

[www.klausheer.com](http://www.klausheer.com)

Angenommen, Sie sind sich als Paar einig, dass Sie meine professionelle Begleitung in einer unübersichtlichen oder festgefahrenen Beziehungs-Situation beanspruchen möchten, dann biete ich Ihnen neuerdings drei Möglichkeiten an:

1. Sie kommen beide zu mir in die Praxis. Verwenden Sie das Anmeldeformular
2. Ich besuche Sie bei Ihnen zu Hause – quasi als Stör-Paartherapeut
3. Wir wirken online zu dritt zusammen, über Skype oder FaceTime

Falls Sie die Varianten 2 oder 3 in Betracht ziehen, müssten wir zuerst die präzisen Voraussetzungen telefonisch miteinander klären. Schreiben Sie mir per Kontaktformular oder per E-Mail [heer@klausheer.com](mailto:heer@klausheer.com) oder rufen Sie mich an +41 (0)31 372 27 17.

Sicher ist allemal, dass Sie mit mir nur als Paar zusammenarbeiten können, niemals als Einzelperson.

Beziehungen beschäftigen uns lebenslang, Liebesbeziehungen besonders, und die Liebe ist vielleicht das anziehendste und rätselhafteste Lebensthema überhaupt. Wer den Versuch unternimmt, einen Menschen ein Leben lang zu lieben oder zumindest «gern zu haben», wird immer mit der Frage konfrontiert sein, was Liebe ist.

Wie denken Sie darüber? Sehen Sie sich die vierzehn berühmten Definitionen der Liebe an und kreuzen Sie Ihre Meinung dazu an.

## Liebe ist...

- |            |            |                    |
|------------|------------|--------------------|
| <b>1</b>   | <b>2</b>   | <b>3</b>           |
| Ja, genau! | So lala... | Gefällt mir nicht! |

## **1 «Liebe ist das Vergnügen, das zwei Menschen aneinander haben.»**

Friedrich Nietzsche

- 1 Ja, berührt mich auch, sehr sogar. Ein federleichter Gedanke, der zum Ballastabwerfen verlockt!
- 2 Was verstehen Sie unter «Vergnügen»? Etwas anderes als Ihre Partnerin/Ihr Partner?
- 3 Sie haben also höhere Ansprüche an Ihre Beziehung? Welche? Sind Sie sicher, dass sie erfüllbar sind??

## **2 «Liebe ist Qual, Lieblosigkeit ist Tod.»**

Maria von Ebner-Eschenbach

- 1 Ich fürchte, Frau E.-E. hat Recht! Jedenfalls was die Ehe betrifft. Doch von der Liebesmüh' Lohn sagt sie nichts...
- 2 Vielleicht passt Ihnen nur der zweite Satz richtig. Das genügt zum Verständnis der beiden Sätze.
- 3 Eventuell ziehen Sie einen anderen Gedanken von Frau E.-E. vor: «Die meisten Menschen brauchen mehr Liebe, als sie verdienen.»

## **3 «Liebe ist, was man mit einem anderen durchgemacht hat.»**

James Thurber

- 1 Stimmt wohl nur, wenn dabei das Herzstück der Beziehung heil geblieben ist.
- 2 Sie haben Recht: Es hängt doch klar davon ab, wie man das mit dem anderen durchgemacht hat.
- 3 Was Sie durchgemacht haben, können und wollen Sie nicht mehr Liebe nennen? Eher: «Masochismus»?

## **4 «Liebe ist die wunderbare Gabe, einen Menschen so zu sehen, wie er nicht ist.»**

Hannelore Schroth

- 1 ... oder wie er noch nicht ist: Mit Ihrer Liebe können vielleicht die schlummernden besten Seiten des anderen ans Licht bringen.
- 2 Und wer möchte Sie so sehen, wie Sie am liebsten wären? Das könnte Sie wärmen und beflügeln!
- 3 Sie finden, es ist schon schwer genug, den anderen zu sehen, wie er ist? Wie Recht Sie haben!

## **5 «Die Liebe ist der Wunsch, geliebt zu werden.»**

Jean Giraudoux



- 1 Alle Achtung! Ihre Ehrlichkeit ist unerbittlich! Dafür verdienen Sie wirklich, geliebt zu werden.
- 2 Ihr Zögern ist vermutlich berechtigt: Niemand hat eine Ahnung, was Liebe wirklich ist.
- 3 Ihre Liebe ist uneigennützig, sagen Sie also. Ihr Partner/Ihre Partnerin weiss am Besten, obs wirklich stimmt.

## **6 «Liebe ist eine Krankheit, die nur durch die Ehe kuriert werden kann.»**

Georg Christoph Lichtenberg



- 1 Hat Sie das Zusammenleben auch ernüchtert? Nüchtern lässt sich vielleicht noch besser lieben!
- 2 Zugegeben, eine ziemlich krass männliche Sicht auf die Liebe! Anregend immerhin...
- 3 Klingt brutal, nicht wahr? – Nicht so schlimm: Der alte scharfsinnige Ironiker Lichtenberg liebte das aufklärerische Augenzwinkern.

## **7 «Nicht mangelnde Liebe, sondern mangelnde Freundschaft führt zu unglücklichen Ehen.»**

Friedrich Nietzsche



- 1 Eben! Vielleicht hat Sie auch schon der beunruhigende Gedanke gestreift: «Huch – ich hab ‹keine Gefühle mehr› für ihn/sie!» Doch freundschaftliche Gefühle wären vermutlich weniger zerbrechlich. Und wohliger!

- 2 Sie liebäugeln mit einer neuen Sicht auf Ihre Beziehung?
- 3 Lieber ein unglückliches Liebespaar als lebenswürdige Freunde? Wirklich?

## 8 «Wie ein Sumpf ist die Liebe.»

Pablo Neruda



- 1 Ah, Sie haben also ein liebendes Augen für das vielfältige Leben im Liebessumpf?!
- 2 Dann überzeugt Sie Richard Dehmel auch nicht ganz: «Aber die Liebe ist das Trübe.»?
- 3 Fester Boden unter den Füßen ist Ihnen lieber?

## 9 «Ach, die Liebe ist nicht da, um uns glücklich zu machen. Ich glaube, sie ist da, um uns zu zeigen, wie stark wir im Leiden und Tragen, es komme ihnen so vor, als sprächen Sie «nicht sein können.»

Hermann Hesse



- 1 Sind Sie wirklich schon soo reif?
- 2 Glück, Leiden & Liebe in einem einzigen Zitat – das überfordert Sie?
- 3 So was Miesepeteriges hätte man dem Hesse gar nicht zugetraut!

## 10 «Die Liebe ist die einzige Leidenschaft, die mit einer Münze bezahlt wird, die sie selbst prägt.»

Stendhal



- 1 Ja, offenbar ist nichts gratis: Auch die Liebe war schon immer gebührenpflichtig.
- 2 Sind Sie unsicher, ob die Liebe nicht doch ein Geschenk sein sollte?
- 3 Sie meinen, der überrissene Preis werde Ihnen diktiert?

## 11 «Liebe ist: nicht arbeiten müssen. Nur da sein. Wieso genügt das keinem?»

Elfriede Jeninek



- 1 Ihnen genügt das offenbar: Da sein ist Lieben! Wetten, Sie sind eine Frau!
- 2 Ja, noch eine Weile auf dem sperrigen Zitat herumkauen!
- 3 Beschissen, immer zu wenig oder das Falsche zu tun, nicht wahr?

## **12 «Liebe ist der Schleier zwischen Liebenden.»**

Khalil Gibran



- 1 Max Frisch wäre einverstanden: «Erst das Geheimnis, das ein Mann und ein Weib voreinander hüten, macht sie zum Paar.»
- 2 Klingt das anstrengend in Ihren Ohren?
- 3 Sie sind für die gläserne Ehe: «Wenn man sich liebt, hat man nichts zu verstecken.»?

## **13 «Liebe ist eine Krankheit, die dich mit dem Begehren erfüllt, begehrt zu werden.»**

Henri de Toulouse-Lautrec



- 1 Genau das fand später auch der französische Psychoanalytiker Jacques Lacan: «Das Begehren begehrt das Begehren des anderen.»
- 2 Macht es Sie unsicher, dass Liebe kurzerhand mit Begehren gleichgesetzt wird?
- 3 Sie haben wahrscheinlich Recht: Liebe ist keine Krankheit. Aber Begehrtwerdenwollen ist auch nicht Liebe.

## **14 «Liebe heisst Schwäche zu zeigen, ohne Stärke zu provozieren.»**

Theodor W. Adorno



- 1 Mit welchem der beiden Satzteile sind Sie besonders einverstanden?
- 2 Vielleicht verstehen Sie nicht auf Anhieb, wie sich der Adorno die Liebe vorstellt – schwach oder stark.
- 3 Denken Sie ganz einfach: Beide Liebenden sollen so sein können, wie sie sind?

## Ich biete Ihnen meine Zusammenarbeit an, wenn...

- Sie in Ihrer Ehe oder Beziehung in einen akuten oder chronischen Engpass geraten sind, nicht mehr wissen, woran Sie sind, und hoffen, eine aktive Begleitung bei der Entdeckung einer neuen gemeinsamen Perspektive zu finden.
- Ihnen Ihre Partnerschaft so vorkommt, als würde sie stagnieren oder vertrocknen, sodass Ihnen die (Zusammen-)Lebensfreude abhanden zu kommen droht. Ihren verschütteten Paar-Ressourcen kommen wir zu dritt vielleicht eher auf die Spur, als wenn Sie sich allein im Kreis drehen.
- Ihnen oder Ihrer Partnerin/Ihrem Partner oder Ihnen beiden die Zukunft Ihrer Beziehung gefährdet, in Frage gestellt oder unsicher erscheint und eine Entscheidung fällig wird.
- Ihre Verständigung beinahe verstummt ist oder Sie offensichtlich zwei unverständliche Sprachen sprechen und Uebersetzungshilfe brauchen könnten.
- Sie den zerbrechlichsten Bereich Ihrer Beziehung – Erotik und Sexualität – als beschädigt oder darben empfinden und über Störung und Mangel nicht vollends resignieren mögen. Vielleicht sind Sie froh, wenn jemand dazukommt, der Sie unbefangen aus Ihrer Sprachlosigkeit herausbegleitet.
- die Wellen Ihrer Emotionen so hoch gehen (zum Beispiel weil einer von Ihnen fleischliche Beziehungen nach aussen geknüpft hat), dass Sie nicht mehr richtig denken können, weil es unsäglich weh tut und Sie zur Gänze verunsichert sind. Dann können Sie damit rechnen, dass ich solche bedrohlichen Krisen schon tausendmal miterlebt habe und Ihnen die dringend notwendige hilfreiche Distanz bieten kann.
- Sie den Notausgang aus Ihrer Beziehung suchen möchten und fürchten, ihn nicht zu finden und stattdessen in einem endlosen kalten oder heissen Kriegszustand stecken zu bleiben. Ich begleite Sie bei der Suche nach einer Lösung im Sinne von Los-Lösung und helfe mit bei der Ausarbeitung eines Trennungvereinbarung. Wenn Sie möchten, unterstütze ich Sie dabei konkret mit einem Arbeitsblatt, das Sie von meiner Website herunterladen können.
- Sie übereinkommen, dass Ihre Beziehung zwar überhaupt nicht schlecht ist, aber einen professionellen Erneuerungs-Impuls gut brauchen könnte: ein anregendes Paar-

Coaching, eine gezielte Auffrischung, ein- oder zweimal. Oder in ganz grossen Abständen.

- Sie und Ihr Partner/Ihre Partnerin unterschiedliche oder sogar entgegengesetzte Vorstellungen über den Zustand und die Zukunft Ihrer Beziehung haben sollten. Sie brauchen also nicht gleich und nicht gleich stark motiviert zu sein für ein Gespräch zu dritt; es genügt, wenn Sie beide da sind.

Meines Wissens bin ich der einzige Psychologe in der Gegend, der ausschliesslich Paartherapie anbietet. Sie können also von Anfang bis Ende nur als Paar zu mir kommen. Wenn das nicht möglich ist (z.B. weil Ihre Partnerin, Ihr Partner sich nicht zu einer Paartherapie entschliessen kann), kontaktieren Sie mich bitte: Vielleicht erfinden wir gemeinsam einen Ausweg, oder ich empfehle Ihnen eine kompetente Psychotherapeutin, einen ausgewiesenen Psychotherapeuten. Dort könnten Sie Ihre Beziehungsthemen unter vier Augen zur Sprache bringen.

## Was Sie von mir nicht erwarten können

- **Ich werde Ihr Problem nicht «lösen»**, wie man das von einer algebraischen Aufgabe oder vom Märchen gewohnt ist. Anbieten kann ich meine menschlich begrenzte professionelle Kompetenz und meine Lust, mit Ihnen beiden zusammenzuarbeiten.
- **Ich werde nicht dahin wirken**, Ihren Partner, Ihre Partnerin nach Ihren Wünschen und Vorstellungen zu verändern. Das kann ich nicht; und selbst wenn ichs könnte, würde ichs nicht tun, weil damit unsere Dreier-Zusammenarbeit erschwert oder verunmöglicht würde.
- **Ich werde nicht definieren**, was «normal», «natürlich» und «richtig» ist in «guten» Beziehungen. Mir liegt viel mehr daran, Sie zu ermutigen, herauszufinden, auf was für eine Beziehung Sie beide sich einigen können.
- **Ich werde es nicht schaffen**, aufzudecken, «warum» Sie Probleme haben miteinander. Mir ist viel wichtiger, dass wir zusammen den Ausweg aus der gegenwärtigen Unwirtlichkeit suchen und finden und Ihre Beziehung wieder eine lebenswerte Perspektive bekommt.

- **Ich werde Ihnen nicht helfen**, Ihre Probleme noch ausgeklügelter zu beschreiben und zu «verstehen». Wenn Sie Ihre «Muster» und «Mechanismen» kennen, sind Sie der Problemlösung kaum näher. Sie müssen damit rechnen, dass ich Ihre Such- und (Nicht-) Finde-Gewohnheiten verwirre – womöglich eine Voraussetzung für einen kreativen Neustart.
- **Ich werde nicht mitmachen**, wenn es darum gehen sollte, die «Schuld» an Ihren Problemen zu platzieren. Viel eher unterstütze ich Sie beide, herauszuarbeiten, was Sie beide je konkret zu einer für beide attraktiven Lösung beitragen können.

Nach Abschluss der Paartherapie werde ich Sie vielleicht zu einer rückblickenden Fragenbogen-Einschätzung unserer Zusammenarbeit einladen. Diese Rückmeldung gibt Ihnen Gelegenheit, mich und meine Arbeit Punkt für Punkt einzustufen und mit Ihren Erwartungen zu vergleichen. Den Feedback-Fragebogen können Sie von meiner Website herunterladen, ausdrucken, ausfüllen und mir per Post schicken.

## Ausbildungshintergrund

Psychologiestudium in Hamburg und Bern, Promotion zum Dr. phil. I im Jahre 1973. Ausbildung zum Psychotherapeuten Gestalttherapeutischer Richtung (Fritz-Perls-Institut Düsseldorf), anschliessend Paar- und Familientherapie-Ausbildung bei Dr. C. Gammer & Prof. Dr. M. Kirschenbaum (Zürich). In den letzten Jahren kamen hypnotherapeutische (lösungsorientierte) Konzepte dazu (Dr. Gunther Schmidt, Heidelberg).

Sie möchten mehr über mich wissen: Lesen Sie meinen Lebenslauf auf der Homepage.



## Gesetzlicher Schutz: Auftragsrecht, Berufsgeheimnis

- **Wenn Sie mir den Auftrag erteilen, Ihre Beziehung professionell zu begleiten, sind Ihre Rechte auftragsrechtlich geschützt.**

Gemäss dem Schweizerischen Obligationenrecht (OR) verpflichte ich mich als Ihr Beauftragter «für getreue und sorgfältige Ausführung» des mir übertragenen Auftrags (Art. 398, Absatz 2 OR).

- **Wenn Sie mit Ihren intimen Themen zu mir kommen, haben Sie Anrecht auf absolute Diskretion.**

Das Bundesgesetz über den Datenschutz (DSG) stellt seit 1992 jedermann unter Strafe, «der einen Beruf ausübt, bei dem die Kenntnis geheimer und besonders schützenswerter Personendaten unerlässlich ist, und der unbefugt solche Geheimnisse Dritten bekanntgibt.» (Art. 35 DSG). Ohne dass Sie **beide** mich ausdrücklich schriftlich von meinem Berufsgeheimnis entbinden, werde ich also niemals Informationen nach aussen (z.B. Behörden, Anwälte, Arbeitgeber, Supervision, Medien, Forschung, Verwandte usw.) dringen lassen, die mir im Lauf unserer Zusammenarbeit zu Ohren gekommen sind.

- **Im Falle einer späteren Scheidung sind Sie und ich vom Zivilgesetzbuch (ZGB) geschützt.**

Nach ZGB Artikel 139, Absatz 3 (neu seit 1.1.2000) bin ich als Zeuge und Auskunftsperson von einem Scheidungsverfahren ausdrücklich ausgeschlossen. Sie können also sicher sein, dass weder ich selbst noch meine Beratungs-Unterlagen je vor einem Scheidungsgericht eine Rolle spielen könnten. Ich selber muss nicht befürchten, von der Justiz zu Auskünften gedrängt oder gezwungen zu werden, die letztendlich die Vertrauensbasis unserer Zusammenarbeit beschädigen müssten.

## Mein Honorar

- **Ist orts- und Branchenüblich** für Paartherapie: Je 15 Minuten oder angebrochene 15 Minuten Fr. 48.-, d.h. Fr. 192.-/60 Min. Dieser Tarif ist seit 2005 stabil. Ein Anspruch auf Krankenkassenbeiträge besteht in aller Regel nicht; Beziehungsprobleme sind keine Krankheiten.

- **Ich schicke eine Rechnung** mit Einzahlungsschein gewöhnlich jeweils nach zwei Sitzungen. Noch lieber würde ich die Rechnung fürs Telebanking im PDF-Format elektronisch übermitteln – sofern ich die notwendigen Koordinaten zur Verfügung habe. Wegen der hohen Gebühren für Bareinzahlungen am Postschalter bin ich froh, wenn Einzahlungen entweder über Internet oder per Zahlungsauftrag abgewickelt werden. Danke.
- **Eine Sitzung dauert gewöhnlich** zwischen 90 und 120 Minuten. Falls wir uns mehrmals sehen, liegt zwischen den einzelnen Gesprächen in der Regel ein Monatsabstand (plus/minus). Das ermöglicht Ihnen, konkrete Erfahrungen mit den Projekten zu machen, die wir in unseren Sitzungen erarbeitet haben, ohne dass Sie in eine Abhängigkeit von mir geraten und ohne dass wir den Faden zu einander verlieren.
- **Jeden vereinbarten Termin** können Sie – auch ohne Begründung – jederzeit per verschlüsseltes Kontaktformular (siehe Homepage), E-Mail, **SMS (079 375 02 34)**, Fax oder schriftlich absagen, allerdings muss ich **mindestens 48 Stunden** vor dem vereinbarten Termin von Ihrer Absage wissen, sonst müsste ich Ihnen leider den Honorarausfall belasten (unabhängig von den Gründen) und zwar zum Ansatz: Durchschnitt der (maximal 4) vorangegangenen Sitzungen. Ihre Terminabsage ist okay, sobald ich Ihnen ausdrücklich bestätigt habe, dass Ihre Meldung bei mir angekommen ist.
- **Wenn Sie mich zwischen** zwei Gesprächen anrufen oder per E-Mail kontaktieren möchten, berechne ich meinen Zeitaufwand über 10 Minuten zum gleichen Tarif. E-Mail: In meiner Antwort informiere ich Sie, wieviel Zeit ich dafür investiert habe. Bitte beachten Sie, dass Sie Ihre Partnerin, Ihren Partner über den Kontakt mit mir und über dessen Inhalt ins Bild setzen. In der Rolle des Geheimnisträgers wäre mir unwohl. Grundsätzlich ist es vorzuziehen, Ihre Anliegen in der Sitzung selbst vorzubringen. Dort haben Sie die grössten Chancen, dass Ihre Wünsche ganz oder teilweise erfüllt werden. Das ist auch der Grund, warum ich Ihre Paarthemen ausschliesslich mit Ihnen als Paar besprechen möchte.

### **Wie kommt der 60-Minuten-Tarif eines freischaffenden Psychologen zu Stande?**

*Man geht davon aus, dass privat tätige Psychologinnen und Psychologen in einer durchschnittlich ausgelasteten Praxis und bei vergleichbarem Arbeitsaufwand ein Einkommen erzielen sollten, welches mit demjenigen von Kolleginnen und Kollegen im*

*öffentlichen Dienst vergleichbar ist. Da Psychologinnen und Psychologen in freier Praxis natürlich die Risiken und Kosten der Praxis (Miete, Pflege etc.) selber tragen, für ihre Ausbildung und Supervision selber aufkommen und auch ihre Altersvorsorge vollumfänglich finanzieren müssen, entsteht ein Bedarf an einem Bruttoeinkommen von jährlich ungefähr CHF 150'000.- bis CHF 185'000.-. Die Praxisnebenkosten (inkl. Altersvorsorge) betragen - je nach örtlichen und persönlichen Verhältnissen - im Durchschnitt ca. 50% des Bruttoumsatzes.*

*Die produktive Arbeitszeit wird gewöhnlich folgendermassen berechnet: 40 Arbeitswochen pro Jahr (6 Wochen Ferien, 3 Wochen Militärdienst/ Krankheit, 3 Wochen Fort- bzw. Weiterbildung), 5-Tage-Woche. Dies ist aber eine Belastung, die mir persönlich zu hoch wäre, als dass ich auf Dauer ohne Burn-out dranbleiben könnte.*

### **Welche Leistungen sind im Tarif eingeschlossen?**

*Vor- und Nachbereitung von Sitzungen, Führen von Dossiers, kurze telefonische Kontakte, Porti, Administration (Korrespondenz & Buchhaltung), Orientierungen von Bezugspersonen ausserhalb des eigentlichen Behandlungsplanes (nur nach ausdrücklicher Absprache mit den Klientenpaaren), allfällige Reisekosten und andere Spesen, sofern darüber keine separaten Vereinbarungen getroffen wurden.*

***Beratungstarife sind also keine Stundenlöhne!***

## **So finden Sie mich**

### **Grenzweg 17, 3097 Liebefeld**

Ich möchte Ihnen dringend ans Herz legen, dass Sie mit **Öffentlichen Verkehrsmitteln** zu mir reisen. Aus drei Gründen:

- Erstens kann niemand wissen, in welchem Zustand Sie persönlich und Sie als Paar aus der Sitzung herauskommen. Je nachdem könnte es stressig sein, sich ans Steuer eines Autos zu setzen oder mitzufahren.
- Zweitens schonen Sie Ihr Nervensubstrat, wenn Sie nicht verzweifelt im Autobahnstau stecken oder hier nach einem Parkplatz fahnden müssen.
- Und drittens – verstehen Sie das bitte als mein gewichtigstes Argument! – ist es für Ihre Zweisamkeit vermutlich günstig, etwas mehr qualifizierte Paarzeit aufzuwenden und

das Nützliche mit dem Angenehmen zu verbinden, indem Sie vor oder nach unserem Gespräch zum Beispiel noch etwas in Bern flanieren oder eine Berner Platte geniessen. Zeit ist der Rohstoff der Liebe.

## **Öffentliche Verkehrsmittel**

[sbb.ch](http://sbb.ch)

Stadtberner Bus Nr. 10 Richtung Köniz Schliern, einsteigen bei der Haltestelle Bern Bahnhof hinter dem Warenhaus Loeb an der Schauplatzgasse. Sie fahren rund 8 Minuten bis Hessesstrasse (5. Haltestelle ab HB Bern). Der Bus verkehrt tagsüber alle 2 bis 6 Minuten, in der Ferienzeit alle 4 bis 6 Minuten. Den genauen Busfahrplan finden Sie unter [bernmobil.ch](http://bernmobil.ch).

Von der Haltestelle Hessesstrasse bis zu mir gehen Sie drei Minuten zu Fuss: Vor der Tamoil-Tankstelle links biegen Sie in die Liebefeldstrasse ein und an deren Ende peilen Sie rechtwinkelig rechts den Grenzweg an. Sie haben Ihr Ziel erreicht.

## **Auto**

Seit dem 1. Juli 2016 kann ich Ihnen vor meiner Haustüre einen privaten Parkplatz anbieten: das gelbe Parkfeld Nr. 12.

Die Parksituation ist hier in Liebefeld fast so prekär wie in der Stadt.

Am vergleichsweise einfachsten ist das Parkieren kurz vor der südlichen Stadtgrenze Richtung Köniz, vis-à-vis Tennisplatz Wander am linken Rand der Schwarzenburgstrasse. Dort gibt es acht weisse Parkplätze, von denen tatsächlich so gut wie immer einige frei sind;-). Sie müssen die Zentrale Parkuhr zufriedenstellen und Ihr Wagen darf dafür maximal drei Stunden stehen bleiben. Von dort sind es rund 200m oder 5 Minuten zu Fuss bis zum Grenzweg 17.

Etwas näher am Grenzweg 17 gibt es auch einige Parkplätze in der Blauen Zone: Am Anfang des Grenzwegs Ecke Schwarzenburgstrasse rechts vier Stück und an der Liebefeld-Strasse deren zwölf. Auf der anderen Seite der Schwarzenburgstrasse (also links Richtung Köniz) sind es dreizehn blaue Parkplätze an der Liebefeld-Strasse und am Jägerweg acht. Bedenken Sie, dass Paarsitzungen häufig länger dauern als 90 Minuten.

## **Grenzweg 17 (1. Stock), Liebefeld**

Sie läuten bei der Haustüre und ich öffne Ihnen von oben. **Ich bin dankbar, wenn Sie pünktlich sind, d.h. auch nicht zu früh kommen** – mit Rücksicht auf meine Privatsphäre. Ich habe nämlich kein Wartezimmer mehr, seit ich da arbeite, wo ich auch wohne.

## Info & Anmeldung

Tragen Sie sich mit dem Gedanken, professionellen Support für Ihre Partnerschaft zu beanspruchen? Sind Sie aber noch etwas unsicher und unklar? Brauchen Sie weitere Informationen? Oder möchten Sie sich für ein erstes Paargespräch anmelden?

Sie haben mehrere Möglichkeiten, mit mir Kontakt aufzunehmen:

**E-Mail:** [heer@klausheer.com](mailto:heer@klausheer.com)

**Kontaktformular:** Wenn Sie mich etwas fragen oder mir etwas sagen möchten, brauchen Sie einfach das Kontaktformular:

[klausheer.com/page26/page104/page104.php](http://klausheer.com/page26/page104/page104.php)

**Anmeldeformular:** Wenn Sie sich für ein Paargespräch anmelden möchten, verwenden Sie bitte das Anmeldeformular:

[klausheer.com/page26/page103/page103.php](http://klausheer.com/page26/page103/page103.php)

**Telefon Festnetz** *Inland:* **031 372 27 17** *Ausland:* +41 31 372 27 17

Meine bisherige Praxis-Festnetznummer habe ich aufgegeben, ebenso den automatischen Telefonbeantworter. Wenn Sie auf meine neue Festnetz-Nummer anrufen, werden Sie immer auf mein iPhone umgeleitet. Dort sehe ich, dass Sie mich angerufen haben. Ich rufe Sie so bald wie möglich zurück.

**Telefon Handy & SMS** *Inland:* **079 375 02 34** *Ausland:* +41 79 375 02 34

**Skype:** klausheer

**Facetime (Apple):** 0 79 375 02 34

**Brief auf dem Landweg:** Klaus Heer, Grenzweg 17, 3097 Liebefeld

**Velokurier:** 031 333 05 05 [velokurierbern.ch](http://velokurierbern.ch)

Angenommen, Sie sind beide einig (wenn vielleicht auch nicht aus denselben Gründen), dass Sie sich für einen ersten Termin melden wollen, dann bin ich froh, wenn Sie mir im Voraus ein paar Fakten über Sie und Ihre Beziehung schicken. So können wir uns beim Gespräch sofort voll auf Ihr Anliegen konzentrieren. Ob es ein weiteres Gespräch geben

wird, entscheiden Sie selbstverständlich erst nach dem ersten Treffen.

Noch etwas: Wenn Sie sich klar sind, was Ihnen am Herzen liegt, haben Sie bereits einen grossen Schritt in Richtung auf eine Lösung getan. Und wie können Sie zu der Klarheit kommen? Am besten schriftlich!

### **Ihr Therapie-Ziel**

**Mein Vorschlag: Schicken Sie mir bitte kurz vor dem ersten Termin einen kleinen Text, der ausdrückt, was Sie mit Hilfe der Zusammenarbeit mit mir erreichen möchten – konkret!**

Tun Sie das unabhängig von Ihrem Partner/Ihrer Partnerin. In der ersten Sitzung werden wir Ihre und Ihres Gegenübers Anliegen detailliert besprechen. Und ich selbst bin froh, wenn ich mich frühzeitig auf Ihre Themen einstimmen kann.

Gewöhnlich setze ich meinen frühesten Termin am Morgen um 10.30 Uhr an, meinen spätesten um 16.30 Uhr. Ich arbeite auch über Mittag, am Wochenende indes nie. Wenn Sie zeitlich flexibel sind, können Sie vielleicht kurzfristig in eine Lücke springen, die ein anderes Paar durch eine Terminverschiebung hinterlassen hat.

Angenommen, Sie sind beide einig (wenn vielleicht auch nicht aus denselben Gründen), dass Sie sich für einen ersten Termin melden wollen, dann bin ich froh, wenn Sie mir im Voraus ein paar Fakten über Sie und Ihre Beziehung schicken. So können wir uns beim Gespräch sofort voll auf Ihr Anliegen konzentrieren. Ob es ein weiteres Gespräch geben wird, entscheiden Sie selbstverständlich erst nach dem ersten Treffen.

**Ein Tipp und eine Bitte** (Informieren Sie bitte auch Ihre Partnerin/Ihren Partner!)

*Die jüngste Therapieforschung hat bestätigt, dass sich bei 70-80% aller Beratungen zwischen der Anmeldung und dem ersten Therapiegespräch bereits deutliche Therapieerfolge einstellen. Natürlich ist das ein bedeutsamer Befund; er könnte nämlich erste Aufschlüsse darüber geben, wie erwünschte Veränderungen in der Beziehung gelingen könnten.*

*Ich möchte Sie also bitten, nach Ihrer Anmeldung sorgfältig darauf zu achten, ob Sie bei Ihnen Verbesserungen in Ihrer Partnerschaft wahrnehmen und benennen können – und seien diese noch so unscheinbar und unauffällig – und berichten Sie mir bitte in unserem ersten Gespräch davon. Wie werden Ihre Beobachtungen gut brauchen können, um einer Lösung näherzukommen.*

## So melden Sie sich an

Online füllen Sie einfach das digitale Anmeldeformular aus und schicken es ab:  
[klausheer.com/page26/page103/page103.php](https://klausheer.com/page26/page103/page103.php)

Sie können mir die Angaben aber auch per Fax oder auf dem Landweg schicken.

- Ihre Namen
- Ihre Postadresse(n)
- Beide E-Mail-Adressen
- Festnetz-Nummer(n)
- Beide Handy-Nummern
- Beide Geburtsjahre
- Ihre beruflichen Tätigkeiten
- Seit wann sind Sie ein Paar?
- Seit wann leben Sie zusammen?
- Seit wann sind Sie verheiratet?
- Ihre Kinder: Namen & Alter
- Patchwork-Familie? Wie?
- Wie sind Sie auf mich gekommen?
- Wie machen Sie gewöhnlich Ihre Zahlungen: E-Schein oder online?
- Was möchten Sie noch sagen oder fragen?

Angenommen, Sie sind beide einig (wenn vielleicht auch nicht aus denselben Gründen), dass Sie sich für einen ersten Termin melden wollen, dann bin ich froh, wenn Sie mir im Voraus diese Fakten über Sie und Ihre Beziehung schicken – am liebsten online. So können wir uns beim Gespräch sofort voll auf Ihr Anliegen konzentrieren. Ob es ein weiteres Gespräch geben wird, entscheiden Sie selbstverständlich erst nach dem ersten Treffen.

## E-Mail-Datensicherheit

Der gewöhnliche E-Mail-Verkehr ist so sicher wie eine Postkarte: Sie kommt zwar meistens an, kann aber unterwegs theoretisch von nicht berechtigten Leuten gelesen werden. Die Wahrscheinlichkeit, dass genau Ihre eine Nachricht unter den Millionen von E-Mails von jemandem gelesen wird, der etwas damit anfangen kann, ist zwar verschwindend klein, aber nicht gänzlich auszuschliessen. Keine besonders erhebende Vorstellung! Für Sie nicht, für mich auch nicht.

Wenn Sie ganz sicher gehen wollen, dass Ihr Brief nicht in unbefugte Hände kommt, folgen Sie den Anweisungen online für Word oder Mac unter «Kontaktformular» oder «Anmeldeformular».

Falls Sie keine Bedenken haben, benutzen einfach das *Kontaktformular*, um mir eine Meldung zu schicken. Oder senden Sie mir ein gewöhnliches E-Mail.

## 14 Spitzenbücher über Ehe & Partnerschaft

Bücher vermögen zwar selten eine Paartherapie zu ersetzen, wenn Not am Paar ist; doch gut ausgewählt und im richtigen Moment gelesen können sie überraschende innovative Kraft entfalten. Ein Klick auf den Buch-Link genügt und Amazon.de schickt Ihnen das Buch zuverlässig und spesenfrei ins Haus. Einfache und problemlose Zahlung mit Kreditkarte.



Ulrich Clement:

**Wenn die Liebe fremdgeht\*\*\*\*\***

Berlin: Marion von Schröder 2009

239 Seiten

*Mit weitem Abstand das beste & gescheiteste Buch über Untreue & Treue. Open-minded & open-hearted. Jede Menge neue Einsichten.*



Bas Kast:

**Die Liebe und wie sich Leidenschaft erklärt\*\*\***

*Vom Balzen zum Balgen kommt hier die Welt der Liebe auf*



Frankfurt am Main: S. Fischer Verlag 2004  
224 Seiten



Mathias Voelchert:  
**Trennung in Liebe. Partnerschaft in Liebe\*\*\***  
München: Mathias Voelchert GmbH 2004  
304 Seiten

*(populär)wissenschaftlichem Niveau daher, leicht lesbar, erhellend & hilfreich, besonders wenn Beziehungsarbeit ansteht. Beinah poetischer Versuch, in der Enge der abgewirtschafteten Beziehung neue Wahlmöglichkeiten zu schaffen und vielleicht die zwangsläufige Trennung überflüssig zu machen.*



Michael Mary:  
**5 Wege die Liebe zu leben**  
Bergisch Gladbach: Verlagsgruppe Lübbe GmbH 2004  
270 Seiten

*Rund um die „Bis-dass-der-Tod“-Ideologie gibt's farbiges Liebesleben! Mutige Menschen erzählen von ihrer selbstbestimmten Beziehungsrealität. Eventuell eine kitzlige Versuchung beim Lesen ...*



Manfred Koch & Angelika Overath:  
**Schlimme Ehen\*\*\*\*\***  
Ein Hochzeitsbuch  
Frankfurt a.M: Eichborn Verlag 2000  
333 Seiten

*Ein bibliophiles literarisches Handbuch zu den Risiken & Nebenwirkungen des Ehestandes. Der Sinn der Lektüre: Schadensbegrenzung.*



Cheryl Bernard & Edit Schläffer:  
**Die Physik der Liebe\*\*\*\*\***  
Warum selbstbewusste Frauen glücklichere Beziehungen haben  
München: Kösel Verlag 2001  
198 Seiten

*Erfrischend Hirnlastiges & Versöhnliches aus den wachen Köpfen zweier kampferprobter Feministinnen: ganz ohne den gewöhnlichen Beziehungs-Emotionalschmus.*



Philipp Kehl:  
**Alles über uns\*\*\*\***  
Das aufregende Fragebuch über Liebe  
München: Droemersch Verlag 2000  
127 Seiten

*Massenhaft Anstöße für eine paarweise Expedition ins Innere der Beziehung. Vorläufig kein Gesprächsthemen-Notstand mehr!*



Michael Lukas Moeller:  
**Gelegenheit macht Liebe\*\*\***  
Glücksbedingungen in der Partnerschaft  
Reinbek: Rowohlt Verlag 2000

*Fürchten Sie das lautlose Verdämmern und Versteppen Ihrer Beziehung? Hier bekommen Sie mächtige Rückendeckung.*



John M. Gottman & Nan Silver:  
**Die 7 Geheimnisse der glücklichen Ehe\*\*\*\*\***  
München: Econ Ullstein List Verlag 1999  
319 Seiten

*Was hält Paare zusammen und lebendig? Die neuartige Antwort des Buches: Emotionale Intelligenz. Ein Impuls nach dem anderen!*



Tobias Drews:  
**Amore, amore\*\*\***  
 2001 Ideen romantisch zu sein  
 München: Beust Verlag 2001  
 235 Seiten

*Ueberraschend sprühender  
 Ideengeber für romantische  
 Investitionen in Ihre  
 Langzeitbeziehung. Jede  
 Menge pfiffige Web-Links.*



Jennifer Louden:  
**Tut euch gut!\*\*\*\***  
 Das Wohlfühlbuch für Paare  
 Freiburg i.B.: Hermann Bauer Verlag 1996  
 339 Seiten.

*Ein unkompliziertes &  
 warmherziges Partnerbuch  
 mit vielen Tipps zum  
 Schmökern & Ausprobieren.  
 Ihre Beziehung bekommt  
 eine neue Chance!*



Rita Werner:  
**Let's Talk about Love \*\*\***  
 Das heikle Fragespiel zum Thema Nr. 1  
 Frankfurt a. M.: Eichborn Verlag 2002.

*450 ungehörige Fragen fürs  
 Nachdenken und  
 Austauschen zu zweit oder  
 mit engen Freunden. So  
 schön kann Rotwerden sein!*



Dietrich Schwanitz:  
**Männer\*\*\*\*\***  
 Eine Spezies wird besichtigt  
 Frankfurt a.M.: Eichborn Verlag 2001  
 325 Seiten


*Schwanitz erklärt Ihnen  
 Ihren Mann, dessen  
 Fremdheit und Schweigen  
 eindringlich & witzig. Er gibt  
 nützliche Anhaltspunkte,  
 wie Sie ihn evtl. trotzdem  
 lieben können.*




Sonja Hauser:  
**Eherecht\*\*\*\*\***  
 Was Paare heute wissen müssen. Beobachter-  
 Ratgeber, Zürich 2002  
 208 Seiten

*Die finanziellen und  
 wirtschaftlichen Folgen Ihres  
 Ja-Wortes – in guten &  
 bösen Tagen! Anschaulich,  
 hilfreich*

 Geeignet zum gewinnbringenden Vorlesen

 Vielleicht eher fürs persönliche Studium

 Anspruchsvolle, aber lohnende Lektüre

Mit \* bis \*\*\*\*\* kennzeichne ich meine persönliche Wertschätzung.

## Kleiner Anhang: Was ist ein Paar-«Problem»?

**Seit 1974 bin ich** selbstständig arbeitender Paartherapeut. Ausbildung und Erfahrung haben mir zur vielleicht wichtigsten Berufs-Qualifikation verholfen: Ich habe fast keine Angst mehr vor Paaren. Mit entspanntem Kopf und wachem Interesse kann ich mich den Themen zuwenden, mit denen die zwei zu mir kommen: meist eine geballte, lang angestaute Ladung an Nöten, Zwisten und Ausweglosigkeiten. Fast immer haben sie eine längere Geschichte von misslungenen Versuchen hinter sich, mit ihren Schwierigkeiten klarzukommen. Ein externer Experte wie ich kann die Chance bieten, die Suche nach neuen und ungewohnten Lösungsversuchen effizient und neutral zu begleiten.

**Häufig suchen Paare** die Lösung ihrer Probleme darin, dass sie versuchen, deren «Ursachen» auf den Grund zu kommen und die «Mechanismen» zu verstehen, die den beiden zusetzen. Dabei machen sie die unangenehme Erfahrung, dass sie sich mehr und mehr im Problemgestrüpp verheddern, die Uebersicht verlieren und sich immer unsicherer und ohnmächtiger fühlen. Vor allem aber geht ihnen ganz und gar jene Freude am Gespräch miteinander verloren, die sie einst – beim Beziehungsstart – so verzückt hatte. Miteinanderreden wird eine Veranstaltung, die einen das Fürchten lehren kann, weil es ziemlich qualvoll geworden ist für beide. Und ineffizient obendrein.

**Viele Paare stellen fest**, dass ihre «Kommunikation» unbefriedigend geworden ist. Sie sagen, sie könnten «nicht mehr miteinander reden», es komme ihnen so vor, als sprächen Sie «nicht mehr die gleiche Sprache», als missverstünden sie sich bei jeder beliebigen «Kleinigkeit», als seien sie einander fremd geworden. Bei der Zusammenarbeit mit diesen Paaren stellt sich oft heraus, dass die Schwierigkeit gar nicht beim Reden liegt; vielmehr sind die Hörgewohnheiten der beiden sanierungsbedürftig. Wenn niemand da ist, der hört, was der andere sagt, bedeutet dies eine ernsthafte Stoffwechselstörung innerhalb des Beziehungsorganismus: Niemand wird sich verstanden fühlen, man entfremdet sich. Eine Paartherapie-Sitzung bietet die Gelegenheit, soziale und kommunikative Fertigkeiten kennenzulernen und konkret umzusetzen, die für eine Zweierbeziehung grundlegend und unentbehrlich sind.

**Ein «Problem» ist ja meistens** so definiert, dass die Beziehung (d.h. der Partner/die Partnerin!) nicht so ist, wie sie sein sollte. Das heisst, zwischen dem Ist-Zustand und dem Soll-Zustand klafft eine zu grosse Lücke, als dass sie erträglich wäre. Nun gibt es drei Möglichkeiten, wo Veränderungsbemühungen angesetzt werden können: beim Ist-Zustand (z.B. investiert das Paar mehr Zeit für einander), beim Soll-Zustand (die beiden schrauben die Erwartungen aneinander herunter) oder bei Ist *und* Soll gleichzeitig. Natürlich hat alles seinen Preis – meistens für die beiden Partner unterschiedliche Preise! – nur sehen sich die meisten Paare nicht in der Lage, einander offen und direkt diese Unterschiede klar zu machen, und über die Art und die Höhe des Preises für beide realistisch zu verhandeln.

Das können sie in einer Paartherapie lernen – wenn sie möchten – so dass sie sich nicht nur wohler und aufgehobener fühlen in der Beziehung, sondern auch gerecht und gleichgewichtig belastet.

**Probleme verlieren** einen rechten Teil ihres Schreckens und ihres Gewichts, wenn sie neu identifiziert, benannt und angefasst werden. Beziehungen geraten häufig ins Schlingern, weil vor lauter (verständlicher) Enttäuschung vernachlässigt und auf Diät gesetzt werden; sie verkümmern und verwarlosen – was die gegenseitige Enttäuschung weiter vertieft. Unter dem ganzen Wust von schlechten Gefühlen und grassierender Ratlosigkeit gehen die starken und kreativen Ressourcen von Mann und Frau vergessen – nicht aber verloren! Eine geglückte Zusammenarbeit zwischen dem Paar und dem Paartherapeuten wird sich darum um beides kümmern: um die Probleme und mehr und mehr um die verschütteten Kräfte, mit deren Hilfe die beiden (wieder) Freude aneinander bekommen können.

## Downloads

Die nachfolgenden Dokumente können Sie herunterladen und ausdrucken, wenn Sie die notwendige Benutzer-ID & das passende Passwort haben. Fragen Sie mich bitte mit Hilfe des verschlüsselten Kontaktformulars auf meiner Homepage oder auf gewöhnlichem Weg (siehe oben «Anmeldung & Infos»). Sie bekommen beides gratis!

### **Ist eine Trennung unausweichlich?**

Wenn Sie sich mit dem Gedanken tragen, mit Ihrem Partner, Ihrer Partnerin nicht weiter unter einem Dach zu leben, oder wenn Sie bereits dazu entschlossen sind, dann kommen wahrscheinlich ganz neue Lebensbedingungen für das Paar (und die Familie) auf Sie zu, die auch neue Spielregeln nötig machen. Diese Regeln werden gewöhnlich klarer und halten besser, wenn sie sorgfältig ausgehandelt und schriftlich festgelegt werden. Vielleicht erleichtert es Ihnen die Schaffung einer solchen Trennungsvereinbarung, wenn Sie ein strukturierendes Arbeitsblatt vor sich haben, das sie an die wichtigen Gesichtspunkte erinnert, die meistens bei einer Trennung bedeutsam sind. Kommen Ihnen diese Verhandlungen schwierig vor, zu schwierig? Sie können mich bei den heiklen Punkten als Moderator und Vermittler heranziehen.

[klausheer.ch/Medien/Trennungsvereinbarung.pdf](https://klausheer.ch/Medien/Trennungsvereinbarung.pdf) (pdf-Format - nicht bearbeitbar)

[klausheer.ch/Medien/Trennungsvereinbarung.doc](https://klausheer.ch/Medien/Trennungsvereinbarung.doc) (als Word-Datei - bearbeitbar)

## **Nach Abschluss der Paartherapie: Ihr Feedback ist willkommen!**

Mich interessiert sehr, wie Sie mich und unsere Zusammenarbeit erlebt haben. Ich bin auf offenes Feedback angewiesen, um mich mit der Wirkung zu konfrontieren, die meine Klientenpaare von mir wahrnehmen. Wenn Sie Lust und ein paar Minuten Zeit haben, können Sie den Rückmeldungs-Fragebogen entweder online mit einigen Klicks beantworten, oder ihn herunterladen ...

[klausheer.ch/Medien/rueckmeldung.pdf](https://klausheer.ch/Medien/rueckmeldung.pdf)

... ausdrucken, ausfüllen und an mich zurückschicken:

**Klaus Heer, Grenzweg 17, CH-3097 Liebefeld**