

Elternabend auf der Couch

Wie Paare Stress vorbeugen können

Zusammenleben als Paar und in der Familie bedeutet immer auch Reibung und Konflikte. Belastungen des Einzelnen und Schwierigkeiten bei der Abstimmung untereinander können schnell auch die Beziehung belasten. Gerade die derzeitigen Anforderungen in Zusammenhang mit der Corona-Pandemie haben es mit sich gebracht, dass viele Paare neu aushandeln mussten, wie sie ihre jeweilige Rolle als Mutter und Vater leben wollen.

Der Abend möchte mit Vortrag und Gespräch dabei helfen, frühzeitig Stressfaktoren zu erkennen, deren Bedeutung besser zu verstehen und gemeinsam Lösungswege zu entwickeln. Ziel ist, nicht anklagend, sondern wertschätzend und lösungsorientiert miteinander umzugehen, damit der Stress das Paar nicht „scheidet“. Es ist möglich, dass auch nur ein Partner teilnimmt.

Referent ist Walter Dreser, Diplom-Psychologe und Psychologischer Psychotherapeut und bis 2016 Leiter der Caritas-Erziehungsberatungsstelle in Erftstadt.

Termin: Mittwoch, 14.04.2021, 19.30 Uhr

Der Vortrag wird ausschließlich digital über Zoom angeboten.

Anmeldungen: mail@familienzentrum-mariengarten.de

Oder

marienkita@gmx.de