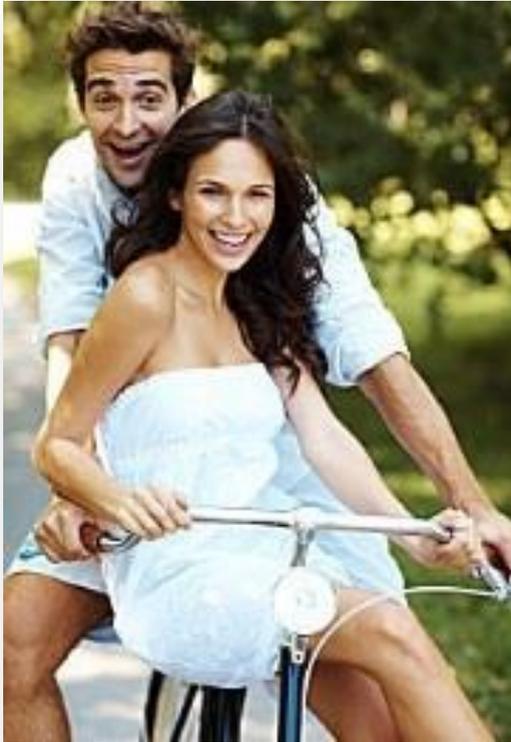


KLAUS-GRAWE-INSTITUT
FÜR PSYCHOLOGISCHE THERAPIE



FERTIFIT

TRAINING FÜR PAARE MIT
UNERFÜLLEM KINDERWUNSCH

UNERFÜLLTER KINDERWUNSCH

Rund 10% aller Paare mit Kinderwunsch sind ungewollt kinderlos.

Der unerfüllte Kinderwunsch wird von Paaren als große Belastung wahrgenommen, mit Auswirkungen auf soziale, emotionale und partnerschaftliche Bereiche. Der Umgang eines Paares mit dem unerfüllten Kinderwunsch bedeutet daher immer eine große Herausforderung und hat erwiesenermaßen weitreichende Konsequenzen für die Fruchtbarkeit, für die Paarbeziehung und für die Lebensqualität im Allgemeinen.



Das partnerschaftliche Miteinander...

...hat erwiesenermaßen einen großen Einfluss auf den Umgang mit dem unerfüllten Kinderwunsch, und es gibt Hinweise dafür, dass dadurch die Schwangerschaftsrate positiv beeinflusst werden kann. Ein Paar-Training ist deshalb sehr effizient und erfolgversprechend.

FERTIFIT STÄRKT IHRE PARTNERSCHAFT

...und unterstützt Sie dabei...

- miteinander zu reden und zuzuhören,
- Gedanken und Gefühle auszutauschen,
- gelassener mit Stress umzugehen,
- Ihr Leben vielseitig und offen zu gestalten,
- die aktuelle Situation und Ihr Verhalten zu verstehen,
- und individuelle Krisen zu bewältigen.

ERFOLGREICHES TRAINING

Wissenschaftlich fundiert:

Das Fertifit-Training besteht ausschließlich aus Modulen, deren Wirksamkeit wissenschaftlich untersucht und überprüft worden sind. Evidenzbasierte Trainingsprogramme haben eine erwiesene Wirksamkeit und sind deshalb erfolgversprechend.



Technische
Universität
Braunschweig

INHALTE & ABLAUF

Es ist wichtig, dass das Trainingsprogramm Ihren Bedürfnissen als Paar entspricht!

Nach einer sorgfältigen Abklärung stellen wir ein individuelles Programm für Sie zusammen:

SORGFÄLTIGE ABKLÄRUNG:

1 Sitzung, 2 Module (alle Paare)

STÄRKUNG DER PARTNERSCHAFT:

(inkl. Kommunikationstraining)
2-3 Sitzungen (5 Module) (alle Paare)

TRAININGSMODULE:

5 Module (je nach individueller Abklärung)

Stressbewältigung & Gelassenheit

Unterstützende Gedanken

Umgang mit Emotionen

Lebensqualität & Ressourcen

Wir funktionieren wir? Warum?

PROPHYLAXE & INTEGRATION:

1 Sitzung, 2 Module (alle Paare)

INFORMATION

Für wen?

Das Fertifit-Trainingsprogramm eignet sich für *alle* Paare mit unerfülltem Kinderwunsch. Dabei spielt es keine Rolle, warum der unerfüllte Kinderwunsch besteht (hormonelle Störung, wiederholte Aborte etc.), oder ob weitere Behandlungen dafür in Anspruch genommen werden (IVF, Inseminationen etc.).

Ort:

Klaus-Grawe-Institut für Psychologische Therapie, Grossmünsterplatz, 8001 Zürich.

Dauer / Frequenz:

Die Anzahl und Frequenz der Trainingsmodule werden Ihren Bedürfnissen angepasst. Ein Training besteht aus mindestens 5 und höchstens 8 Sitzungen à jeweils 1-2 Modulen. Das Training kann auch abends oder samstags absolviert werden. Ein Modul kostet 75.- CHF.

Entwicklung:

Das Fertifit Trainingsprogramm wurde in Zusammenarbeit mit dem Klaus-Grawe-Institut (Dr. Mariann Grawe-Gerber) und der Technischen Universität Braunschweig, Deutschland (Prof. Dr. Nina Heinrichs, Lehrstuhl für Klinische Psychologie, Psychotherapie & Diagnostik) im Rahmen einer Forschungsarbeit entwickelt.

KONTAKT

Fertifit Trainingsprogramm
Klaus-Grawe-Institut
für Psychologische Therapie
Grossmünsterplatz 1
8001 Zürich

Tel. 044 251 24 40

Fax 044 251 24 60

Email: myamanaka@ifpt.ch

Alle Informationen und Konditionen unter:
www.klaus-grawe-institut.ch



FERTIFIT