

Erste Hilfe für berufstätige Eltern: So werden Sie wieder ein Paar

Veröffentlicht am: 10.02.2017, 10:49

Pressemittteilung von: **Sascha Schmidt c/o combinat56 // Sascha Schmidt**

Die Arbeit ruft, das Kind schreit, die Zeit drängt. Im Alltag der meisten Eltern kommt das "Paar sein" zu kurz. Immer seltener unternimmt und erlebt man etwas zu zweit. Und wenn endlich Zeit füreinander ist, drehen sich die Gespräche oft wieder um Kind und Job.

"In meiner Beratung erlebe ich es immer wieder, dass gerade berufsätige Eltern sich extrem aufreihen. Familie und Job müssen gemanaget werden - die Liebe zum Partner bleibt dabei auf der Strecke. Schleichend kommt es zur Entfremdung. Das muss nicht sein!" sagt Sascha Schmidt, der auf eine langjährige Beratungs- und Vortragsparxis für berufstätige Eltern zurückschaut.

Das Notfall-Paket vom Paarberater Sascha Schmidt für Eltern, die sich als Paar verloren haben:

1. Anerkennen, dass das "Paar sein" aufgegeben wurde. Achtung: Es geht nicht um Schuld! Es geht darum als Frau und Mann zu sagen: Stopp, so wollen wir das nicht mehr. Lass es uns ändern.
2. Etablieren Sie gemeinsame kinderlose Zeiten - mindestens einmal die Woche. Sprechen Sie in den Zeiten nicht über die Kinder oder sonstige Familienthemen. Sondern reden Sie davon, wie es Ihnen geht - als Frau, als Mann oder kuscheln Sie einfach oder gehen Sie schweigen spazieren. Was auch immer Ihnen als Paar gut tut.
3. Verhalten Sie sich auch vor Ihren Kindern als Frau und Mann und nicht nur als Mutter und Vater. Also öffentliches Schmusen, Küssen, Gespräche über "Erwachsenensachen" und so weiter. Das hat zwei ganz große Vorteile: Erstens geraten die Kinder im Familienleben aus dem Fokus und diese Freiheit tut den Kindern richtig gut. Zweitens leben Sie Ihren Kindern vor, wie Beziehung geht. Eine bessere Lebensschule könnte es nicht geben.

Jetzt ist im humboldt-Verlag sein Erste-Hilfe-Ratgeber für berufstätige Eltern erschienen. Unter dem Titel "Wieder Paar sein" benennt der Autor klar die wichtigsten Konfliktherde und zeigt, welche Bedürfnisse unbedingt erfüllt werden sollten, um eine starke und erfüllte Partnerschaft trotz Arbeit und Kind aufrecht zu erhalten. Von Gemeinsamkeiten bis zur kinderfreien Zone - dieser Ratgeber überzeugt durch praktische Beispiele, hilfreiche Checklisten und vor allem: durch Problemlösungen!

Der Autor

Sascha Schmidt ist Paarberater und familylab-Seminarleiter. Sein Schwerpunkt liegt auf Nothilfefür Paare in der Krise. Aufgrund seiner umfangreichen Beratungserfahrung weiß er, wie sich schwierige Situationen in der Partnerschaft alltagstauglich auflösen lassen. Für diesen Ratgeber hat er die besten Tipps für alle Eltern zusammengetragen, die zwar als Team funktionieren, sich aber als Paar verloren haben.

Das Buch

Sascha Schmidt

Wieder Paar sein! Erfüllte Zweisamkeit trotz Arbeit und Kind

192 Seiten

ISBN 978-3-86910-518-5 (humboldt-Verlag)

? 19,99 [D] / ? 20,60 [A]

Das Buch ist auch als E-Book erhältlich.

Aus dem Inhalt

- Paarleben ist nicht gleich Familienleben
- Nur noch die Kinder im Blick?
- Die Sprengkraft von Vorwürfen
- Streiten, schweigen oder alte Wunden pflegen?
- Erotik und Sex: War da mal was?
- Mit guter Pflege rostet Ihre Liebe nicht
- Frau und Mann sein - statt Mutter und Vater
- Richtig streiten - ohne Partnerverlust

Pressekontakt

Herr Sascha Schmidt
Inhaber

Sascha Schmidt c/o combinat56

Adams-Lehman-Str. 56
80797 München, Deutschland

Telefon: 0170/2457681

E-Mail: kontakt@wieder-paar-sein.de

Website: www.wieder-paar-sein.de

Firmenportrait

Sascha Schmidt ist Paarberater und familylab-Seminarleiter. Sein Schwerpunkt liegt auf Nothilfefür Paare in der Krise. Aufgrund seiner umfangreichen Beratungserfahrung weiß er, wie sich schwierige Situationen in der Partnerschaft alltagstauglich auflösen lassen. Für diesen Ratgeber hat er die besten Tipps für alle Eltern zusammengetragen, die zwar als Team funktionieren, sich aber als Paar verloren haben.

Wichtiger Hinweis:

Für diese Pressemitteilung sowie das Bild- und Tonmaterial ist allein der jeweils angegebene Herausgeber verantwortlich. In der Regel ist dieser der Urheber der Presstexte sowie der angehängten Bild und Informationsmaterialien. Das TRENDKRAFT-Pressportal ist für den Inhalt dieser Pressemitteilung nicht verantwortlich und übernimmt keine Haftung für die Korrektheit oder Vollständigkeit der dargestellten Meldung. Die Nutzung von hier archivierten Informationen zur Eigeninformation und redaktionellen Weiterverarbeitung ist in der Regel kostenfrei. Vor der Weiterverwendung sollten Sie allerdings urheberrechtliche Fragen mit dem angegebenen Herausgeber klären. Eine systematische Speicherung dieser Daten sowie die Verwendung auch von Teilen dieses Datenbankwerks sind nur mit schriftlicher Einwilligung durch das TRENDKRAFT-Pressportal gestattet.

Des Weiteren beachten Sie bitte unseren Haftungsausschluss unter: <https://trendkraft.de/haftungsausschluss>