

Fragebogen für die Paarberatung

Name

Alter:

Beruf

Telefonnummer

Adresse

Emailadresse

Gegenwärtige Situation

Seit wann leben Sie zusammen?

Seit wann sind Sie verheiratet?

Haben Sie Kinder- gemeinsame oder aus anderen Beziehungen
Name und Geburtsdatum der Kinder

Evtl Beruf , schulischer Werdegang, Berufsausbildungen

Wer lebt noch im Haushalt?

Wer außerhalb des Haushalts gehört zur engeren Familie?

Beziehungssituation

1. Phasen der Beziehung

Kennen Sie das Konzept der verschiedenen Phasen einer Paarbeziehung und den typischen Chancen und Konflikten? (Ausführlich unter www.Symboltherapie.de Vorträge – Blieskastel)

In welcher Phase der Beziehung befinden Sie sich?

- a. Verliebtheitsphase
- b. Erste Ehejahre
- c. Kleinkinder
- d. Kinder in der Pubertät
- e. Kinder gehen aus dem Haus, - das Paar wird wieder „nur ein Paar“ und beide sind nicht vorwiegend Eltern.
- f. Berufstätigkeit, beider Partner oder nur eines Partners.
- g. Alte Paare (seit über 30 Jahren zusammen)
- h. Pensionierung

2. Qualität der Beziehung

Welche Interessen haben Sie gemeinsam? (Einrichtung der Wohnung, Erziehung der Kinder, Urlaubsgestaltung, Freizeitgestaltung.....)

Wie groß ist Ihre gemeinsame Schnittmenge. Können Sie das in Prozenten angeben?

Warum haben Sie sich in einander verliebt?

Was können Sie besonders gut?

Was kann Ihre Partnerin/ Ihr Partner besonders gut?

Wie können Sie beide von Ihren jeweiligen Kompetenzen profitieren?

3. Die Balancen in der Beziehung

3.1. Wie ist die Balance zwischen Nähe und Autonomie?

3.2. Wie ist die Balance zwischen Geben und Nehmen

3.3. Wie ist die Balance in den Bereichen Macht und sozialer Anerkennung

3.4. Finanzielle Situation

- Wie ist die finanzielle Situation geregelt? Sind Sie finanziell genügend abgesichert oder ist die finanzielle Basis zu knapp?

- Wer verdient das Geld?

- Wer verwaltet die Finanzen und wie?

3.5. Sexuelle Situation

Das Problem

1. Wer hat die Beratung vorgeschlagen? Warum? Gab es schon frühere Beratungen?
Warum kommen Sie gerade jetzt?

2. Worin sehen Sie Ihr Problem?

3. Hat das Problem eine Geschichte? Seit wann besteht es? Wie hat es sich entwickelt?

4. Was soll durch die Therapie verändert werden?

- Bei Ihnen selbst?
- Bei der Partnerin/ dem Partner?
- In der familiären Situation
- In der Großfamilie

Fazit: wie soll Ihr Leben dann aussehen?

Was soll durch die Therapie nicht verändert werden?

Frühere Beziehungen:

Zusammengelebt - wie lange? Verheiratet -wie lange? Geschieden:

Andere wichtige Beziehungserfahrungen?

Soziale Situation

Berufliche Situation: Ist der Beruf belastend oder aufbauend?

Wohnsituation (wer hat ein eigenes Zimmer?)

Wie ist die Nachbarschaft? Wie ist die Wohnlage/ Verkehrsanbindung

Familienmanagement: Aufteilung der Hausarbeit, Tagesablauf.

Freundeskreis (gemeinsame Freunde, haben Sie jeweils Freunde für sich)

Gesundheitliche Situation

Krankheiten

Wichtige Daten aus der Lebensgeschichte

Problemrelevante Ereignisse, die von den vorhergehenden Fragen noch nicht erfasst wurden.

Vergangenheitsaspekt

1. Familiärer Hintergrund

Leben die Eltern noch? Wie alt sind sie? Krankheiten?

Berufe der Eltern

Geschwister (Alter, Berufe...)

Gibt es wichtige Aspekte in der Herkunftsfamilie?

- Beziehung zur Mutter /zum Vater früher und jetzt .

Wie haben Sie die Eltern erlebt?

Wie haben Sie die Partnerschaft der Eltern, Großeltern erlebt?

Gab es Koalitionen ? Wer mit wem worum? Gibt es Verstoßene?

- Rollenzuschreibungen (der kluge, die schöne, der faule...)
- Beziehung zu den Geschwistern früher und jetzt
- Interaktionsformen der Familienmitglieder untereinander- frühe und heute?
- Todesfälle

Kommunikationsbereich- Wie gehen Sie miteinander um?

Kennen Sie die 5:1 Regel (Eine Kritik kann nur angenommen werden, wenn sie von mindestens 5 Anerkennungen begleitet ist? Wie ist das bei Ihnen?

Machen Sie sich gegenseitig Schuldzuweisungen, dass jeweils der oder die Andere an den Problemen schuldig ist nach dem Motto: „wenn Du Dich nur ändern würdest wäre alles gut“ ?

Was funktioniert gut? Welche Situationen haben Sie bereits gut gemeistert? Was waren Ihre bisherigen Problemlösungsarten?

Wie groß ist Ihre Veränderungsbereitschaft im Vergleich zu dem Bedürfnis, alles so lassen, wie es ist? (In Prozenten angeben)