Checkliste: So findet ihr den passenden Profi für eure Paarberatung

Die folgende Checkliste hilft dir im Erstgespräch entscheiden zu können, ob die Beraterin oder der Berater gut zu euch und eurem Anliegen passen.

- Sicherlich ist ein wichtiges Kriterium der **Chemie-Faktor**. Du spürst ohne dass du lange überlegen musst, ob dein Gegenüber dir sympathisch ist. Schnell merkst du, ob die Berater*in euer Anliegen versteht und eine Hypothese entwickeln kann, wie euer Problem strukturiert ist und wie sie euch helfen kann. Du spürst, ob ihr für eure Fragen genug Raum bekommt. Wenn es gut läuft, bezieht der Berater oder die Beraterin keine bewertende Position. Sie* ist die Schweiz. Allerdings nicht ohne Mitgefühl für den Leidensdruck und die Not auf beiden Seiten. Er* versteht euch, ohne sich auf eine Seite zu schlagen.

- Gut ist, wenn du nach der ersten Sitzung mehr Fragen hast als vorher und aber auch die Zuversicht, dass eure Fragen besprechbar sind und Veränderung selbst dann möglich, wenn euer Problem schon eine ganze Weile zu euch gehört.

- Neben dem Chemiefaktor ist es auch wichtig, ob und wie die Beraterin oder der Berater über seine **Ausbildung** und seine **Weiterbildungen** erzählen kann. Ist sie in einem **Berufsverband** organisiert? In welchem? Gibt es berufliche **Standards**, die für sie oder ihn verbindlich sind? Redet er und sie gerne über seine Arbeit? Kannst Du seine **Leidenschaft für seine Arbeit** spüren? Wichtige Information findest du in der Regel auch auf der Homepageseite *Über-Mich*.

- Gibt es eine **Transparenz** in der Gestaltung des Beratungsprozesses? Anzahl, Dauer, Häufigkeit der Sitzungen und Kostentransparenz? Sind Einzelsitzungen in der Paarberatung vorgesehen? Möglichkeit über zoom zu beraten?

- Gefällt dir die **Praxis** und fühlst du dich in den Räumlichkeiten wohl?

Sicherlich sind nicht alle Fragen gleich wichtig für dich. Und vielleicht möchtest du noch Fragen ergänzen? Woran merkst du, dass du bei deinem Paar-Profi richtig bist?

Was ist dir wichtig? Ergänze die Checkliste!

wie leben wir wollen
Psychologische Beratung