

So erreichen Sie uns



Mit dem Auto: Chemnitzer Str. 46, Parken ist in der Tiefgarage möglich (kostenpflichtig nach 60 min.), bitte nutzen Sie die Zufahrt über die Chemnitzer Str.

Mit dem Bus Linie 62:

Haltestelle Bamberger Straße

Mit der Straßenbahn Linie 3:

Haltestelle Münchner Platz,
10 min. Fußweg

Mit der Straßenbahn Linie 8:

Haltestelle Südvorstadt,
10 min Fußweg

Auf der Chemnitzer Straße sehen Sie einen großen Gebäudekomplex "Falkenbrunnen". Gehen Sie rechts am Brunnen vorbei und nutzen den Eingang 46a neben dem Orthopädiegeschäft. Fahren Sie mit dem Aufzug in die 3. Etage. Halten Sie sich rechts, wenn Sie aus dem Aufzug herauskommen.



Center for Preventive Intervention Studies CEPRIS

Institut für Klinische Psychologie und Psychotherapie, TU Dresden

Leitung:

Prof. Katja Beesdo-Baum
Dr. Susanne Knappe

EPL wurde vom Institut für Kommunikationstherapie, München entwickelt. Weitere Informationen finden Sie unter www.Institutkom.de

Impressum: CEPRIS, Institut für Klinische Psychologie und Psychotherapie, TU Dresden, Chemnitzer Str. 46, 01187 Dresden.

Information und Anmeldung

**Center for Preventive Intervention Studies
CEPRIS, TU Dresden
Dr. Susanne Knappe, Dipl.-Psych.**

Chemnitzer Str. 46, 01187 Dresden

Telefon: 0351 - 463 - 39727

Fax: 0351 - 463 - 36984

E-Mail: cepris@psychologie.tu-dresden.de

Center for Preventive Intervention Studies



Unsere Partnerschaft stärken

Ein Partnerschaftliches Lernprogramm - EPL



Kontakt

Tel. 0351 - 463 - 39727

E-Mail: cepris@psychologie.tu-dresden.de

EPL - Ein partnerschaftliches Lernprogramm

Für die Qualität der Partnerschaft ist die Kommunikation der Partner miteinander ein grundlegender Baustein. Vor allem durch einen häufigen und regelmäßigen Austausch ist es möglich, dass die Partner einander Liebe, Respekt, Intimität, Unterstützung sowie Wertschätzung zeigen und ein „Wir-Gefühl“ entwickeln.

Das Geheimnis zufriedener Paare ist das Gespräch

Wünsche mitteilen, Meinungsverschiedenheiten klären, den Alltag gemeinsam verbringen - nichts geht, ohne miteinander zu reden. Wie Paare miteinander sprechen, beeinflusst maßgeblich ihre Beziehung.

Gute Kommunikation kann gelernt werden. Ein Kommunikationstraining kann sich positiv auf die Zufriedenheit in der Partnerschaft auswirken.

Das Center for Preventive Intervention Studies (CEPRIS) des Instituts für Klinische Psychologie und Psychotherapie der TU Dresden bietet das „**EPL - Ein partnerschaftliches Lernprogramm**“ an. Dieses Training soll Paare dabei unterstützen, miteinander zu reden und aufeinander einzugehen.

Was ist EPL ?

„EPL - Ein partnerschaftliches Lernprogramm“ ist keine Therapie oder Beratung, sondern ein erfolgreiches Präventionsprogramm für den gemeinsamen Umgang im Alltag.

Wissenschaftliche Untersuchungen belegen die positive Wirkung von EPL auf die Qualität und Stabilität der Ehe. Es zeigt sich, dass die Paare auch noch nach Jahren von diesem Training profitieren können.

Wer kann teilnehmen?

EPL richtet sich insbesondere an Paare in den ersten Jahren ihrer Beziehung.

Die Teilnahmegebühr beträgt 50.00 € pro Paar. Interessierte Paare melden sich gerne per E-Mail oder telefonisch an. Anschließend wird in einem Vorabtermin geklärt, ob das EPL für das jeweilige Paar das Richtige ist. Dann werden die Termine vereinbart. Das Training selbst umfasst ein Wochenende (Sa 9 - 17 Uhr, So 9 - 15 Uhr).

Im Mittelpunkt: Das Paargespräch

Das Paargespräch bildet während des Trainings den Schwerpunkt. Persönliche Themen besprechen die Paare nur mit dem eigenen Partner/der eigenen Partnerin, räumlich getrennt von anderen Paaren.

Kursprogramm EPL

Es finden Kurse mit 2 bis 4 Paaren statt, die von zwei Trainern individuell begleitet werden.

Die nächsten Kurse finden statt:

Kurs 1: Sa. 06. 09. & So. 07. 09. 2014

Kurs 2: Sa. 27. 09. & So. 28. 09. 2014

In den ersten Kurseinheiten werden grundlegende Gesprächs- und Problemlösefertigkeiten vermittelt und eingeübt. In späteren Trainingseinheiten bespricht das Paar wichtige Themen seiner Partnerschaft.

Vermittlung und Training der Gesprächsregeln

1. „*Wir verstehen uns!*“ - Bewusst machen, was Verständnis fördert.
2. „*Ich kann mit dir reden, auch wenn ich sauer bin!*“ - Gefühle offen aussprechen.
3. „*Wir kommen einen Schritt weiter!*“ - Meinungsverschiedenheiten lösen.

Anwendung der Gesprächsregeln

4. „*Das wünsche ich mir in unserer Beziehung!*“ - Erwartungen aussprechen.
5. „*So stelle ich mir unsere erotische Beziehung vor!*“ - Sich über Intimität und Sexualität austauschen.

Sie fühlen sich angesprochen und haben Lust auf das Training? Kontaktieren Sie uns telefonisch oder per E-Mail !

 0351 - 463 - 39727

cepris@psychologie.tu-dresden.de