

Seminar

Geteilter Stress ist halber Stress – Wie Paare im Zeitstress überleben

Vielen Paaren bleibt im Alltag kaum Zeit füreinander. Zu viel Stress kann die Liebe zermürben. Was kann ein Paar tun, um sich davor zu schützen? Kann man sich überhaupt davor schützen? Ja, man kann!

Der Workshop will Wege aufzeigen, um Beziehungen vor äußeren Belastungen zu schützen. Humorvoll und spielerisch erarbeiten die TeilnehmerInnen kleine Inseln für sich, Kurzurlaube vom Stress, die der Liebe gut tun. Zudem werden pragmatische und lebensnahe Strategien aufgezeigt, um die kostbare gemeinsame Zeit nicht mit den immer gleichen Problemen und Diskussionen zu füllen, sondern jeden Tag das Beste füreinander herauszuholen. Damit die Liebe bleibt, wenn der Stress kommt.

Neben Paaren sind auch Einzelpersonen herzlich willkommen.

Haben Sie Interesse an diesem Seminarangebot?

Dann kontaktieren Sie mich:

Elke Mohlberg

Büro: Hermeskeiler Str. 9, 50935 Köln

Telefon: +49 221 43 00 814, Mobil: 0160 37 50 568

E-Mail: info@burnout-therapie-koeln.de

www.burnout-therapie-koeln.de