

# Starke Beziehungen bauen

## Seminar für PREPARE / ENRICH – Anbieter

-Auffrischungsseminar-

Wenn Sie Prepare-Enrich-Berater sind und die personalisierte Version schon lange nicht mehr eingesetzt haben, können Sie sich mit den Inhalten und der Methodik von Prepare-Enrich wieder vertraut machen.

# Inhalt und Umfang (Auffrischungsseminar)

2

(Für Berater, die eine Lizenz für Prepare/Enrich -personalisierte Version- haben)

- 1. Online-Termin: Einführung – Überblick – Grundsätzliches  
90 Minuten
- 2. Online-Termin: Umgang mit der Auswertung  
90 Minuten
  - Kernkategorien
  - Personalisierte Kategorien
  - Missbrauch / Gewalt
  - Beziehungsdynamik
- 3. Online-Termin: Persönlichkeitsbeschreibung – Familienstrukturkarte  
90 Minuten
- 4. Online-Termin: Stress-Vergebung-Verbindlichkeit  
90 Minuten  
Kernübungen - Arbeitsmaterial
- Folgendes Material wird als PDF auf einer elektronischen Pinnwand zur Verfügung gestellt:
  - Handbuch für Anbieter
  - Arbeitsheft für Paare
  - Demoauswertungen für Anbieter und für Paare
  - Präsentationen zu den einzelnen Themenfeldern

# Was ist PREPARE/ENRICH für den Anbieter

- ▶ P/E ist für Therapeuten, Berater, Ehe-Mentoren, Seelsorger gedacht, die in der (Ehe-) Paarberatung und/oder Ehevorbereitung tätig sind.
- ▶ P/E ist wissenschaftlich fundiert und trotzdem einfach und praktikabel in der Handhabung. Veränderungen in den Normwerten werden automatisch in die Auswertungen eingepflegt.
- ▶ P/E lässt sich in gewohnte Beratungsprozesse integrieren und vergrößert die Beratungskompetenz.
- ▶ P/E – Onlineauswertungen kosten nur 20,00 Euro je Paar.
- ▶ P/E – Anbieter erhalten umfangreiche Auswertungsunterlagen. Das Paar bekommt separat aufbereitete Unterlagen ausgehändigt.
- ▶ P/E Arbeitsunterlagen unterstützen durch Paarübungen den Beratungsprozess in Ihrer Praxis und helfen dem Paar zu Hause an seinen Themen konstruktiv zu arbeiten.
- ▶ P/E bietet die Auswertung in mehreren Sprachen an. Bspw. Englisch, Spanisch, Holländisch, Portugiesisch, Französisch, Japanisch u.a..

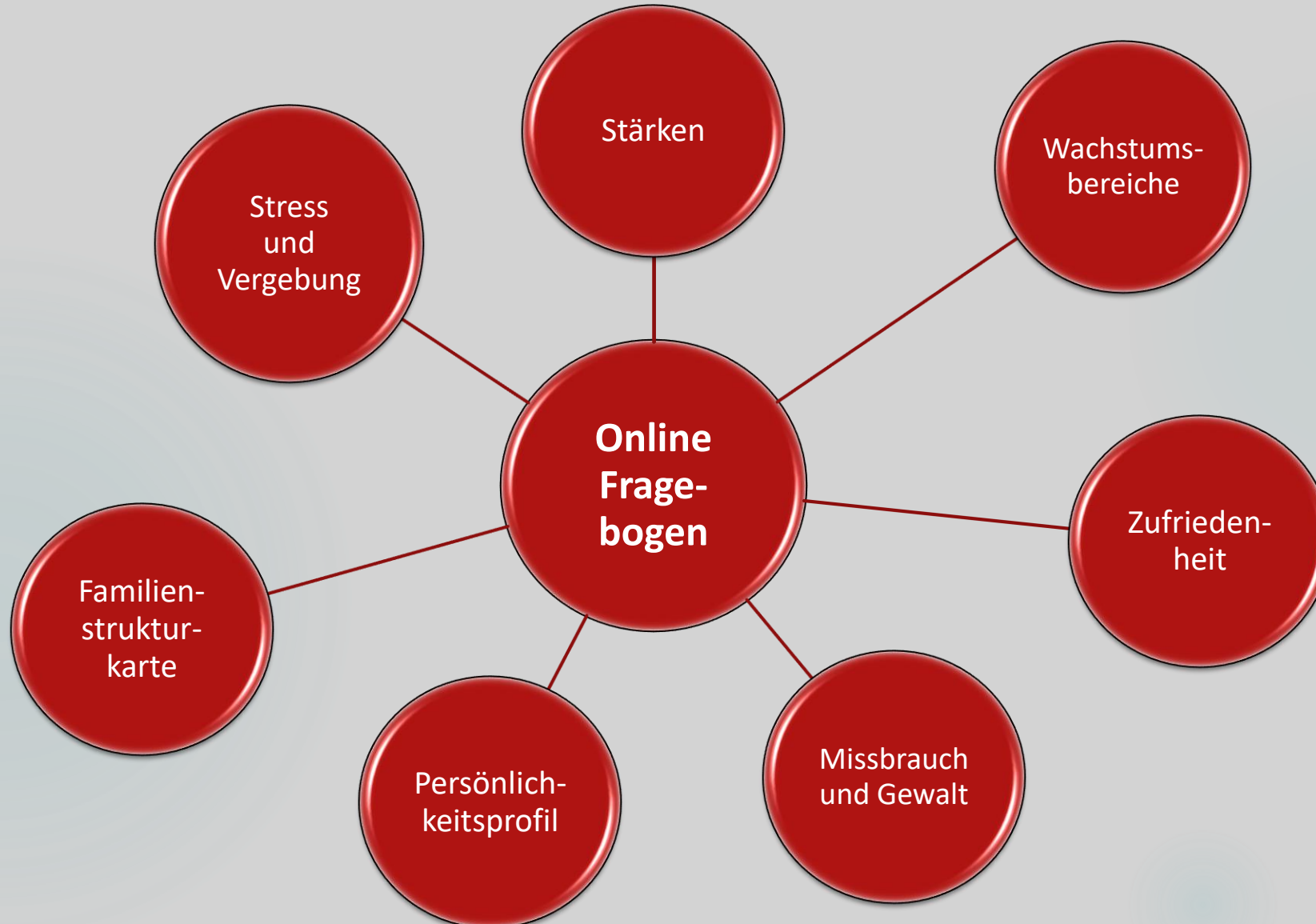
# Was ist PREPARE/ENRICH für das Paar

PREPARE/ENRICH ist ein wissenschaftlich erstelltes und erforschtes Programm, das Paaren hilft, die **Stärken** und **Ressourcen** der eigenen Beziehung zu entdecken und **Wachstumsbereiche** nicht unter den Teppich zu kehren. Gemeinsam mit einer speziell dafür ausgebildeten Begleitperson (PREPARE/ENRICH-Anbieter) kommt das Paar über seine Partnerschaft ins Gespräch.

Dabei lernt es viel über die Persönlichkeit des Beziehungspartners, Kommunikationsmuster, Konfliktlösungsstrategien, Stress und Vergebung und viele andere Bereiche der Beziehung - z.B. die Struktur Ihrer Herkunftsfamilien im Vergleich zur Struktur der eigenen Beziehung.

Das Paar erhält eine speziell für seine Situation aufbereitete Auswertung der Online-Fragen und entsprechende Arbeitsunterlagen.

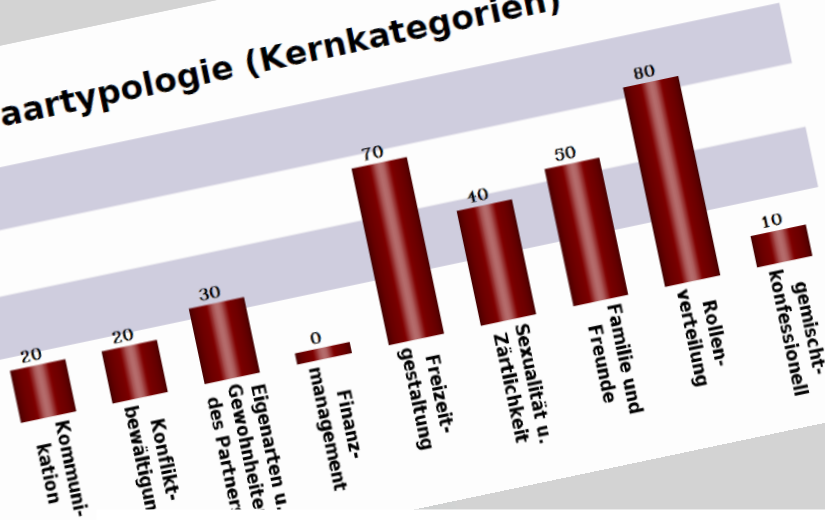
# Komponenten von PREPARE/ENRICH



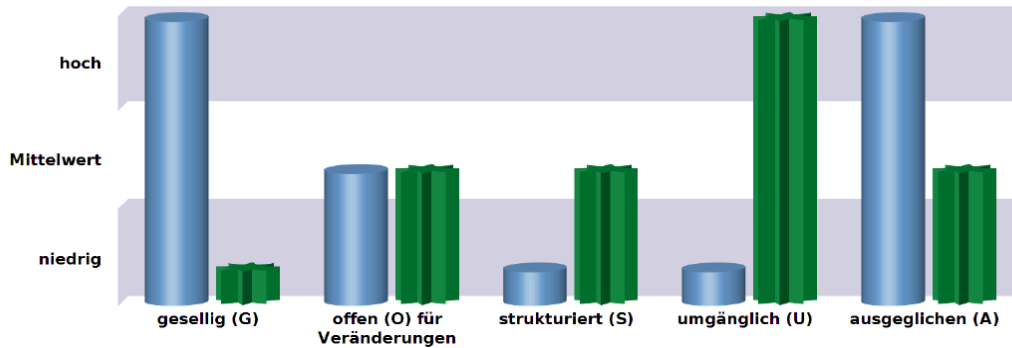
# Auswertungsbeispiel (Auszug)

## Paartypologie (Kernkategorien)

Stärke der Beziehung  
mögliche Stärke  
möglicher Wachstumsbereich  
Wachstumsbereich

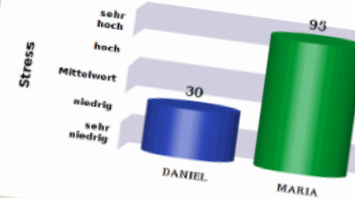


## GOSUA Persönlichkeitsprofil



## Persönliches Stressprofil

Persönliches Stressprofil nimmt den jeweiligen Stress-Level der letzten 12 Monaten in Augenschein. Für verlobte Paare wird der Stress-Level anhand von 25 häufigen persönlichen- und hochzeitsbedingten Stressoren gemessen.



Daniel scheint wenig Frust oder persönlichen Stress zu haben. Während die Hochzeitsvorbereitungen Zeit, Geduld und Energie erfordern, sind diese Herausforderungen gut zu bewältigen. Dennoch kann es hilfreich sein, Stressbewältigung zu thematisieren.  
Maria scheint ein sehr hohes Maß an persönlichem Stress zu erleben, der viel Zeit und Energie kostet. Dieser Stress kann die körperliche und emotionale Gesundheit beeinträchtigen und die Beziehung stören. Es wäre hilfreich, Bewältigungsstrategien zu erlernen, um mit dem Stress besser zurecht zu kommen.

Wie oft haben diese Punkte Sie in Stress gebracht?

- nie 1
- selten 2
- manchmal 3
- oft 4
- sehr oft 5

### Daniel Die 10 häufigsten Stressfaktoren

- oft** finanzielle Sorgen wer die Hochzeit und die Feier bezahlt zu viele Schulden (Kreditkarten, Kredite, etc)
- manchmal** Der/die Verlobte schafft nichts so richtig Ihr Beruf Ihr Partner Kosten der Hochzeit Verlobte(r) gestresst mit der Hochzeitsvorbereitung zu wenig Zeit für sich selbst

### Maria Die 10 häufigsten Stressfaktoren

- sehr oft** Kosten der Hochzeit
- oft** Entscheidungen über Details zur Hochzeit finanzielle Sorgen mangelnde Zeit für die Familie mangelnde Zeit für Freunde Meinungen von Freunden oder Verwandten wer die Hochzeit und die Feier bezahlt
- manchmal** Der/die Verlobte schafft nichts so richtig Ihr Partner Ihre momentane Wohnsituation

Helfen Sie dem Paar, ihre Liste der Hauptstressoren zu vergleichen. Es ist nicht ungewöhnlich, wenn die Listen nicht übereinstimmen. Nehmen Sie einen Moment Zeit, den Partnern zu zeigen, wo sie sich ähneln, und wo es Unterschiede gibt. Wichtige Hilfsmittel um Stress zu bewältigen sind eine gesunde Kommunikation, Konfliktbewältigung, Flexibilität und Nähe.

PREPARE/ENRICH Übungen: Kritische Bereiche erkennen, Prioritäten setzen, Hochzeitsstress





# Über mich

7

Michael Wick

Jahrgang 1966, 35 Jahre verheiratet, zwei erwachsene Kinder

Freiberuflich in eigener Praxis tätig

Heilpraktiker für Psychotherapie

Weiterbildung in Traumazentrierter Fachberatung und Traumapädagogik (DeGPT)

Resilienztrainer

Business-Coach (ILP)

Betriebswirt (VWA)

P/E Anbieter und Ausbilder

[www.michael-wick.de](http://www.michael-wick.de)

[www.wick-consulting.de](http://www.wick-consulting.de)

# Anmeldung

**Wann:**

	Kurs 2024 - 2	Kurs 2024 - 10	
1. Zoom-Termin	Di, 20.02.2024	Di, 08.10.2024	von 18:30 – 20:00 Uhr
2. Zoom Termin	Di, 27.02.2024	Do, 10.10.2024	von 18:30 – 20:00 Uhr
3. Zoom Termin	Do, 29.02.2024	Di, 15.10.2024	von 18:30 – 20:00 Uhr
4. Zoom Termin	Mi, 06.03.2024	Di, 22.10.2024	von 18:30 – 20:00 Uhr

**Seminargebühr:**

▪ **Auffrischungsseminar**

- 160,00 Euro (inkl. MwSt.) pro Person und Seminar material als pdf
- 240,00 Euro (inkl. MwSt.) pro Berater-Paar und Seminar material als pdf

Weitere **Infos** und **Anmeldung** unter: [www.wick-consulting.de](http://www.wick-consulting.de)