

## **Trotz Liebe – Streit in Endlosschleife**

Kennen Sie das? Immer wieder geraten Sie mit Ihrem Partner/Ihrer Partnerin in Streit - und jedes Mal fühlt es sich an wie ein „Kampf“ in den immer gleichen und festgefahrenen Bahnen.

Im Rahmen eines Seminars für Paare bieten wir Ihnen Unterstützung an, um Ihre persönlichen Streitmuster kennen zu lernen, zu verstehen und zu verändern. Denn – Paare, die weniger und konstruktiver streiten, fühlen sich meist verbundener und glücklicher miteinander (und umgekehrt).

### **Für wen ist das Seminar?**

Wir sprechen Paare an, die ihre festgefahrenen Streitmuster verändern möchten. Psychische Belastbarkeit ist Voraussetzung für die Teilnahme – das Angebot ersetzt keine Beratung/Therapie. Bei akuten Krisen (des Einzelnen oder der Beziehung), bei Streitigkeiten mit Gewaltausübung oder akuter Suchtproblematik ist das Seminar nicht geeignet. In diesen Fällen können Sie sich aber gerne an die entsprechende Beratungsstelle in den diakonischen Beratungszentren in Buchholz oder Winsen wenden.

### **Wer leitet das Seminar?**

Wir sind Fachkräfte der Lebensberatung für Einzelne, Paare und Familien in Buchholz und Winsen und bieten das Seminar als „Therapeuten-Paar“ an. Wir, das sind Regina Dietze (Dipl. Psychologin und psychologische Psychotherapeutin) und Jürgen Rauch (Gestalt- und Paartherapeut).

### **Wie arbeiten wir?**

Wir geben Ihnen relevante Informationen – der wesentliche Teil der gemeinsamen Arbeit besteht jedoch aus Selbsterfahrung als Paar und in der Gruppe. Dazu bieten wir Ihnen konkrete Übungen und „Experimente“ an. Ein wichtiger Teil darüber hinaus sind Hausaufgaben, damit Sie ausreichend Möglichkeit zum Lernen und Üben haben. Wir arbeiten vor dem Hintergrund und mit Methoden der Emotions-Focussierten-Therapie (EFT).

**Zahl der Teilnehmenden:** maximal 6 Paare

### **Termine und Zeiten:**

Samstag 18. August, 1. und 15. September 2018 jeweils von 14 – 18 Uhr. Die Termine bauen aufeinander auf und können nur komplett gebucht werden.

### **Preis:**

Als evangelische Beratungsstelle möchten wir allen Interessierten die Möglichkeit geben, an diesem Seminar teilzunehmen. Deshalb bieten wir eine Preisspanne von 150 € – 450 € für das gesamte Seminar: Sie zahlen den Betrag, der Ihren Möglichkeiten entspricht, einen Teil der Kosten trägt die Lebensberatungsstelle in Buchholz. Darüber hinaus gilt – für niemanden scheidet die Teilnahme am Geld.

### **Anmeldung:**

Bitte melden Sie sich telefonisch in der Lebensberatung in Buchholz an. Telefon: 04181/4080