

Hold me tight® - Beziehungstraining für Paare

Durch Bindung die Liebe stärken

Rechtzeitig
buchen und
Frühbucherpreis
sichern!



Paarworkshop

Ein Wochenende für mehr Nähe, Verständnis und Verbundenheit

Erleben Sie ein intensives Wochenende, das Ihre Beziehung stärkt! Lernen Sie, destruktive Muster zu durchbrechen, emotionale Nähe aufzubauen und Ihre Partnerschaft nachhaltig zu bereichern.

Das «Hold Me Tight»-Training kombiniert die wissenschaftlich fundierte Emotionsfokussierte Paartherapie (EFT) mit körperorientierten Ansätzen aus der Integrativen Körperpsychotherapie (IBP). Durch praxisnahe Übungen und gezielte Partnergespräche schaffen Sie Raum für mehr Vertrauen und Verständnis.

In einer geschützten Atmosphäre lernen die Paare ihre Beziehungsmuster zu verstehen, Konflikte zu lösen, Vertrauen aufzubauen und ihre Intimität zu stärken.

Infos zum Workshop

Dauer

2 Tage

Daten

25.-26.10.2025

Leitung

Silvie Baumann Froesch |
Paartherapeutin EFT / IBP
Mark Froesch-Baumann |
Psychotherapeut FSP / IBP

Anzahl Teilnehmer:innen

Min. 5, max. 9 Paare

Kosten pro Person

CHF 600.-

Frühbucherpreis: CHF 540.-

IBP Fachmitglieder erhalten 10% Rabatt

Veranstaltungsort

IBP Institut, 8400 Winterthur

Gut zu wissen

Das Training wurde von der kanadischen Paartherapeutin Susan Johnson entwickelt und basiert auf dem Buch «Halt mich fest – Sieben Gespräche zu einem von Liebe erfüllten Leben».

Stimmen zum Angebot

«Dieses Wochenende hat uns als Paar gestärkt.»

(w, 57, Dolmetscherin, 57)