

Investiere in deine Beziehung und stärke sie – es lohnt sich!

29. September 2022, Bahnhofstrasse 182 in 8620 Wetzikon ZH

Wir investieren Zeit in die tägliche Körperpflege, in gesunde Ernährung, in Sport, in Weiterbildung, in Aktienanlagen und in zig andere Bereiche. Doch investieren wir auch genügend Zeit in unsere Beziehung? Pflegen und stärken wir unsere Liebe wirklich tagtäglich?

Fragt man Paare, finden viele, dass man die Beziehung pflegen sollte. Aber warum fällt es dann so schwer, dies im Alltag auch tatsächlich zu tun? Mehr als zwei von fünf Ehen werden in der Schweiz wieder geschieden. Umso wichtiger ist doch, dass man als Paar regelmässig trotz Alltagsstress seine Beziehung stärkt.

Doch dazu benötigt man Wissen. Wissen wie man bei Streit miteinander umgeht. Wissen wie man sich gemeinsam über Wünsche und Bedürfnisse austauscht. Wissen wie man im oft stressreichen Alltag liebevoll miteinander umgeht. Kurz Mann/Frau braucht Kompetenzen zur Beziehungspflege.

Dieser Crash-Kurs leistet einen Beitrag zur Beziehungspflege und deren Umsetzung im Alltag. Wie eine glückliche Beziehung gelebt werden kann, wird in meinem Crash-Kurs gezeigt.

Der Crash-Kurs besteht aus einer Kombination aus fachlichen Inputs und weiteren interaktiven Sequenzen, welche auch Raum für Austausch untereinander ermöglichen.

LERNZIELE

- Die Teilnehmenden lernen die drei Komponenten der Liebe kennen.
- Die Teilnehmenden wissen, welches die meist vorkommenden Konfliktthemen in einer Partnerschaft sind und wie man mit diesen umgehen kann.
- Die Teilnehmenden lernen, wie man konstruktiv Gespräche führt und reflektieren ihre eigene Kommunikation.
- Die Teilnehmenden wissen, wie sie mit Alltagsstress besser umgehen können.
- Die Teilnehmenden verstehen, weshalb es wichtig ist, jeden Tag in die Beziehung zu investieren.

ZIELGRUPPE

Der Crash-Kurs richtet sich an Paare, Einzelpersonen oder Singles, die gemeinsam ihre (zukünftige) Beziehung pflegen und stärken möchten.

DONNERSTAG, 29. SEPTEMBER 2022

ZEIT: 19.00 bis ca. 21.00 Uhr (inklusive Verpflegungspause mit feinem Hügli-Guggelhopf und Getränke)

ORT: Bahnhofstrasse 182, 8620 Wetzikon ZH, 1. Obergeschoss

KOSTEN: CHF49 pro Person

ANMELDUNG: info@raphaela-huegli.ch

Vermerk Crash-Kurs K1. Die Anmeldung muss zwingend den vollständigen Namen, die vollständige Postadresse sowie die Telefonnummer beinhalten.

Der Crash-Kurs wird ab 6 Teilnehmenden durchgeführt und bei grosser Nachfrage mehrmals wiederholt.

ANMELDESCHLUSS: 15.09.2022

VERANSTALTERIN:

Raphaela Hügli

lic. phil. Psychologin

info@raphaela-huegli.ch

077 499 65 57

PROGRAMM

18.50	Eintreffen der Teilnehmenden
19.00	Begrüssung und Kennenlernen
19.10	Einführung ins Thema
19.15	Fachinput zu Beziehungspflege
19.30	Interaktiver Teil
19.45	PAUSE mit Hügli-Guggelhopf und Austausch
20.00	Fachinput zu konstruktiver Gesprächsführung mit anschliessendem Reflexionsteil: «Wie kommuniziere ich?»
20.30	Fachinput zu Umgang mit Alltagsstress und interaktivem Austauschteil
20.50	Abschluss und Verabschiedung
21.00	Ende

Allgemeines

Diese Geschäftsbedingungen gelten für die Teilnahme an Kursen, welche von Raphaela Hügli durchgeführt werden.

1. Anmeldung

Die Teilnehmeranzahl ist begrenzt. Es wird deshalb eine möglichst frühzeitige Anmeldung empfohlen. Nach getätigter Anmeldung, wird eine Anmeldebestätigung per E-Mail versendet. Damit ist die Anmeldung verbindlich.

2. Abmeldung

Ist eine Teilnahme an einem Kurs für eine angemeldete Person nicht möglich, so muss die Abmeldung schriftlich an info@raphaela-huegli.ch erfolgen. Abmeldungen per Telefon können nicht entgegengenommen werden.

3. Stornogebühren

Bis 5 Arbeitstage vor Kursbeginn können Kursanmeldungen kostenfrei storniert werden. Bei einer späteren Abmeldung wird 100% des Betrags, sofern der Platz nicht durch eine andere Person vergeben werden kann, verrechnet.

4. Bezahlen der Kursgebühr

Nach der Anmeldung erhalten Sie eine Rechnung per E-Mail. Die Kursgebühren sind zwingend vor Kursbeginn zu bezahlen.