

Beratungsangebot für Paare in Zeiten der Coronakrise

Die Schutzmaßnahmen gegen die schnelle Verbreitung des Coronavirus und zur Vermeidung von Ansteckungen, ist für uns alle mit enormen Belastungen verbunden. Seit Mitte März befinden wir uns in verstärkter häuslicher Isolation. Das öffentliche Leben wurde auf ein Minimum heruntergefahren. Die strengen Maßnahmen konnten zwar nach und nach gelockert werden, unsere Gesellschaft, Freundschaften, Liebesbeziehungen, Paare und jede*r einzelne sind jedoch nach wie vor nicht im "Normalzustand", sie stehen nach wie vor unter starkem Stress. Viele Menschen haben unter den Folgen der Maßnahmen zu leiden wie Einkommenseinbußen, Gefährdung oder Verlust des Arbeitsplatzes. Die Zukunft ist unsicherer geworden. Gleichzeitig sind Ressourcen, die uns bei der Bewältigung unseres Alltags hilfreich sein können, erschwert bzw. gar nicht mehr zugänglich. Treffen mit Freunden, Entspannung durch sportliche Betätigung, Freizeitaktivitäten, kulturelles Leben, Kino, Theater, Konzerte, Diskussionsveranstaltungen usw. – alles das findet zurzeit nicht mehr oder nur eingeschränkt statt. Der Stress in Familie und Partnerschaft steigt. Die erzwungene Nähe, verbunden mit Ängsten um die eigene Gesundheit und die berufliche Existenz, erhöhen das Konfliktpotential und die Gefahr destruktiver Entgleisungen.

Psychologische Beratung im direkten Kontakt ist wieder möglich, aber für viele angesichts hoher logistischer Anforderungen, wie zum Beispiel Regelung der Kinderbetreuung bei eingeschränktem Schul- und Kitabetrieb, schwer wahrnehmbar. Telefonberatung mit Paaren ist schwierig.

Wir möchten Paaren dennoch die Möglichkeit geben, sich psychologisch beraten zu lassen. Dazu bieten wir eine Beratung im Video-Chat an.

Wir nutzen dazu eine für Arzt- und Psychotherapeutenpraxen entwickelte Software, mit der direkte verschlüsselte und gesicherte Verbindungen vom Computer der Berater*in zum Computer oder Laptop oder Smartphone des Paares hergestellt werden können.

Praktisch funktioniert das wie in der direkten Beratung: Sie vereinbaren über unser Sekretariat einen Termin. Sie bekommen von uns eine Internetadresse zugesandt. Mit dieser können Sie sich zu der vereinbarten Zeit in das virtuelle Beratungszimmer einloggen. Dort treffen Sie auf Ihre Berater*in. Das virtuelle Beratungszimmer ist ausschließlich für Sie und Ihre Berater*in zugänglich. Für ein erstes Gespräch berechnen wir keine Kosten. Für weitere Gespräche gelten unsere üblichen Paarberatungskosten (€ 55,- pro Sitzung).

Unser Sekretariat erreichen Sie unter der Rufnummer 0711 / 6567906.