

PARTNERSCHAFT UND FAMILIE IN ZEITEN VON CORONA: DIE KRISE GEMEINSAM ALS TEAM BEWÄLTIGEN!

Ein Coaching-Angebot zur Beziehungs- und Selbstpflege (1-2 Gespräche)



Quelle: Dreamtime

Interkessionelle Ehe- und Paarberatung

5400 Baden
056 222 44 80
kontakt@ieb-baden.ch

www.ieb-baden.ch

Wir leben im Moment in stark verunsichernden Zeiten, die Corona-Pandemie hat massive Auswirkungen auf unseren Alltag mit seinen Einschränkungen, auf unsere Wirtschaft und unsere Gesundheit. Es braucht neue Strukturen und eine Neuorganisation in der Familie.

Viele Menschen arbeiten von zu Hause aus oder können nicht mehr arbeiten gehen, Kinder können nicht mehr in die Schule, Freunde nicht mehr getroffen werden und der Alltag spielt sich weitestgehend in den eigenen vier Wänden ab. Durch die aufgezwungene Nähe können sich vorbestehende Konflikte verschärfen oder noch gärende zum Ausbruch kommen.

Gerade jetzt in dieser verletzlichen Phase ist es wichtig, dass Paare und Familien achtsam miteinander umgehen, um gemeinsam diese bedrohliche Ausnahmesituation zu meistern. Kleine Gesten der Zugewandtheit sind in diesen Zeiten Gold wert!

ZIEL Wir unterstützen Sie gerne darin, wie Sie Ihre Partnerschaft und Familie schützen und sich gegenseitig unterstützen können. Einzelpersonen sind natürlich auch herzlich für eine Beratung eingeladen.

INHALTE Folgende Fragen könnten z. B. Inhalte eines solchen Coachings sein:

- Wie können wir ein gutes Team werden? Wo sind unsere Stärken?
- Wie wollen wir mit dem womöglich unterschiedlichen Bedürfnis nach Nähe und Distanz umgehen?
- Welche Rituale im Alltag können unsere Bindung stärken und uns Zuversicht vermitteln?
- Was wollen wir als Paar (wieder-)entdecken oder neu erleben?
- Wie wollen wir mit bestehenden und/oder neu entstandenen Konflikten umgehen?

FORM Wegen der vom BAG ausgerufenen „ausserordentlichen Lage“ finden diese Beratungen via Telefon- oder Videokonferenz statt.

TARIFE Die ersten beiden Gespräche sind kostenlos, danach sind unsere Tarife nach Einkommen und der Anzahl Kinder sozial abgestuft. Informationen hierzu entnehmen Sie bitte unserer Webseite.