

Zertifizierte Fachperson Paarberatung AFI

Eine 10-tägige Ausbildung in 5 Modulen

Paarberatung erfordert ein feines Gespür für Dynamiken, Emotionen und Kommunikation. In dieser Ausbildung erweitern und vertiefen psychosoziale Berater/innen ihr Wissen, um Paare noch gezielter und wirksamer in ihren Entwicklungsprozessen zu begleiten. Die praxisorientierte Weiterbildung bietet fundierte Impulse aus verschiedenen Perspektiven der modernen Paarberatung – vermittelt von erfahrenen Expertinnen aus unterschiedlichen Fachbereichen.

Kursinhalte (Details siehe S. 2-6)

Modul 1: **Kommunikation und Streitkultur**

Modul 2: **Sexualität in Paarbeziehungen**

Modul 3: **Umgang mit Fremdgehen und Veränderung**

Modul 4: **Einfluss Herkunftsfamilie und biografische Prägungen**

Modul 5: **Mediation mit Paaren**

Rahel Kellenberger

Veronika Schmid

Monique Graf

Tamara Büttner

Claudia Schweizer

Informationen und Anmeldung

Kursdaten (Flughofstrasse 50, 8152 Glattbrugg)

31.10./1.11.2026 - 12./13.12.2026 - 23./24.01.2027 – 20./21.03.2027 – 17./18.04.2027

Preis

CHF 3'950.-

Voraussetzungen für diese Weiterbildung

Individualpsychologische/r Berater/in der Akademie für Individualpsychologie AFI (ab 4. Semester möglich).
Oder gleichwertige Ausbildung im psychosozialen Bereich.

Anmeldungen

Anmeldungen über das [Anmeldeformular](#) bis zum 30. August 2026. Min. 13 Teilnehmende. Für diese Weiterbildung werden 10 Tage und 80 Lektionen bestätigt.

Allgemeine Geschäftsbedingungen

Abmeldungen bis 30. August sind kostenfrei möglich. Danach und bis zum Weiterbildungsstart kann ein/e Ersatzteilnehmende/r gestellt werden oder es sind 50% der Kosten zu übernehmen. Ein Nichterscheinen an den Weiterbildungstagen berechtigt nicht zur Rückforderung der Kosten. Ein Arztzeugnis berechtigt zur Rückforderung von 50% der Seminarkosten.

Modul 1: Kommunikation und Streitkultur

Paare verständnisvoll, gleichwertig und lösungsorientiert beraten

In Beziehungen ist Kommunikation weit mehr als Worte: Sie schafft Verbindung, Orientierung und Sicherheit. Gerade in herausfordernden Momenten braucht es Klarheit, Präsenz und eine gemeinsame Sprache. Dieses Modul vermittelt grundlegende Kommunikationstechniken, führt in die Gewaltfreie Kommunikation (GFK) nach Marshall Rosenberg ein – mit besonderem Fokus auf Gefühle und Bedürfnisse – und zeigt, wie nach Haim Omer „Stärke statt Macht“ in der Paarberatung gelebte Haltung wird. Ein weiterer Schwerpunkt liegt auf Gleichwertigkeit und Augenhöhe in der Kommunikation, unterschiedlichen Haltungen im Streitgespräch und dem Finden konstruktiver, tragfähiger Lösungen.

Inhalte und Lernziele

- Grundlagen wirksamer Paarkommunikation: aktives Zuhören, Spiegeln, präzises Nachfragen, Ich-Botschaften, Metakommunikation
- GFK nach Marshall Rosenberg: Beobachtung – Gefühl – Bedürfnis – Bitte sicher anwenden; von Vorwürfen zu Anliegen
- Gefühle und Bedürfnisse differenzieren: Vokabular und Interventionen für mehr Klarheit, Verständnis und Verbindung
- Gleichwertigkeit und Augenhöhe: Sprache, Haltung und Rahmenbedingungen, die Respekt und Fairness fördern
- Haltungen im Streitgespräch: eskalativ vs. deeskalativ erkennen; Selbstberuhigung und Timing nutzen
- Stärke statt Macht (Haim Omer): Grenzen einladend kommunizieren, Verantwortung stärken, als Team zusammen handeln
- Konstruktive Lösungsansätze finden: vom Positionskampf zur Interessenklärung; gemeinsame Optionen entwickeln und prüfen
- Moderation von Konfliktgesprächen: Regeln fairer und konstruktiver Auseinandersetzung

Transfer in die Praxis: Fallbeispiele, das Erproben von Handlungsoptionen und strukturierte Reflexion

Ziel des Moduls

Berater/innen erwerben eine klare, praxisnahe Grundlage für die Gesprächsführung in der Paarberatung. Sie lernen, Gefühle und Bedürfnisse sprachfähig zu machen, Konflikte zu deeskalieren und eine gleichwertige, respektvolle Streitkultur zu fördern. Sie stärken ihre Präsenz „ohne Machtkampf“ und entwickeln mit Paaren konstruktive, umsetzbare Lösungswege – auf Augenhöhe und mit Halt. Streit ist nicht das Problem – er ist eine Einladung zu Klarheit, Verbindung und Entwicklung. Verstehen schafft Nähe, und Nähe eröffnet Lösungen.



Dozentin Rahel Kellenberger

Seit 1992 verheiratet, Mutter von zwei Kindern. Individualpsychologische systemische Fachberaterin ICL, Psychosoziale Beraterin mit eidg. Diplom in eigener Praxis in Winterthur, Enneagrammtrainerin, Dozentin bei Coachingplus. Prüfungsexpertin HFP für die SGfB.



SEIT 2006

AKADEMIE
FÜR INDIVIDUALPSYCHOLOGIE

20
Jahre
AKADEMIE
FÜR INDIVIDUALPSYCHOLOGIE

SEIT 2006

Modul 2: Sexualität in Paarbeziehungen

Guter Sex will gelernt sein – Wie Paare genussvollen Sex erleben können

Die Forschungslage ist eindeutig: Paare, die häufig Sex haben, sind glücklicher als Paare, die nur selten körperlich zueinander finden. Doch wie wird guter Sex möglich, damit man ihn auch gerne haben will? Wie wird aus dem Wunsch nach gutem Sex Wirklichkeit? Was hindert guten Sex? Wie löst man falsche Scham und Tabus auf? Wie können Paare lust- und genussvollen Sex entdecken und ausleben?

Dieses Modul will Fakten und praktische Werkzeuge vermitteln, damit es mit der Lust im Alltag klappt. Es befähigt Beratende dazu, sich im Kontext von Paarbeziehung, Familie, Kirche, Gesellschaft mit Erwachsenen und jungen Menschen im Thema Sex kompetent zu machen, um darüber sprechen zu lernen und Wissen weitergeben zu können. Denn viele Menschen, nicht nur Paare, sehnen sich nach Sinnlichkeit in ihrem Leben und suchen für sich Werte und Orientierung zum Thema Sex.

Inhalte und Lernziele

- Historische Fakten und Geschichte der Sexualität
- Vielfalt sexueller Komponenten anhand des Modells von Sexocorporel
- Die Körper-Hirn (Geist)-Einheit und deren existenzielle Bedeutung
- Die eigene Sexualität reflektieren und erotische Kompetenz entwickeln
- Sprachfähigkeit und beraterische Kompetenz erlangen zu Sexualität
- Praktische Tools erlernen für sich selbst und die Beratung
- Sexualtherapeutische Anliegen (Keine Lust, Vermeidung, Schmerzen, Dranghaftigkeit, Pornografie etc.)

Ziel des Moduls

Liebe ist lernbar. Ebenso wie erfüllte Sexualität oder gesunde Beziehungen. Das Modul ist praxisorientiert und bietet ausführliche Möglichkeiten für Q&A. Kennenlernen und Anwendung des Sexocorporel stehen im Vordergrund. Die notwendige Theorie kann in eigenverantwortlicher Literaturstudie erweitert werden durch die Bücher der Dozentin.



Dozentin Veronika Schmidt: Klinische Sexologin ISI (Institut Sexocorporel International Jean-Yves Desjardins), Systemtherapeutin systemis, Dipl. Sozialpädagogin HF. Eigene Praxis in Schaffhausen. Autorin von Büchern zu Sexualität und Gleichstellung.

Modul 3: Fremdgehen, Krisen und Rollenbilder im Wandel

Wenn Liebe in Bewegung gerät – Paare in der modernen Gesellschaft begleiten

Heutzutage soll Liebe und unser/e Partner/in alles erfüllen und alles sein – beste/r Freund/in, leidenschaftliche/r Liebhaber/in, Vertraute/r, fürsorglicher Vater oder Mutter und Seelenverwandte/r zugleich. Dieses Ideal ist wunderschön – und fast unmöglich.

Dieses Modul verbindet aktuelle gesellschaftliche Entwicklungen mit praxisnahen Methoden und konkreten Fallbeispielen aus der Paarberatung. Im Fokus stehen Themen wie Fremdgehen, Krisen, Aushandlung von Geschlechterrollen und eine partnerschaftliche Kommunikation auf Augenhöhe.

Inhalte und Lernziele

- Dynamiken von Affären und Krisen verstehen
- Die Haltung der Allparteilichkeit und die Kunst den Raum zu halten
- Vertieftes Verständnis des Unbewussten, unausgesprochener Paarvertrag nach Zivit Abramson (Arbeiten mit Fallbeispielen)
- Einführung und Arbeiten mit den 3 Commitments nach Guy Bodenmann
- Paare professionell in Verarbeitungs-, Vergebungs- und Versöhnungsprozessen begleiten
- Bedürfnisse erkennen, benennen und partnerschaftlich aushandeln
- Offene Kommunikation fördern (Arbeiten mit dem Zwiegespräch)
- Paare durch einen respektvollen Trennungsprozess führen – Beziehungen wertschätzend beenden
- Rollen und Rollenbilder in modernen Partnerschaften reflektieren

Ziel des Moduls

Beratende erwerben Methoden, um Krisen zu stabilisieren, Verletzungen sichtbar zu machen und Verantwortung auf beiden Seiten zu fördern. Sie lernen, Sicherheit und Vertrauen zu fördern die Kommunikation konstruktiv zu gestalten, Paare durch Vergebungsprozesse zu begleiten oder Trennungen konstruktiv zu gestalten.

Krisen sind nicht das Ende – sie sind eine Chance für Wachstum, Entwicklung und Neubeginn. Denn oft führen wir im Leben mehr als eine Ehe – manchmal mit derselben Person!



Dozentin Monique Graf: Diplomierte Individualpsychologische Beraterin AFI, Psychosoziale Beraterin mit eidg. Diplom in eigener Praxis in Wetzikon, Schulleiterin Akademie für Individualpsychologie AFI, Fachberaterin Psychotraumatologie i.A. SIPT.

Modul 4: Einfluss Herkunftsfamilie und biografische Prägungen

Partnerschaft besteht nicht einfach nur aus zwei Personen...

Viele Paare glauben, wenn die Liebe stark ist, dann gelingt die Beziehung ohne Probleme. Was dabei oft übersehen wird, dass beide ganz unterschiedliche Wege zurückgelegt haben, bevor es den gemeinsamen Weg gibt. Jede/r Partner/Partnerin hat eine andere Herkunftsfamilie und erlebte unterschiedliche Begebenheiten in der eigenen Biografie.

Dieses Modul erarbeitet das Verständnis für die entstandenen Schwierigkeiten in der Partnerschaft aufgrund der einzelnen Biografien. Hürden sind manchmal schon in der ersten Phase der Beziehung zu finden: In wen verlieben wir uns eigentlich? Und welche Auswirkungen hat unsere Lebenserfahrung auf die Beziehungsgestaltung?

Inhalte und Lernziele

- Das IP-Verliebtheitsmodell verstehen - Wie verlieben wir uns?
- Vertieftes Verständnis des Beziehungsverhaltens durch das Beziehungsskript der Herkunftsfamilie
- Paarberatung im Kontext der Gegenwart, der Vergangenheit und der Zukunft
- Lebensbedingungen – Krisenbedingungen beider Partner/innen veranschaulichen
- Die Verschiedenheit von Männern und Frauen – Differenzierte Bedürfnisse verstehen
- Paare professionell beraten – Grundlage: 'Verlauf einer Paarberatung' nach Hans Jellouschek
- Modell nach Albert Ellis 'Die 7 Richtlinien einer guten Partnerschaft'
- Modell nach Hans Jellouschek 'Jahreszeiten der Liebe'

Ziel des Moduls

Das fundierte Verständnis über den Einfluss der Herkunftsfamilie und der biografischen Prägungen. Beratende erwerben Methoden, um diesen Einfluss und deren Auswirkungen aufzuzeigen und das gegenseitige Verständnis füreinander zu fördern.

Der Andersartigkeit des Partners voller Neugierde zu begegnen, statt diese abzulehnen, ist das Ziel der Beratung. Glück finden in der gegenseitigen Ergänzung.



Dozentin Tamara Büttner: Individualpsychologische Beraterin (API), IP-Coach (API), IP-Lebensstilanalyse (API), Familienrat-Trainerin (VpIP), Systemische Sexual- und Paartherapie (Prof. Dr. Ulrich Clement)

Sie ist Ausbilderin zum/r 'Individualpsychologische/n Berater/in' am Adler-Pollak-Institut (Deutschland)



SEIT 2006

AKADEMIE
FÜR INDIVIDUALPSYCHOLOGIE

20
Jahre
AKADEMIE
FÜR INDIVIDUALPSYCHOLOGIE

SEIT 2006

Modul 5: Mediation mit Paaren

Der Tanz zwischen Nähe und Distanz – in der Spannung Verbindung schaffen

In Paarbeziehungen treffen zwei unterschiedliche Lebensgeschichten, Werte und Kommunikationsstile aufeinander. Konflikte sind dabei kein Zeichen des Scheiterns, sondern Ausdruck von Bewegung, Veränderung und Wachstum. Mediation bietet einen geschützten Rahmen, in dem Paare lernen, einander zuzuhören, Bedürfnisse auszudrücken und gemeinsame Lösungen zu entwickeln – jenseits von Schuld und Angriff.

Dieses Modul führt in die besondere Dynamik der Paarmediation ein, es verbindet theoretische Modelle mit praxisorientierten Übungen und Fallbeispielen aus der Mediation, Beratung und systemischen Praxis. Der Fokus liegt auf der Entwicklung einer mediativ-haltenden Haltung und der Gestaltung von Prozessen, die gegenseitige Wertschätzung, Verständnis und Klarheit fördern. Im Zentrum steht der Prozess: vom Gegeneinander hin zu einem neuen Miteinander.

Inhalte und Lernziele

- Grundprinzipien der Mediation: Freiwilligkeit, Eigenverantwortung, Allparteilichkeit
- Haltung und Rolle der Mediatorin/des Mediators im Paarprozess
- Struktur und Phasen einer Paarmediation
- Kommunikationsmuster in Paarbeziehungen erkennen und transformieren
- Emotionen, Bedürfnisse und Werte mediativ sichtbar machen
- Arbeit mit Gefühlen von Schuld, Scham und Enttäuschung
- Methoden zur Deeskalation und zur Förderung von Empathie
- Umgang mit Machtungleichgewichten und Verletzungen
- Vereinbarungen und Perspektiven gemeinsam entwickeln
- Grenzen der Mediation – wann Beratung oder Therapie angezeigt ist

Ziel des Moduls

Beratende lernen, Paare mediativ zu begleiten – mit einer Haltung von Allparteilichkeit, Empathie und Klarheit. Sie erwerben Kompetenzen, um Kommunikationsräume zu öffnen, gegenseitiges Verständnis zu fördern und tragfähige Vereinbarungen zu ermöglichen. Mediation unterstützt Paare dabei, Verantwortung für einen ergebnisoffenen Prozess zu übernehmen, Verletzungen anzusprechen und neue Wege der Verbindung zu finden – ob für ein gemeinsames Weitergehen oder ein respektvolles Auseinander. Konflikte sind Chancen für Wachstum – Mediation macht sie sichtbar, verstehbar und veränderbar.



Dozentin Claudia Schweizer: Pädagogin, Elterncoach, diplomierte Individualpsychologische Beraterin AFI, Psychosoziale Beraterin für Paare und Familien mit eidg. Diplom, Mediatorin FSM, Supervisorin. Arbeitet in eigener Praxis in Zürich.