

VEREIN  
**FIBEL**

Fraueninitiative

Bikulturelle Ehen und

Lebensgemeinschaften



## Seminar für Berater:innen **Praktische Methoden der Paarberatung und Paartherapie**

Die familiären Prägungen beeinflussen die Art, wie Menschen denken, kommunizieren und handeln. In der Paarbeziehung spiegeln sie sich in den Mechanismen der Anziehung sowie im unbewussten Beziehungsvertrag wider.

Konfliktsituation bzw. Krise greifen die Partner\*innen auf unterschiedliche implizite Schutzmuster und Copingstrategien zu, die eng mit ihren Bindungserfahrungen im Zusammenhang stehen.

Besonders in der Krisenzeit kann die Paardynamik auch in der Paarberatung sehr reaktiv sein. Um die Prozesssteuerung in der Sitzung zu erleichtern oder bestimmtes emotionales Erleben zu ermöglichen, kann es hilfreich sein, sich nicht nur verbaler Methoden zu bedienen.

Im Seminar werden verschiedene praktische und erlebnisorientierte Methoden für die Arbeit mit Paaren vorgestellt. Dabei beschäftigen wir uns mit **folgenden Inhalten und Zielen**:

- Stärkung der emotionalen Verbundenheit
- Aktivierung der partnerschaftlichen Ressourcen
- Erhöhung der Akzeptanz von (Persönlichkeits-)Unterschieden
- Zugang zu Primäremotionen und Beziehungsbedürfnissen
- Umgang mit Konfliktsituationen, Verletzungen und Grenzen

Es werden **konkrete Übungen und praktische Methoden** wie z.B. Arbeit mit Bildern, Figuren, Seilen und anderen Materialien, spezifische Satzanfänge und Dialoge sowie nonverbale Techniken erläutert und eingeübt. Besondere Methoden für die Arbeit mit reaktiven, traumatisierten und ambivalenten Paaren werden vorgestellt.

**Ziele:** Erweiterung der Kenntnisse über Paardynamik und Copingstrategien, Erlernen von Übungen und erlebnisorientierten Methoden für die Arbeit mit Paaren

**Methoden:** Vortrag, Diskussion, Kleingruppenarbeit, Übungen, Fallbeispiele

**Datum und Dauer:** 18.-19.11.2026, 9-17:30, (16 UE)

**Ort:** Frauenhelfer Wien, Untere Weißgerberstraße 41, 1030 Wien

**Kosten:** 300€, ermäßigt für anerkannte Familienberater:innen: 60€ Selbstbehalt

**Seminar-Leitung:** Mag.<sup>a</sup> Stanislava Schraufek Merdinger, Klinische Psychologin, Psychotherapeutin (KIP), Traumatherapeutin und Paartherapeutin, Seit 2014 Beraterin bei FIBEL

**Anmeldung:** Unter [fibel@verein-fibel.at](mailto:fibel@verein-fibel.at)