

Grundregeln der Paarberatung 1:

Zur Sichtweise der Paarberatung

1. Klient in der Paarberatung ist die Beziehung des Paares, nicht zwei einzelne Personen.
2. Wir haben nur einen Klienten – das Paar bzw. seine Beziehung.
3. In der Paarberatung werden Themen nie einseitig formuliert, sondern stets so, dass beide Partner in die Problem-
beschreibung einbezogen sind.
4. In der Paarberatung reden wir stets zum Paar
(auch wenn wir uns nur an einen Partner wenden).
5. Wenn wir einen der Partner besser verstehen als den anderen,
haben wir das Paar noch nicht verstanden.
6. Partnerschaft ist anders als Tennis:
Es gibt immer nur zwei Gewinner oder zwei Verlierer.
7. Wer einen anderen Menschen verstehen will, muss nicht nur
hören, was der andere sagt, sondern was er meint.
8. Kommunikation ist erst einmal: Hören, hören, hören.
9. Zwei Grundregeln für Partner, die sich verstehen wollen:

Erstens: Unterbrich den anderen nicht. Höre ihm ruhig und
aufmerksam zu.
Zweitens: Unterbrich den anderen sofort, wenn du ihm nicht
mehr zuhören kannst.
10. Glück in der Partnerschaft heißt:
Auch mit ungelösten Problemen gut leben können.

Grundregeln der Paarberatung 2:

Zum methodischen Vorgehen in der Paarberatung

- 1. Es ist nicht Aufgabe der Berater, ihre Klienten zu ändern.**
- 2. Es ist nicht Aufgabe der Berater, die Probleme ihrer Klienten zu lösen.**

Denn:

- 3. Es ist nicht Aufgabe der Berater, unlösbare Aufgaben zu übernehmen.**
- 4. Die Goldene Beratungsregel heißt: Was du in der Beratung spürst, hat mit dem Paar zu tun (erst einmal).**
- 5. Werden wir Teil des Beziehungssystems, so stellt sich die Frage: Was will das Paar uns auf diese Weise mitteilen?**
- 6. Ein Paar, das uns überwältigt, ist ein offenes, klares, mitteilbares, ein eindrückliches Paar.**
- 7. Die Grundbewegung der Beratung ist: vor und zurück, beim Klienten / beim Paar sein – bei uns sein.**
- 8. Als Berater geht es uns gut, wenn wir Eindrücke ausdrücken, wenn wir durch zurückgeben zurückgehen.**
- 9. In der Beratung gilt daher häufig der Grundsatz: Mein Gefühl ist nicht mein Gefühl.**
- 10. Wer als Berater für sich sorgt, sorgt auch für seine Klienten.**

Der Begriff Berater auf diesem Blatt gilt für weibliche und männliche Berater.

Methodik der Paarberatung

© Martin Koschorke, 11 Aux Vieux Jardins, 67420 St.Blaise-la-Roche, Frankreich