



## **KRÄFTEMANAGEMENT-Paarbeziehung**

### **Tagesseminar mit Dipl.-Psych. Jürgen Stapelmann**

Bei der Fortsetzung unseres Tagesseminars geht es wieder um Aggressivität, Probleme in der Schulgemeinschaft, Lernverweigerung... Unsere Kinder mit ihren unterschiedlichen Reaktionen auf frühe Leiderfahrungen können uns buchstäblich bis Zum-es-geht-nicht-mehr fordern. Hinzu kommt der Alltag mit seinen vielfältigen Anforderungen in der Partnerschaft, im Haushalt, im Beruf. Für Freunde, für den Bekanntenkreis oder gar für Hobbies fehlt es oft an Zeit und auch an Energie. Es gibt Phasen, in denen wir keinen Raum mehr zur Erholung finden. Wir laufen Gefahr, auszubrennen.

„Kräftemanagement“ heißt hier für uns: Atempause zur Standortbestimmung. Eine Auszeit, um sich auf die eigenen Stärken und Schwächen zu besinnen, Krafträuber und Kraftquellen zu erkennen und für sich neue Zielvorstellungen und Strategien zu finden. Die Herausforderung besteht darin, sich trotz hoher Belastungen regelmäßig Auszeiten zu gönnen. Denn gute Erholung ist die Grundlage für ein gutes Zusammenleben in der Familie und persönliches Wohlbefinden. Eine große Kraftquelle spielt hier auch das Thema Paarbeziehung.

Wie wir unsere Paarbeziehung stärken und typische Fallen umgehen wird auch ein Thema dieses Tagesseminars sein. Dipl.-Psych. Jürgen Stapelmann begleitet uns an diesem Tag und führt uns ein Stück raus aus den individuellen Zwängen hin zu mehr Kraft und Lebensenergie.

<b>Termin</b>	Sonntag, 11.03.2018
<b>Beginn/Ende</b>	09:30 Uhr – ca. 16:30 Uhr
<b>Referent</b>	Jürgen Stapelmann
<b>Veranstaltungsort</b>	Jugendherberge Mannheim Rheinpromenade 21 68163 Mannheim-Lindenhof
<b>Kinderbetreuung</b>	Kinderbetreuung incl. Verköstigung: 20,- €. Bitte teilen Sie uns das Alter Ihres Kindes mit und ob besonderer Betreuungsbedarf besteht.
<b>Kosten</b>	Teilnahmebeitrag incl. Verköstigung: 25,- €. (Zuschüsse werden ggf. von Ihrem zuständigen Jugendamt gewährt).
<b>Anmeldung</b>	Bitte schriftlich bei: Adoptiv- und Pflegefamilien e. V.

[apfel@hk.mailbox.de](mailto:apfel@hk.mailbox.de) oder Fax: 0621 875579-76

Nach Anmeldebestätigung bitten wir um Überweisung der Kosten auf das folgende Konto.

APFEL e. V.

BIC: GENODE61MA2

IBAN: DE74 6709 0000 0020 0147 09

## **Zum Referenten**

**Jürgen Stapelmann**, *Diplom Psychologe, Psychologischer Psychotherapeut, Klinischer Psychologe BDP., Supervisor BDP, Verhaltenstherapeut DGVT, Mitglied im Deutschen Werkbund RP. 30 Jahre Mitarbeit bei Terre des Hommes (Auslandsadoption), Gründungsmitglied von „Eltern für Kinder“, Mitarbeit im Arbeitskreis freier Träger (Expertenstatus), Supervisionen im Bereich Auslandsadoption für Fachleute freier Träger und Mitarbeiter von Jugendämtern, Fortbildungen im Bereich Auslandsadoption und Pflegekinderwesen für Fachleute, Therapien und Beratungen von Adoptiv- und Pflegefamilien.*