

„KAPCSOLATRA TEREMTVE!”

INTENZÍV KAPCSOLATGAZDAGÍTÓ PROGRAM PÁROKNAK



A programról

A házasság évében ennek a programnak a célja, hogy a pár tagjainak egymással és Istennel való kapcsolata elmélyüljön, elköteleződésük erősödjön, ezáltal magánéletükben, munkájukban, egyházi szolgálatukban egyaránt egymás támaszai maradhassanak.

A szerelem kiszámítható, fenntartható, és egész életen át gyakorolható művészet. A „Kapcsolódásra teremtve” Sue Johnson azonos című könyve alapján kidolgozott kapcsolatgazdagító program, amelyen megtanulhatjátok, hogyan kerüljétek el a csapdákat, és hozzátok létre azt az érzelmileg is biztos kapcsolatot, amelyre legjobban vágytok a szívetek mélyén.

- Megtapasztalhatjátok, hogy milyen az, amikor igazán közel érzitek magatokat egymáshoz.
- A kettesben történő beszélgetéshez kaptok segítő kérdéseket és személyes kísérést is.

- A kapcsolatokat részletei kettőtökre tartoznak, a csoportban nem kell ezekről beszélnetek.
- Haladhattok a saját tempótokban, hiszen minden pár különböző.
- Igazán szép és nyugodt környezetben könnyebb egymásra figyelni, ezért hívunk Benneteket egy ilyen helyre.

Helyszín:

Ordass Lajos Evangélikus Oktatási Központ
Révfülöp, Füredi u. 1.

Kétágyas szobákban, teljes ellátással.

Mi történik?

- Előadások hangzanak el, amelyeket együtt hallgatnak a párok.
- Megnézünk egy videósorozatot egy párról, hogy ők hogyan csinálták.
- Párban beszélgethettek a témáról, kérdések segítségével.
- Személyes kísérést kaphattok a program alatt az egyik vezetőtől.
- Csoportban megoszthatjátok a tapasztalataitokat a feladatokról, de ez teljesen szabadon választott, nem kell megszólalni.

Témák, amelyekkel foglalkozni fogunk

- Ördögi párbeszéd felismerése, avagy hol fut zátonyra a szerelmünk.
- A fájó pontok megtalálása, amelyek mindig vihart okoznak.
- Visszatérés egy rázó pillanathoz, amelyről még beszélni is nehéz.
- „Ölelj át!” beszélgetés, a közelség új megtapasztalása.
- Sérelmek megbocsátása, avagy a kiszáradt földből forrás fakad.
- Kötődés szex és érintés útján, ahol testi-lelki vágyaink találkoznak.
- A szerelem megőrzésének, mélyítésének művészete, a pozitív kör létrehozása.

Időpontok:

2025. május 18., vasárnap 18.00-tól május 21., szerda 14.00-ig

Jelentkezési határidő: 2025. április 30., szerda

2025. november 24., hétfő 18.00-tól november 27., csütörtök 14.00-ig

Jelentkezési határidő: 2025. október 31., péntek

www.eft-parterapia.hu

Mennyibe kerül?

A tréning részvételi díját, a szállás és a napi háromszori étkezés költségeivel együtt a Magyarországi Evangélikus Egyház (MEE) Gyülekezeti és Missziói Osztálya fizeti. A részt vevő pároktól páronként 20.000 Ft hozzájárulást kérünk, amely a helyszínen a trénereknek készpénzben fizetendő.

A programban résztvevő párok kapnak egy példányt Susan Johnson & Kenny Sanderfer *Kapcsolódásra teremtve!* (Harmat Kiadó – EFT Alapítvány, 2019) című könyvéből és két színes munkafüzetet, amely segíti a páros beszélgetéseket és a programban való elmélyülést.

A tréning vezetői

Egyházi szolgálatok iránt elkötelezett, tapasztalt család- és párterapeuták, végzett „Ölelj át! / Kapcsolatra teremtve” csoportvezetők.

Jelentkezés

A program minimum 9, maximum 12 pár jelentkezése esetén valósul meg. A jelentkezések elfogadása a beérkezések sorrendjében történik. A jelentkezést egy 20 perces online előzetes beszélgetés követi, páronként a leendő csoportvezetők egyikével. Ennek megvalósulása érdekében a csoportvezetők veszik fel a kapcsolatot a jelentkező párokkal a jelentkezéskor megadott elérhetőségeken.

Jelentkezés módja: az alábbi linken, a részt vevő pár mindkét tagja elérhetőségeinek megadásával.

<https://forms.gle/XdnnXpDXLZbRrJ1G9>

Bővebb információ a szakmai tartalomról a program koordinátorától és egyik leendő csoportvezetőjétől, Guba Judittól kérhető: gubajudi@gmail.com +36203369349.

Néhány korábbi résztvevő tapasztalata

L., 42 éves férfi: *„Sikerült meglátnom a saját magam és a párom érzései mögött rejlő szükségleteket.”*

D., 44 éves nő: *„Nagyon fontos volt ráismernem, hogy konfliktusaink bizonyos mintázatot mutatnak. Igazi aha-élmény volt rálátni arra, hogy mi a dinamikája egy-egy veszekedésnek, milyen fegyverzettel állunk egymással szemben, milyen fájó pontjait nyomogatjuk ilyenkor egymásnak. Hiszem, hogy ennek a tudatosításával, és azzal az eszköztárral, amit kaptunk, megszelídítettük, kezelhetővé tettük ezeket a helyzeteket.”*

www.eft-parterapia.hu

G., 55 éves férfi: „Új megvilágítást kaptunk a konfliktusainkkal kapcsolatban, és remélhetőleg egy új módszert is az ördögi körök felismerésére és megállítására, visszafordítására.”

D., 50 éves nő: „Úgy érkeztem a csoportba, hogy egy pihentető hétvégét töltünk a párommal, egymásra figyelünk, feltöltődünk. A folyamat során a legmélyebb szinteken tudtunk kapcsolódni egymáshoz, megismertük a kapcsolatunkban előforduló nehézségeink dinamikáját. Eszközöket és megoldásokat kaptunk ezek felismerésére és kezelésére. Őszinte és mély érzéseinket tudtuk egymásnak ajándékozni. Ez igazán szerelem. Köszönöm nektek!”