

DYADE - die Praxis für Paare

Die Praxis hat sich auf die Beratung von Partnern spezialisiert, die sich in den unterschiedlichsten Phasen einer Partnerschaft befinden, von der Ehevorbereitung über Coaching und Paartherapie bis hin zur Mediation in Konfliktfällen. Daneben finden auch Einzelpersonen vor, während und nach einzelnen Partnerschaften Hilfe und Unterstützung, z. B. zur Nachbearbeitung vergangener oder Vorbereitung zukünftiger Paarbeziehungen.

Die Praxis wurde 1998 von Dipl.-Psych. Manfred Söder gegründet und in den folgenden Jahren zur heutigen Spezialisierung entwickelt. Zur Stärkung der weiblichen Sicht- und Erlebensweise kam später Dipl.-Psych. Dana Prentki hinzu. Klienten finden in den verkehrsgünstig gelegenen Praxisräumen in Düsseldorf-Benrath einen Ort, an dem sie in einem geschützten Rahmen ihre Beziehung reflektieren und weiter differenzieren können.

Sie können die Struktur der Beratung (Dauer, Anzahl und Häufigkeit der Sitzungen, sowie das Verhältnis von Paar- zu Einzelsitzungen) eigenverantwortlich mitgestalten, so dass Sie weitgehende Prozess- und Kostenkontrolle erhalten. Ein halbstündiges persönliches Vorgespräch zur Abklärung der Bedürfnisse kann unverbindlich und ohne Kosten vereinbart werden, damit Sie erfahren können, ob "die Chemie stimmt", was eine der wichtigen Voraussetzungen für eine konstruktive Zusammenarbeit ist.

Falls es zu einer Kooperation kommt, folgt in der Regel ein diagnostisches Aufnahmegespräch mit einer Potenzialanalyse Ihrer Partnerschaft, aus der dann weitere Optionen abgeleitet werden können. Die Klärungs- oder Veränderungsarbeit erfolgt dann je nach Bedarf und Absprache als Einzel- oder Paarsitzungen mit einem Therapeuten, einer Therapeutin oder einem Therapeutenpaar.

Paartherapie und Eheberatung

Die Paartherapie fördert Offenheit und unterstützt das gegenseitige Verständnis individuellen Denkens, Handelns und Fühlens und schafft dadurch Transparenz und Klarheit. Darüber hinaus strukturiert die Paartherapie aber auch die Kommunikation über konkrete Probleme und bereitet diese für eine Lösung vor. Sie schafft damit wieder eine gemeinsame Perspektive für positive Erfahrungen im Umgang miteinander.

Sexualtherapie und -beratung

Für viele Paare stellt die Sexualität einen feinen Gradmesser für die Beziehung dar. Sexuelle Störungen lehnen sich oft an partnerschaftliche Probleme an. Manchmal bleiben sie aber auch noch bestehen, wenn die Konflikte beseitigt sind und beginnen ein Eigenleben zu entwickeln. So können sie auch noch in spätere Beziehungen hineinreichen und zukünftige Partner verunsichern. Paare stehen gerade sexuellen Problemen ratlos gegenüber, da es sich oft um subtile Verflechtungen bewusster und unbewusster Prozesse handelt, die sich nur selten willkürlich steuern lassen. Zum Teil wirken dann die Frustrationen auf die allgemeine Zufriedenheit in der Partnerschaft zurück, so dass in der Therapie beiden Ebenen Raum gegeben werden sollte.

Paardiagnostik - die Inspektion für Paare

Für Paare, die noch nicht wissen, wie es weitergehen soll, bieten wir eine umfassende Partnerschaftsdiagnostik an, die sowohl die Stärken als auch die Schwächen der Beziehung aufzeigt und auf die Entwicklungspotentiale hindeutet. Die Beurteilung basiert auf Beobachtungsdaten und auf mit größeren Stichproben von Paaren standardisierten Tests. Aus diesen können dann auch konkrete Therapieziele abgeleitet werden.

Coaching für Paare

Am Anfang der Beziehung oder wenn die Partner gewöhnt sind, einen sehr liebevollen Umgang miteinander zu pflegen, fällt es ihnen in der Regel leicht, Interessenkonflikte oder Frustrationen in der Partnerschaft stillschweigend hinzunehmen. Gerade weil man sich so gut versteht, möchte man die Partnerschaft nicht leichtfertig in Gefahr bringen, indem man Bedürfnisse anmeldet, die den Partner vielleicht überfordern könnten. Langfristig wirken sich diese kleineren Frustrationen jedoch eher negativ auf die Beziehung aus. Coaching hilft, Wünsche und Bedürfnisse angemessen zu formulieren und konstruktiv für die Partnerschaft zu nutzen.

Coaching für Einzelpersonen

Manchmal ist es nicht möglich, sich als Paar coachen zu lassen, sei es, dass der Partner kein Interesse an Gesprächen hat, oder dass man selbst eine Trennung beabsichtigt oder schon vollzogen hat. Da eine erfolgreiche Partnerschaft ein wesentlicher Faktor für die allgemeine Lebenszufriedenheit und die Gesundheit ist, sollte man sich nicht allein dem Zufall überlassen, sondern sein Liebesleben bewusst in die eigenen Hände nehmen.

Partnerseminare und Paargruppentherapie

Zur Bearbeitung leichterer Partnerschaftsprobleme eignen sich anstelle einer individualisierten Behandlung auch verhaltenstherapeutisch orientierte Standardprogramme, soweit deren Effektivität wissenschaftlich belegt werden konnte. Diese Programme können Gruppen aus mehreren Paaren oder auch exklusiv einzelnen Paaren vermittelt werden, die sich für einen oder mehrere Tage am Wochenende mit einem Therapeutenpaar zusammenfinden.

Liberale Ehevorbereitung

Trotz aller Scheidungsstatistiken steht eine dauerhafte Beziehung ganz oben auf der Wunschliste der meisten jungen Erwachsenen. Zufriedenstellende Partnerschaft wird oft als eine Sache des Glücks oder Unglücks betrachtet, bei der es darum geht, den "richtigen Partner" zu finden. Die Notwendigkeit einer Pflege der Partnerschaft wird gerade am Anfang einer Beziehung nur unzureichend wahrgenommen. Ehevorbereitung gibt jungen Partnerschaften ein Instrumentarium an die Hand, um schwierige Situationen in der gemeinsamen Zukunft zu meistern. Die Seminarinhalte sind im Gegensatz zu den Angeboten der Kirchen weltanschaulich nicht gebunden.

Paarmediation und Konfliktberatung

Manchmal ist eine gescheiterte Paarbeziehung mit soviel Schmerz und gegenseitigen Verletzungen verbunden, dass gemeinsame Absprachen kaum noch möglich erscheinen. Die Eskalation des Streits verhindert für lange Zeit, dass die Partner emotional Abschied von einander nehmen können, und dass die Wunden verheilen. Es leiden aber nicht nur die ehemaligen Partner, sondern in besonderer Weise auch die Kinder, die nicht mehr wissen, wie sie sich in dieser Situation verhalten müssen, um beiden Eltern gerecht zu werden. Mediation hilft einen Schluss-Strich unter die Vergangenheit zu ziehen und für die Zukunft einen konstruktiven Umgang miteinander zu finden. Wir bieten jedoch keine Mediation in familienrechtlichen Auseinandersetzungen an.

Familientherapie und systemische Beratung

Als schwächstes Glied in der Kette zeigen Kinder durch Verhaltensauffälligkeiten an, dass das System ihrer Familie auseinander zu brechen droht. Die Familientherapie richtet sich an die ganze Familie. Im Mittelpunkt stehen nicht die Familienmitglieder, sondern vielmehr die Beziehungen untereinander. Diese sollen als Ressourcen besser nutzbar gemacht werden.

Psychotherapie und lösungsorientierte Kurzzeittherapie

Die Wartezeiten für eine Psychotherapie-Platz in einer Kassenpraxis betragen oft genug mehrere Monate. Manchmal ist zur konstruktiven Verarbeitung einer Krise auch keine ganze Psychotherapie im Umfang von 25 oder 50 Stunden notwendig, da es sich nur um die Bewältigung einer vorübergehenden Überforderung handelt. Hier ist es vielleicht angezeigt, kurzfristig einige Sitzungen zur Verminderung des Leidensdruckes und zur Anregung der Selbstheilungskräfte des Organismus in Anspruch zu nehmen.

Organisation

Die Räume sind ruhig gelegen, so dass unsere Klienten, anders als in der Innenstadt, eine sehr entspannte Parkplatzsituation vorfinden. Zum Rhein sind es nur wenige Schritte und eine Uferpromenade lädt zu jeder Jahreszeit zum Spaziergang zum Benrather Schloss ein.

Die Benrodestraße verläuft parallel zur Benrather Schlossallee und ist mit allen öffentlichen Verkehrsmitteln sehr gut zu erreichen. Über die Autobahnen A46 und A59 erfolgt die private Anfahrt aus den umliegenden Städten recht zügig, da der Stadtverkehr umgangen werden kann.

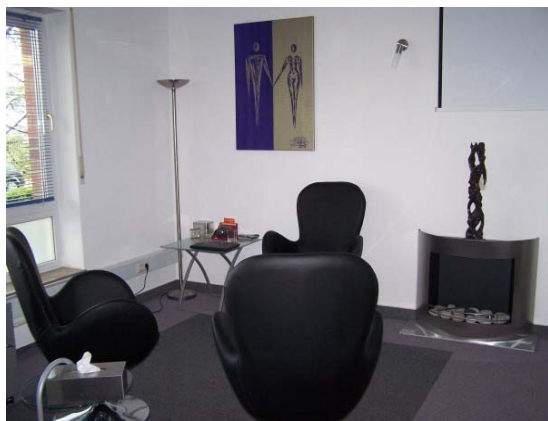
Straßenbahn: Linie 701 bis Schöne Aussicht
(dann ca. 100 m zu Fuß)

Bus: Linie 817 bis Schöne Aussicht
(dann ca. 100 m zu Fuß)

U-Bahn: Linien U74 bis Schöne Aussicht
(dann ca. 100 m zu Fuß)

S-Bahn: Linie S6 bis Bahnhof Benrath
(dann ca. 900 m zu Fuß)

Regional-Express: Linien RE1 und RE5 bis Bahnhof Benrath
(dann ca. 900 m zu Fuß)



Ausstattung Die Praxis (105 qm) verfügt über zwei Therapieräume, Gruppenraum, Wartezimmer, Büro, Flur und zwei Toiletten in funktionaler und moderner Ausstattung. Getränke und kleinere Snacks stehen Ihnen selbstverständlich zur freien Verfügung.

Telefon-Sprechstunden: Persönlich erreichbar in der Regel von Montags bis Freitags zwischen 14:00 und 15.30 Uhr - der Anrufbeantworter ist jedoch immer für Sie bereit.

Praxis-Sprechstunden: Montag bis Freitag von 14:00 bis 22:00 Uhr, jedoch nur nach telefonischer Voranmeldung. Ein kurzes persönliches Informationsgespräch bleibt für beide Seiten unverbindlich.

Postanschrift: DYADE - die Praxis für Paare
Psychologische Praxisgemeinschaft
Benrodestr. 125
D-40597 Düsseldorf

Telefon und Anrufbeantworter: 0211 / 44 57 52

Mailbox-System mit Infoansagen: 0211 / 484 67 81

Fax und Faxabruf mit Infos: 0211 / 484 67 82

Mobil: 0172 / 171 11 23 (D. Prentki)
0170 / 380 09 10 (M. Söder)

Mail: dyade@praxis-fuer-paare.de

Web: www.praxis-fuer-paare.de

Handheld: www.praxis-fuer-paare.de/mobil



Dipl.-Psych. Manfred Söder



Dipl.-Psych. Danuta Prentki