

# Tandemberatung - ein Beratungsangebot für respektvolle Paar- und Elternbeziehungen

Die Tandemberatung berät gemeinsam lebende Paare, in der Trennung befindliche Paare oder Ex-Paare, die häufige und/oder schwerwiegende Konflikte miteinander hatten oder haben.

Psychische Gewalt (wie Demütigungen oder Anschuldigungen) oder auch körperliche Gewalt wirkt sich auf beide Beteiligte negativ aus. Noch leidvoller werden solche Spannungen, wenn Kinder die Konflikte miterleben.

Ohne Unterstützung gelingt es vielen Betroffenen nicht, alte Verhaltensmuster zu durchbrechen und wieder in einen respektvollen Kontakt miteinander zu kommen.

Hier kann die Tandemberatung Begleitung und Unterstützung anbieten. Dazu führen Frau und Mann zunächst Einzelgespräche mit einem Berater/in. Gemeinsam wird entschieden, ab wann Vierergespräche stattfinden sollen.

## **Inhalte der Gespräche können unter anderem folgende Themen sein:**

- Wie lösen wir Konflikte so, dass eine echte Lösung für alle entsteht?
- Wie können wir als getrennte Eltern gut für unsere Kinder da sein und den Kontakt zum jeweils anderen Elternteil unterstützen?
- Was können wir tun, um unsere schwierige Paarbeziehung wieder liebevoller zu gestalten – oder vielleicht sogar eine im Raum stehende Scheidung zu verhindern?
- Wie sprechen wir mit den Kindern über Situationen, in denen sie beängstigende Aggressionen miterlebt haben?
- Wie unterbrechen wir heftige Streits, bevor jemand durch Worte oder Taten verletzt wird?
- Wie kann ich das, was mir wichtig ist, so mitteilen, dass ich ernst genommen werde?
- Wie gehen wir mit früheren Verletzungen um?
- Was ist meine ganz persönliche Verantwortung im Konfliktfall?

Die Tandemberatung wird angeboten vom Verein für Jugendhilfe Karlsruhe e.V. und dem Sozialdienst katholischer Frauen Stadt- und Landkreis Karlsruhe e.V. – die Kontaktdaten entnehmen Sie bitte der Rückseite.

**Ihre TANDEM-Ansprechpartner für Männer:**

### **Verein für Jugendhilfe:**

Herr Jonas Sprißler  
Tel: 0721 / 6802 46-80  
[jonas.sprissler@vfj-ka.de](mailto:jonas.sprissler@vfj-ka.de)

Herr Daniel Pütsch  
Tel: 0721 / 6802 46-83  
[daniel.puetsch@vfj-ka.de](mailto:daniel.puetsch@vfj-ka.de)

**Adresse: Karlstraße 154, 76135 Karlsruhe**

<https://www.vfj-ka.de/anti-gewalt-tandemberatung.html>

**Ihre TANDEM-Ansprechpartnerinnen für Frauen:**

### **Sozialdienst kath. Frauen/Frauenberatung:**

Sprechzeiten: Montag und Freitag 8.30 – 12.00 Uhr, Dienstag 14.00 – 16.00 Uhr

Für persönliche und telefonische Beratungsgespräche stehen wir nach Vereinbarung zur Verfügung – auf Wunsch auch anonym.

Decker-Spierings, Martina  
0721 913 75 – 22  
[decker-spierings@skf-karlsruhe.de](mailto:decker-spierings@skf-karlsruhe.de)

Schmauz-Fritz, Michaela  
0721 913 75 – 18  
[schmauz-fritz@skf-karlsruhe.de](mailto:schmauz-fritz@skf-karlsruhe.de)

**Adresse: Sozialdienst katholischer Frauen, Akademiestr. 15, 76133 Karlsruhe**

<https://skf-karlsruhe.de/tandemberatung-haeusliche-gewalt>