

## Monika Koch

Heilpraktikerin für Psychotherapie  
Bioenergetische Analytikerin (CBT)  
Paartherapeutin  
Lehrtherapeutin, Supervisorin, Coach

### Kontakt:

Telefon 0221 / 73 88 53  
Handy 0177 / 46 22 165  
E-Mail monika-koch@web.de

## Einzelpaartherapie und Gruppenpaartherapie

**Montag – Paargruppe (14-tägig)**

**19:30 Uhr – 21:00 Uhr**

**Dienstag – Paargruppe (14-tägig)**

**19:30 UHR – 21:00 UHR**

**Kosten: 40,- € pro Teilnehmer**



Seit 1989 führe ich in Köln eine Praxis für Psychotherapie, in der ich mit Paaren und Einzelpersonen arbeite, auch als Lehrtherapeutin, Supervisorin und Coach. Ich stelle Ihnen hier einen Schwerpunkt meiner Arbeit – die Paartherapie – etwas ausführlicher vor.

Sie interessieren sich für Paartherapie, d.h. Sie haben den Wunsch, Ihre Beziehung zu vertiefen oder eine tiefe Beziehung zu finden. Vielleicht haben Sie die Hoffnung schon aufgegeben, dass das mit Ihrem Partner klappen könnte, weil Sie sich ständig streiten und die körperliche Liebe ihre Erfüllung verloren hat. Vielleicht spüren Sie auch nur noch Groll und können nicht mehr verzeihen – und – es kann trotzdem gehen! Es liegt in Ihrer Hand. Sie können etwas dafür tun, die Beziehung zu führen, die Sie sich wünschen. Krisen und Probleme in einer Paarbeziehung zeigen oft Entwicklungsaufgaben an, die Sie als Chance nutzen können, auch für Ihre persönliche Reifung – denn: auch guter Sex braucht persönliche Reife.

### Vier mal pro und contra Paartherapie

#### **Ich habe keine Zeit für eine Paartherapie!**

Der Zeitaufwand beträgt 1 – 2 x pro Monat a 90 Minuten. Oft werden Beziehungskrisen und Probleme zu unrecht pathologisiert – sie sind normal. Krisen sind Ausdruck einer beidseitigen Entwicklung. Es gilt, sie kreativ zu nutzen und aufeinander abzustimmen. Apropos Zeit – Zeit mal betrachtet in Bezug auf unser Alter: wer über 50 ist, hat seine beste sexuelle Zeit eher noch vor sich.

#### **Mein/e PartnerIn würde nie mitkommen!**

An Ihrer derzeitigen Paarsituation können Sie auch alleine arbeiten. Wenn Sie aus alten „Mustern“ aussteigen, beginnt Veränderung in Ihrer Beziehung. Sie haben die Möglichkeit aus Ihrer Beziehung das zu machen, was Sie sich wünschen.

#### **Ich erzähle doch nicht meine intimsten Probleme einer fremden Person oder gar einer Gruppe!**

Es ist oft sehr entlastend für Paare zu hören und mitzuerleben, dass andere Paare sich mit ähnlichen Schwierigkeiten rumschlagen, wie Sie selber.

#### **Paartherapie ist doch viel zu teuer!**

Eine Aussage, die sich mit Ihrem Selbstwert befasst – wie viel ist Ihnen Ihre Entwicklung wert? Eine Sitzung a 90 Minuten kostet 150 Euro (Einzelpaarsitzung – pro Person 75 Euro) Bei der 90minütigen Gruppenpaartherapie fallen Kosten von 40 Euro pro Person an. Paartherapie wird nicht von den Krankenkassen übernommen. Entwicklung kostet – das ist so - Geld ist noch der geringste Preis.