltung für die Paar-Sitzungen an der GOP (Gebührenordnung für Psychotherapeut:innen, hier Satz für Einzeltherapie und Multifamilientherapie: 50 Minuten je 100,55 €).

Ein Termin für eine Paartherapie dauert in der Regel 90 oder 100 Minuten und kostet dementsprechend

- 90 Minuten: 180,99 €
- 100 Minuten: 201,10 €

Der Sitzungsrythmus und die Dauer einer Paartherapie werden je nach Anliegen individuell abgesprochen.

Wenn wir Verabredungen über Email treffen, bitte ich darum, dass alle Beteiligten im Emailverteiler sind, sodass eine Prozesstransparenz gegeben ist. Die Sitzungen können auch auf Englisch stattfinden.

Ich freue mich auf unser erstes Kennenlernen.

Herzlich,

Katja Wrobel

Diplom - Psychologin

Psychologische Psychotherapeutin (Systemische Therapie)

Systemische Kinder-, Jugend- & Familientherapeutin (DGSF)

Systemische Coachin & Mediatorin (IFM Berlin)

Trainerin Social Justice & Diversity (FH Potsdam)

Somatic Experiencing Practitioner (in Ausbildung)