



HAUS FÜR BILDUNG UND BEGEGNUNG

HERZBERG

CH- 5025 Asp (Aarau)

Tel. +41 +62 878 16 46 - Fax: 878 11 76

info@herzberg.org - www.herzberg.org

Interkonnessionelle Eheberatung Bezirk Baden

www.ieb-baden.ch - kontakt@ieb-baden.ch

Praxis für Paare, Seengen

www.praxisfuerpaare.ch



HAUS FÜR BILDUNG UND BEGEGNUNG

HERZBERG

Paarkompetenzen kann man lernen **In Beziehung bleiben**

**Samstag, 29. März 2008, 10.00 Uhr bis
Sonntag, 30. März 2008, 15.00 Uhr**

Ein Kurs für Paare, die mit ihrer Beziehung konstruktiv umgehen und neue Formen der Kommunikation lernen wollen.

Über lange Zeit ging die Paarforschung davon aus, dass innere Ermüdungs- und Abnützungerscheinungen den Zerfall einer Partnerschaft und damit die hohen Scheidungsziffern verursachten.

Neue Ergebnisse zeigen, dass es vor allem grundlegende kommunikative Kompetenzen sind, die eine Partnerschaft gelingen lassen.

Zusätzliche Impulse kommen heute von der Stressforschung, die darauf hinweist, dass das hohe Stressniveau im modernen Alltag auch gute Paarbeziehungen längerfristig zerstören kann.

Kursleitung

Dr. Hans-Peter Dür, Paartherapeut, Praxis für Paare, Seengen
www.praxisfuerpaare.ch

lic. phil. Margrit Wolf-Hockel, Eheberaterin IEB und Psychotherapeutin SPV; und lic. Trainer/innen FSPT des Institut für Familienforschung der UNI Fribourg.

Absender/in

Vorname

.....

Name

.....

Strasse

HERZBERG

.....

Haus für Bildung und Begegnung

PLZ/Ort

CH-5025 Asp ob Aarau

.....

Telefon/E-Mail:

.....

Kursziele

Aufbauend auf dem Stresspräventionsprogramm für Paare der Universität Freiburg (Prof. Guy Bodenmann) lernen die Paare:

- mit individuellem und paarbezogenem Stress besser umzugehen
- sich als Paar in Stresssituationen gegenseitig zu unterstützen (Coping-Techniken)
- die Grundregeln einer angemessenen Kommunikation praktisch anzuwenden und zu vertiefen
- konstruktiv Probleme zu lösen
- gegenseitigen Respekt und Achtung füreinander zu vertiefen

Die neuesten Erkenntnisse der Paarforschung werden den Teilnehmenden zur Verfügung gestellt und Möglichkeiten aufgezeigt, was sie zur Förderung Ihrer Partnerschaft beitragen können.

Der Kurs ist weniger geeignet für Paare, die sich gerade in einer aktuellen Krise befinden.

Im Zweifelsfalle fragen Sie bitte an: 062 777 30 60

Kursprogramm

Samstag

10:00 Uhr Kursbeginn
10:00 Uhr Kursarbeit

12:15 Uhr Mittagspause
14:00 Uhr Kursarbeit mit Pausen

19:00 Uhr Tagesabschluss
19:15 Uhr Nachtessen
(fakultativ)

Sonntag

09:30 Uhr Kursarbeit mit Pause

12:00 Uhr Mittagessen
13:30 Uhr Kursarbeit

15:00 Uhr Kursende

Kursorganisation und Trägerschaft

Herzberg, Haus für Bildung und Begegnung, www.herzberg.org
Interkonnessionelle Eheberatung Bezirk Baden,
Praxis für Paare, Dr. Hans-P. Dür Seengen & Zürich

Kurskosten

Fr. 245.- pro Person, plus Kost und ev. Logis, s. unten
Kursgeldermässigung auf Anfrage (einfaches Gesuch an die LGB
Stiftung, 5707 Seengen).

Annulation

Bis 1 Monat vor Beginn keine, danach Fr. 150.-, ab 10 Tagen vor
Kursbeginn wird das Kurshonorar fällig und 50 % der VP-Kosten.

Anmeldung

Anzahl Personen:

Übernachtungen mit Vollpension (bitte Gewünschtes ankreuzen)
Vollpension beide Tage inkl. Kaffe und Gipfeli bei der Ankunft:

- Einzelzimmer mit Dusche* SFr. 270.00 pro Person
 - Einzelzimmer mit Lavabo SFr. 210.00 pro Person
 - Doppelzimmer mit Dusche* SFr. 210.00 pro Person
 - Doppelzimmer mit Lavabo SFr. 180.00 pro Person
 - Matratzenlager SFr. 140.00 pro Person
- * so weit möglich
- Ohne Übernachtung: 2 Mittagessen pro Person SFr. 60.00
 - Je 1 Nachtessen Samstagabend pro Person SFr. 18.00

Vegetarisches Essen: Ja Datum/Ort:

Abholer Staffelegg: Unterschrift: