

## Daten & Fakten

Name	PaarBalance
Claim	Online-Coaching für Ihre Partnerschaft
Sitz des Unternehmens	<b>PaarBalance GmbH</b> Kistlerhofstraße 70 81379 München  Telefon: +49 (0)89 78 07 28 88 Telefax: +49 (0)89 33 99 62 80 E-Mail: <a href="mailto:info@paarbalance.de">info@paarbalance.de</a>
Geschäftsführung	Dr. Nicolas Metz Dr. Judith Gastner Prof. Dr. Ludwig Schindler
Startdatum	11. Januar 2016
Internetportal	<a href="https://www.paarbalance.de">https://www.paarbalance.de</a>
Beziehungsprobleme in Zahlen	<ul style="list-style-type: none"><li>• 10,5 Mio. Personen sind in ihrer Beziehung unglücklich<sup>1</sup></li><li>• 1 Mio. Personen haben massive Partnerschaftsprobleme<sup>2</sup></li><li>• 38 % aller Ehen werden wieder geschieden<sup>3</sup></li></ul>
Leistungsangebot	<ul style="list-style-type: none"><li>• Wissenschaftlich fundierter <b>Partnerschaftstest</b> mit 60 Fragen (kostenlos)</li><li>• Beziehungsprofil mit ausführlicher Stärken-Schwächen-Analyse (kostenlos)</li><li>• Individualisiertes Online-Coaching <u>für den Einzelnen</u></li><li>• <i>Computerised Cognitive Behavioural Therapy (ccbt)</i>, bestehend aus 18 umfassenden Einzelsitzungen (Video, Training, Hausaufgaben) zu zentralen Beziehungsthemen (Offene Wünsche, Streitverhalten, Sex, Eifersucht, Stress, Wir-Gefühl etc.)</li><li>• Vielseitige Motivationshilfen (z.B. Stimmungsbarometer, ermutigende Nachrichten, Magazin, Online-Beziehungs-Tagebuch, „Glückszutaten“ zum Ausdrucken etc.)</li><li>• Empfohlene Dauer: 9 bis 12 Wochen</li><li>• Preise: 29,00 Euro/Monat bzw. 79,00 Euro/3 Monate</li></ul>
Highlights	<ul style="list-style-type: none"><li>• Erstes umfassendes Online-Beziehungcoaching in seiner Art weltweit</li><li>• <b>Von einem Partner alleine nutzbar</b> (Coaching für Einen – Erfolg für Zwei)</li><li>• Falls gewünscht: Einbindung des anderen zu JEDEM Zeitpunkt möglich (unkompliziertes „Teilen“ wichtiger Erinnerungen / Gedanken / Wünsche per E-Mail)</li><li>• Bezahlbar, immer und überall zugänglich, schützt Privatsphäre</li><li>• Klar strukturiert, effektiv, humorvoll, ohne erhobenen Zeigefinger</li><li>• Geld-zurück-Garantie bei Nicht-Verbesserung</li><li>• Hohe Datensicherheit: Deutsche Server, Verschlüsselung nach Bankenstandard</li></ul>
Mission	PaarBalance hilft <u>Menschen in einer Partnerschaft</u> <ul style="list-style-type: none"><li>• Konflikte zu bewältigen</li><li>• Herausforderungen zu meistern</li><li>• die Liebe zu stärken</li></ul>

<sup>1</sup> Basisdaten: Anzahl der Partnerschaften in Deutschland 2009, Statistisches Bundesamt; 25% aller Partnerschaften sind unglücklich

<sup>2</sup> Hochrechnung auf Basis der Scheidungen der letzten 3 Jahre, Statistisches Bundesamt 2014

<sup>3</sup> Statistisches Bundesamt 2015

## Über PaarBalance.de

PaarBalance.de bietet evidenzbasiertes Online-Beziehungscoaching. Das weltweit einzigartige, interaktive Programm richtet sich sowohl an Menschen in länger andauernden Partnerschaften wie auch an Personen, die am Anfang einer neuen Beziehung stehen. Das umfangreiche Angebot besteht aus einem kostenlosen, wissenschaftlich fundierten Partnerschaftstest mit ausführlicher Stärken-Schwächen-Analyse und einem kostenpflichtigen Coaching mit zahlreichen Motivationshilfen. Pointiert und mit Witz wird in 18 spannenden Online-Sitzungen das nötige Rüstzeug vermittelt, um Konflikte zu bewältigen, Herausforderungen zu meistern und die Liebe zwischen den Partnern (wieder) zu stärken.

PaarBalance.de wurde von den anerkannten Paartherapie-Experten Prof. Dr. Ludwig Schindler und Dr. Judith Gastner als *Computerised Cognitive Behavioural Therapy* (ccbt) entwickelt und wird seit 2016 von der PaarBalance GmbH mit Sitz in München betrieben.

## Pressekontakt

COMPRISMA | Björn Berensmann  
Rupert-Mayer-Str. 44 (Empfang + Büro)  
81379 München

Telefon: +49 (0)89 85 63 16 90

Telefax: +49 (0)89 85 63 16 89

E-Mail: [presse@paarbalance.de](mailto:presse@paarbalance.de)

## Pressebereich & Materialien

<https://www.paarbalance.de/presse>

## Direktlink zum Logo-Download

[https://paarbalance.de/wp-content/uploads/2015/08/PaarBalance\\_Logo\\_PRINT.jpg](https://paarbalance.de/wp-content/uploads/2015/08/PaarBalance_Logo_PRINT.jpg) (Print)

[https://paarbalance.de/wp-content/uploads/2015/08/PaarBalance\\_Logo\\_WEB.jpg](https://paarbalance.de/wp-content/uploads/2015/08/PaarBalance_Logo_WEB.jpg) (Web)

## Screenshots



[Partnerschaftstest](#)



[Beziehungsprofil](#)



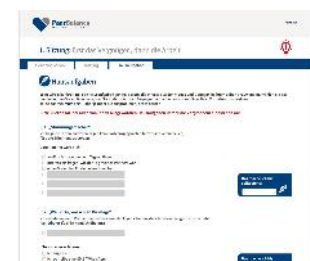
[Stimmungsbarometer](#)



[Coachingvideos](#)



[Trainings](#)



[Hausaufgaben](#)

## Die PaarBalance-Experten



### Prof. Dr. Ludwig Schindler

Als Diplom-Psychologe, Psychotherapeut und erfahrener Supervisor gehört Ludwig Schindler zu den **führenden Experten** im Bereich **Paartherapie in Deutschland**.

Während seiner langjährigen Tätigkeit am Max-Planck-Institut in München forschte er intensiv rund um das Thema Partnerschaft und Beziehungszufriedenheit. Seit mehr als 30 Jahren gibt Herr Prof. Dr. Schindler Fortbildungsveranstaltungen, Seminare und Supervision zum Thema Paartherapie – Paarcoaching – Partnerschaft, sowohl im Rahmen seiner apl. Professur an der Otto-Friedrich-Universität Bamberg als auch an anderen Fort- und Weiterbildungseinrichtungen.

Der Inhaber einer großen kognitiv-verhaltenstherapeutischen Lehrpraxis für Paartherapie und Beziehungcoaching in München ist Verfasser zahlreicher Fachpublikationen und steht für redaktionelle Anfragen gerne als ausgewiesener Fachexperte, Interviewpartner oder Talkgast zur Verfügung.

[Download \(Web\)](#)

[Download \(Print\)](#)

### Publikationen und Medienerfahrung (Auswahl)

- Schindler, L., Hahlweg, K. & Revenstorf, D. (2013). Partnerschaftsprobleme? So gelingt Ihre Beziehung. Handbuch für Paare. Heidelberg: Springer (4. Auflage)
- Schindler, L., Hahlweg, K. & Revenstorf, D. (2006). Partnerschaftsprobleme: Diagnose und Therapie. Therapiemanual. Heidelberg: Springer (2. Auflage)
- BR la Vita „Raue Zeiten für die Liebe“; gesendet am 04.02.2013



### Dr. Judith Gastner

Die Diplom-Psychologin, Psychotherapeutin und Pädagogin blickt auf eine langjährige Tätigkeit als wissenschaftliche Mitarbeiterin in der Klinik für Psychosomatische Medizin und Psychotherapie der TU München zurück.

In dieser Zeit widmete sie sich gleichermaßen Patientenversorgung, Forschung und Lehre. Aufgrund ihres Interesses am Einsatz neuer Medien im Kontext Lehre und Coaching wurde sie im Rahmen des Qualifizierungsprogramms "eTeaching" zertifizierte Medizindidaktikerin der TU München.

Heute arbeitet Judith Gastner in eigener Praxis als **kognitive Verhaltenstherapeutin und Coach**. Zu einem ihrer Behandlungsschwerpunkte zählt die Beratung von Einzelpersonen und Paaren in den Bereichen Beziehungsanbahnung, Partnerschaftsgestaltung, Sexualität, Krisenbewältigung und Trennungsverarbeitung.

Judith Gastner steht für redaktionelle Anfragen gerne als Fachexpertin oder Interviewpartnerin zur Verfügung.

[Download \(Web\)](#)

[Download \(Print\)](#)

## Höchste Zeit für PaarBalance.de!

Die Zahlen schmerzen jeden Paarcoach im Innersten: **38 % aller Ehen werden wieder geschieden**, in Großstädten sogar jede zweite Ehe – die unverheirateten Paare noch nicht einmal mit eingerechnet. Fast nichts belastet uns mehr als Beziehungsstress.

Stellt sich die Frage: Warum holen sich trotzdem viel zu wenige Menschen rechtzeitig Hilfe? Ratgeberbuch? Dröge! Paartherapeut? Der Partner will nicht mit! Einzelcoaching? Zu lange Wartezeiten!

Da müsste es mittlerweile doch irgendetwas Hilfreiches im Internet geben, dachten wir. Und fanden - nichts! Jedenfalls nichts, das wir selbst gerne gemacht hätten, um unseren jeweiligen Beziehungen etwas Gutes zu tun. Eine Partnerschaft via Internet finden? Schon lange selbstverständlich. Seine Partnerschaft via Internet stärken? Bisher nicht möglich.

**Die Idee zu PaarBalance war geboren!** Ein Coaching, das Spaß macht. Das man auch alleine machen kann. Das sofort zur Verfügung steht, wenn man gerade Zeit hat. Das seriös ist. Modern. Interaktiv. Das aufräumt mit überholten Mythen. Das alle wichtigen Themen anpackt. Das bei Problemen hilft. Das konkret zeigt, wie man Fehler vermeiden kann. Das die Liebe stärkt.

Sieben Jahre der Konzeptionsarbeit und Umsetzung folgten. Wir trafen währenddessen auf viele Menschen, die unsere Idee unterstützt haben – und selbst kaum glauben konnten, dass es noch kein Coaching dieser Art gab. Wo sich doch JEDER eine glückliche Beziehung wünscht. Und man so oft Klagen hört, dass es in der Partnerschaft nicht rund läuft. Oder dass man „diesmal alles richtig machen“ möchte.

Und auch, warum es noch kein Online-Coaching wie PaarBalance gab, das wissen wir mittlerweile. Denn nach unzähligen Diskussionen, Nachtschichten, Herausforderungen und einem riesigen Berg Arbeit waren es letztendlich nicht weniger als die Essenz aus 50 Jahren Paarforschung, unsere ganze Expertise und sehr viel Herzblut, die für die Entwicklung des einzigartigen PaarBalance-Coachings nötig waren. Eine Herausforderung, an die sich bisher einfach niemand herangetraut hatte!

### Seit Februar 2016 ist es nun jedoch so weit:

PaarBalance ist online! Wir sind überglücklich, dass wir unsere Vision realisieren konnten. Und zutiefst überzeugt davon, dass PaarBalance helfen wird, Partnerschaftskrisen zu überwinden und neue Beziehungen zu festigen, so dass Paare ihre Liebe lange erhalten können.

Wir freuen uns auf Ihren Besuch!

Judith Gastner, Ludwig Schindler & Nicolas Metz

## Das ausgeklügelte Online-Coaching Programm wirkt. Versprochen!

Wir sind überzeugt: Eine glückliche Beziehung führen kann im Grunde jeder. Alles, was es dafür braucht: Ein paar hartnäckige Mythen ausräumen und ein paar grundlegende Verhaltensregeln anwenden. Mit diesen so genannten Glückszutaten im Gepäck steht einem harmonischen Miteinander in der Partnerschaft nichts mehr im Wege. Und das nicht nur theoretisch, sondern evidenzbasiert und wissenschaftlich fundiert!

Daher gilt: Wer in einer neuen Partnerschaft alle Beziehungstipps aus dem PaarBalance-Programm befolgt, wird eine glückliche Beziehung führen! Und wer die Glückszutaten in einer bestehenden Partnerschaft konsequent beherzigt, wird eine positive Veränderung im Miteinander feststellen. Unser Wort darauf!

Weil wir wissen, dass PaarBalance.de funktioniert, haben wir uns dazu entschieden, unseren Nutzern eine uneingeschränkte **Geld-zurück-Garantie** anzubieten, sollte sich nach zwei Monaten mit unserem Programm keine Verbesserung ihrer Beziehungssituation einstellen. Einzige Voraussetzung: Es müssen mindestens sechs komplette Sitzungen (inklusive Coaching-Videos, Training und Hausaufgaben) absolviert worden sein.

## Sie haben weitere Fragen?

Rufen Sie uns an oder werfen Sie einen Blick in unsere FAQ unter <https://www.paarbalance.de/faq>

Pressebereich, Materialien & weitere Informationen: <https://www.paarbalance.de/presse>

### Pressekontakt, Interviewanfragen, Expertenbookings:

COMPRISMA | Björn Berensmann

Rupert-Mayer-Str. 44 (Empfang + Büro)

81379 München

Telefon: +49 (0)89 85 63 16 90

Telefax: +49 (0)89 85 63 16 89

E-Mail: [presse@paarbalance.de](mailto:presse@paarbalance.de)