

Wenn's mit dem Partner mal nicht so läuft...

Mental gefestigt sein und mit beiden Beinen fest auf dem Boden stehen muss man schon, wenn man anderen mit gutem Rat bei ihren Problemen helfen möchte. Für den Kladower Paartherapeuten Julian Ramin Burstedde (41) trifft das sicher zu. Mit Überzeugung meint der Vater zweier Kinder jedenfalls sagen zu können, dass er „seit 2010 glücklich verheiratet“ ist. Aber auch er und Ehefrau Sonja hätten ihre „Höhen und Tiefen“ gehabt.



Der Kladower Julian Ramin Burstedde (41) berät Paare, bei denen es mal nicht so richtig läuft. Foto: ud

Als Heilpraktiker für Psychotherapie und zertifizierter Prozessbegleiter bietet Burstedde in seiner Stadtpraxis in Schöneberg, in seiner Landpraxis in Kladow sowie bei Online-Beratungen und Hausbesuchen Paaren an, ihnen wieder zum gemeinsamen Glück zu verhelfen und sie gern auf ihrem gemeinsamen Weg zu begleiten. Die Themen, um die es bei seinen Klienten „im Alter von Mitte 20 bis zu 80 Jahren aus Berufsgruppen vom Handwerker bis zum selbständigen Unternehmer, vom Mediziner bis zum Juristen“ geht, sind vielschichtig.

Da geht es etwa um Konflikte im Zusammenleben, Trennung und Fremdgehen, sexuelle Probleme oder die allgemeine Entwicklung der Beziehung. „Diese Probleme in der Beziehung können jederzeit auftreten, es gibt aber auch typische Situationen wie den gemeinsamen Urlaub, wenn man 24 Stunden am Tag zusammen ist“, sagt der Paartherapeut.

Gerade jetzt naht mit Weihnachten als typischem Konfliktherd auch wieder eine besonders knifflige Zeit für Beziehungen. „Feiertage sind eine Sondersituation mit hohen Ansprüchen, einer oft übertriebenen Erwartungshaltung und daraus resultierender Angst vor Enttäuschungen, und erweisen sich oft als schwer zu bewältigende Kombination von Zeit- und Leistungsdruck“, sagt Burstedde.

Und in diesem Jahr komme auch noch die besondere Situation der Corona-Pandemie hinzu. Mit der herrsche derzeit oft eine generelle Angst und Unsicherheit wegen der beruflichen und finanziellen Zukunft. „Dazu führt Homeoffice dazu, dass man ständig aufeinander

hocke“, so Burstedde. Gerade jetzt sei es sehr wichtig, Rituale wie Arbeitszeiten oder Gesprächszeiten abzusprechen, sich auch mal zurückzuziehen, die Kinder in die besondere Situation mit einzubeziehen und zu informieren. „Aber die Sondersituation bietet auch Chancen, da man viel Zeit für mehr Intimität hat und das Bekenntnis zueinander neu erfinden kann“, sagt der Kladower.

Sein „Handwerkszeug“ zu kompetenter Partnerberatung hat sich der 1979 in Berlin geborene Paartherapeut durch eine vielschichtige Ausbildung erworben. Nach dem Abitur 1998 arbeitete er zunächst als Tennislehrer, studierte Jura und arbeitete als Jurist. Hier machte er eine Ausbildung zum Prozessbegleiter und bot regelmäßig für Unternehmen Workshops in den Bereichen Konfliktmanagement und Teambuilding an. Daraus entstand letztlich die Idee, sich selbständig zu machen.

Nach der Ausbildung zum Heilpraktiker für Psychotherapie folgte die Weiterbildung bei der Gesellschaft für Systemische Therapie und Beratung (GST). Burstedde ist zudem Mitglied der Fachgruppe „Systemische Paar- und Sexualberatung“ bei der Deutschen Gesellschaft für Systemische Therapie, Beratung und Familientherapie (DGST). In Kladow absolviert er regelmäßig Supervisionssitzungen im Familienforum Havelhöhe. Weitere Informationen findet man auf der Internetseite des Therapeuten <https://paartherapie-kladow.de>. Auf der gibt er auch Ratschläge zu typischen Fragen der Paarberatung, die jedoch den persönlichen Termin nicht ersetzen können.

In Kladow wohnt Familie Burstedde seit 2018. „Ich wohne dort, wo andere Urlaub machen“, schwärmt der 41-Jährige vom Spandauer Süden. Ihm gefalle der idyllische Dorfcharakter, die Nähe zur Havel und die Tatsache, dass hier viele junge Familien mit Kindern leben. Hier zu wohnen gebe ihm „ein Gefühl der Entschleunigung“. Das empfinde er auch, wenn er auf dem Weg in die City die Fähre nach Wannsee nutze. „Das ist eine gute Alternative zur sonst leider sehr langen Fahrtdauer in die Stadt“, so Burstedde. Und schon nach kurzer Zeit sei ihm hier aufgefallen, dass „die Kladower ihr Kladow lieben“. „Selbst ihren Paartherapeuten suchen sie sich in Kladow, obwohl sie ihm jederzeit begegnen könnten.“

Darum lege er in den Auftaktgesprächen zu Paartherapien auch sehr großen Wert darauf, klar zu machen, dass das Thema Diskretion für ihn gerade in Kladow extrem groß geschrieben werde. „Niemand muss befürchten, dass ich ihn im Supermarkt, in der Eisdielen oder im Turnverein anspreche und in eine blöde Situation bringe“, beschreibt er die selbstverständliche Intimität der Beziehung zu seiner Klientel. „Da gibt es dann ein höfliches, aber schlankes ‚Hallo‘, Rumratschen oder auch nur Andeutungen vor Dritten sind natürlich ein völliges Tabu“, versichert der Paartherapeut. ud