

Paar- und Familientherapie

Schwerpunktmässig basieren die Interventionen im Paarbereich auf der kognitiven Verhaltenstherapie und vermitteln den Paaren Kompetenzen, die helfen sollen, die Qualität der Beziehung zu verbessern. In Abhängigkeit der Ziele kann beispielsweise an den Kommunikationsfertigkeiten und dem Umgang mit chronischem Stress gearbeitet werden. Durch Übungen im Alltag soll das Gelernte gefestigt werden.

