



GYŰRŰ-KÚRA®



Magyarország első empirikusan igazolt hatékonyságú párkapcsolati tréningje

A KEZDETEK

A Gyűrű-kúra® első változatát 2004-ben állítottam össze „Párkapcsolatunk arcai” címmel. Már ebben a változatban összeállt a program mai tematikája és felépítési módja. A program megalkotásának kezdetétől az a cél vezetett, hogy leellenőrizhető hatékonyságú tréninganyagot állítsak össze, amely nem csak a foglalkozások végéig fejti ki hatását, hanem hónapokkal később, a párok mindennapi életében is kimutatható pozitív változásokat idéz elő. Az első mérési eredményeket azonnal visszaforgattam a program anyagába és folyamatosan finomítottam a



Mihalec Gábor, a program megalkotója

gyakorlatokat és az informatív tartalmi elemeket. Fordulópontot jelentett a program fejlődésében, amikor feleségemmel, Dórral és barátommal, Csizmadia Róberttel közösen megalapítottuk a Ketten Együtt Házassági Felkészítő és Tanácsadó Műhelyt®. Róbert a program tartalmi fejlesztésében, míg Dóri a hatékonyságvizsgálathoz használt tesztek adattörzsgítésében és kiértékelésében nyújtott nagy segítséget. A program hatékonyságvizsgálata ettől kezdve három lépcsőben történt: a résztvevő párok kitöltötték egy-egy 61 kérdéses tesztet a 10 foglalkozás elején, a program végén és fél évvel a program befejezése után. Így nem csak az volt követhető, hogy a párok miben fejlődtek a 10 foglalkozás alatt, hanem az is, hogy a tanult ismeretek és készségek mennyire épültek be a párok mindennapi életébe. A felmérés alapjául a világhírű PREPARE/ENRICH tesztek szolgáltak, amelyekből a tesztek kidolgozójával, Prof. Dr. David H. Olsonnal közösen állítottuk össze a felméréshez használt rövidített kérdéssort.

ORSZÁGOS ISMERTSÉG

Újabb fontos állomást jelentett a 2010-es év, amikor egy nagyvonalú pályázat keretében 22.500 példányban kiadásra került a program könyvanyaga „Gyűrű-kúra. Boldog házasságra készülők kézikönyve” címmel (Pécel, 2010).

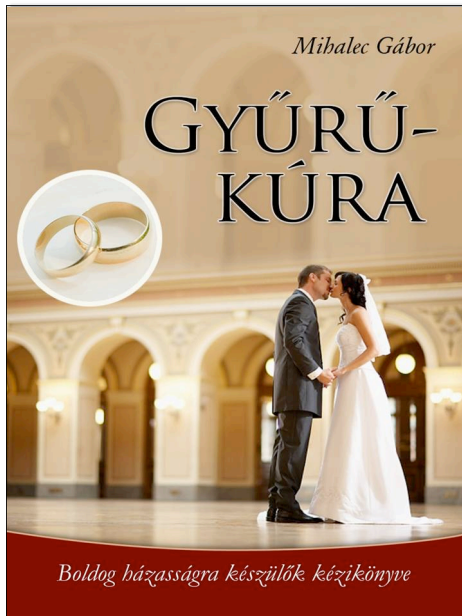
A könyvet több mint 200 város anyakönyvi hivatalában adták át ajándékként a házasságkötésre jelentkező pároknak. Emellett több egyházi közösség lelkipásztora is elkezdte a könyvet alkalmazni házassági felkészítési segédletként (adventisták, reformátusok, baptisták, római és görög katolikusok).

A könyv 300 oldalas bővített változata 2012 tavaszán jelent meg a Kulcslyuk kiadó gondozásában. A könyv hetekig volt a Bookline sikerlista első öt helyezettje között.

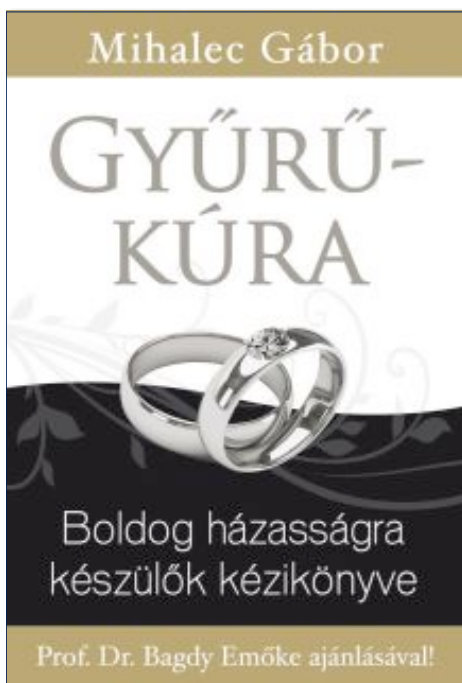
NEMZETKÖZI BEMUTATKOZÁS

2011-re Róberttel közösen a programot sikerrel megtartottuk Magyarország számos helyszínén (Pécs, Szeged, Budapest, Szolnok, Vecsés, Balatonlelle, Csongrád, stb.) valamint a szomszédos országokban (a szerbiai Belgrádban és Újvidéken, valamint a romániai Kolozsváron), majd az egyre sürgetőbb igények miatt elkészült a Gyűrű-kúra® angol változata is „Connect” címmel, amit Róbert Finnországban, jómagam pedig 2011 nyarán Lettországból tartottam meg, 2012 tavaszán pedig Szlovéniában, ahol 15 ország szakemberei voltak jelen. Itt született megállapodás a könyv angol nyelvű megjelenését illetően is, ami 2013 tavaszára várható az Egyesült Államokban. Ezt fogja követni a szerb és a litván nyelvű kiadás.

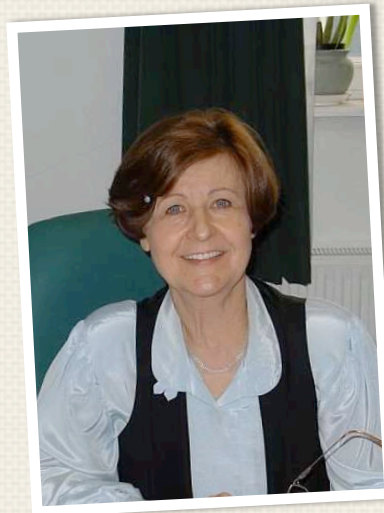
A KÖNYV
SZÁMOS NEVES
SZAKEMBER
ELISMERÉSÉT
VÍVTA KI:



Az első, 100 oldalas kiadás borítója (Pécel, Hetednapi Adventista Egyház Családi Osztálya, 2010).

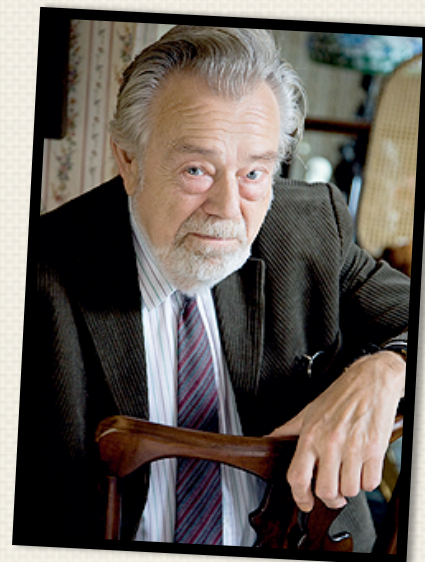


A második, 300 oldalasra bővített kiadás borítója (Budapest, Kulcslyuk Kiadó, 2012).



PROF. DR. BAGDY EMŐKE
(PSZICHOLÓGUS)

„Nagy örömmel üdvözlöm ezt a hiánypótló kézikönyvet. Azt tanítja, hogyan vigyázzanak párkapcsolatukra, valamint okosít, tudatosít olyan dolgokban is, amelyekre spontán nem is gondolnánk, csak akkor, amikor már konfliktusként feszíti a kapcsolatot. Különösen magával ragadó az ajánlások pozitív pszichológiai szemlélete.”



PROF. DR.
RANSCHBURG JENŐ
(PSZICHOLÓGUS)

„Ez a könyv okos, szakmailag hiteles – ugyanakkor elegáns stílusban megírt, érdekesítő munka. Minden rászorulónak – és azoknak is, akik még nem tudják, hogy rászorulnak – hathatós segítséget nyújthat abban, hogy házasságuk válságos pillanatait 'épségben' átvészeljék, és időben induljanak el együtt – kéz a kézben – a lejtőn... fölfelé!”



PROF. DR. SZIGETI
JENŐ (LELKIPÁSZTOR)

„Két ember – édesapánk és édesanyánk – szerette egymást. Így születünk. De nincs szeretet-hormonunk, gyógyszer sincs a szeretetlenség ellen. Tanulnunk kell ezt a mennyei tudományt, 'gyűrű-kúrára' van szükségünk. Ez a könyv lehet az útikalauzunk. Házások és még nem házások megtanulhatják belőle az élet legnagyobb titkát.”

A Gyűrű-kúra[®] tartalmi felépítése

A program tíz másfél órás foglalkozásból áll. Ezek a foglalkozások az alábbi témákat ölelik fel:

1. A házasság célja: Hogyan lesz a két Énből egy MI?

A foglalkozás a felek elvárásainak szintjét méri fel a szerelem, az elkötelezés és a konfliktusok tekintetében. Olyan elemeket dolgoz fel, mint a házasság céljai, az intimitás megvalósításának lépcsőfokai, a kapcsolaton belüli egyéni és közös célok kitűzése és megvalósítása.

2. Kommunikáció: a meghallgatás művészete.

Ez a foglalkozás felszínre hozza, hogy a felek mennyire képesek megosztani egymással érzelmeiket és kívánságaikat, valamint milyennek ítélik meg saját és partnerük kommunikációs képességeit. Bemutatásra kerülnek különböző párkapcsolati kommunikációs irányzatok és meghallgatási technikák, amelyeket a gyakorlatok és szerepjátékok során a párok ki is próbálhatnak.

3. Konfliktuskezelés: Hogyan veszekedjünk jól?

A témakör a kapcsolatban jelentkező konfliktusokról és azok megoldási módjairól vallott nézeteket, érzelmeiket és meggyőződéseket hozza felszínre. A foglalkozás során megszólításra kerül az eltérő személyiségjegyek kezelése is, valamint a résztvevők megismerkednek különböző konfliktuskezelési módszerekkel, amelyeket gyakorlatok, valamint házi feladatok során el is sajátítanak. A kommunikáció témájával együtt egy a kérdéskör a leghangsúlyosabb, hiszen a házasság minőségét semmi sem befolyásolja olyan mértékben, mint az interperszonális tényezők.

4. Pénzkezelés: Ki hordja a nadrágot a pénzügyekben?

Ez a foglalkozás a pár figyelmét a pénzkezeléssel kapcsolatos hozzáállására, az azzal kapcsolatos

gondjaira, elégedettségének szintjére irányítja. Olyan kérdések is megvitatásra kerülnek, mint a megtakarításhoz való hozzáállás, a hitelekhez való viszonyulás, a pénzügyi döntések és azokhoz kapcsolódó konfliktusok kezelése.

5. Szabadidő: A te hobbid – az én hobbim.

Ebben a részben az együtt és külön töltött szabadidő egyensúlyát vizsgáljuk, valamint segítséget adunk a párnak, hogy a gyakorlatok során saját helyzetére szabva átgondolhassa szabadidős tevékenységeit, megvitatva



az azokkal kapcsolatos félelmeket és esetleges konfliktusokat. Ebben a foglalkozásban építettük be a kötődés és a rugalmasság kategóriáit is, amelyek szintén fontos dinamikai elemek a kapcsolatnak, de külön foglalkozásként való feldolgozásuk túlfeszítené a program kereteit.

6. Szexualitás: Erőforrás vagy válóok?

A szexualitás kategória a gyengédség és a szexuális kapcsolat iránti érzéseket és aggodalmakat hozza felszínre. Olyan kérdéseket dolgoz fel a foglalkozás, mint az egymás iránt tanúsított gyengédséggel való elégedettség, a nyitottság, amellyel a felek szexualitásról beszélnek, a szexuális viselkedés

iránti beállítottság, családtervezés és szexuális hűség.

7. Gyermek és szülői szerep: Szülővé válni és szülőnek lenni.

A foglalkozás a gyermekekhez és a gyerekneveléshez fűződő érzelmeiket és véleményeket hozza felszínre. A gyakorlatok azt mérik fel, hogy a pár mennyire van tudatában a gyermekeknek a házasságára való befolyásával, valamint egyetért-e a nevelési módszerekkel, a felelősség-megosztással, a fegyelmezéssel, a

gyereknevelést meghatározó értékrenddel és a kívánt

8. Após, anyós és más kedves rokonok: A jó családi kapcsolatok titkai.

Ez a kategória az anyóssal, apóssal, rokonokkal és barátokkal való kapcsolat iránti elégedettséget vizsgálja. A gyakorlatok annak tisztázásában

segítenek, hogy a

rokonok és barátok mennyire szólnak bele a pár házasságába, a felek mennyire érzik jól magukat partnerük rokonainak és barátainak társaságában, valamint mennyi időt szeretnének velük együtt tölteni. terítékre kerülnek lehetséges konfliktusforrások és megoldási lehetőségek is.

9. Szerepek: Egyenlőségen, vagy hagyományos szereposztáson alapuljon a kapcsolatunk?

Ez a témakör a házasságban és a családban betöltendő szerepekkel kapcsolatos érzelmeiket és véleményeket mutatja be. A foglalkozáson különbséget teszünk egyenlőségen alapuló szereposztás (a felek közösen hozzák a döntéseket, a feladatokat a preferenciák szerint osztják el) és tradicionális szerepértelmezés (a

döntéseket a domináns fél hozza, a feladatokat a hagyományos férfi-női szereposztás szerint végzik el) között. Az aktuális kutatási eredmények azt támasztják alá, hogy az egyenlőségre törekvő szerepmegosztás



jobb hatással van a házasságra, mint a hagyományos szereposztás.

10. Lelkiség: A házasság spirituális dimenziói.

A foglalkozás az értékrend, a spiritualitás és a vallásos hit megélésével kapcsolatos hozzáállás, érzelmek és aggályok megbeszélésében nyújt segítséget. A felek értékfelfogása fontos összetevő a „MI” tudat kialakulásában. Ha az értékeik összhangban állnak, az nagy erőforrása lehet a kapcsolatnak, ha viszont különböző értékeket vallanak, az akár szét is feszítheti a kapcsolatot. A foglalkozás spirituális komponensei felekezet feletti és nem egy

meghatározott hitbéli irányultságot vesznek alapul.

Az egyes foglalkozások a következő tartalmi elemekből épülnek fel:

1. Információközlés.

Az előadók az adott téma kapcsán rendszerezett, az aktuális kutatásokon alapuló információkat továbbítanak.

Ennek célja az értékteremtés, a tévhitek eloszlatása és a témával kapcsolatos tudnivalók átfogó bemutatása. A 90 percből ez a rész mintegy 35-40 percet tesz ki.

2. Párok négy szem között.

Olyan gyakorlatok tartoznak ebbe a részbe, amelyek során a résztvevő párok a saját kapcsolatukra lebontva elmélyíthetik az adott témakört illetve kialakítják saját véleményüket, állásfoglalásukat abban. A gyakorlatokat előre kiosztott munkalapok segítik.

3. Párok egymás között.

Olyan gyakorlatokra kerül sor ebben az egységben, amelyekben több pár dolgozik együtt egy kérdésen. Ezáltal a párok egymástól is tanulnak, illetve a közös tanulás folyamatába beviszik a saját élményeiket, ismereteiket és tanulságaikat is.

A GYŰRŰ-KÚRA® MÓDSZERTANI HÁTTERE

Az a műfaj, amelyet a foglalkozások megtestesítenek, angolszász nyelvterületen a „házasság-gazdagítás” (Marriage Enrichment) elnevezés alatt vált ismertté az 1970-es években. Bár a kifejezés Magyarországon még nem vert gyökereket, az jól tükröződik belőle, hogy egy pozitív irányultságú, megoldásközpontú és preventív szemléletű csoportfoglalkozási eljárásról van szó.

A Gyűrű-kúra® nem pár- vagy családterápia. Nem az a célja, hogy elmergesedett, elhidegült kapcsolatokat élesszen fel, vagy krízishelyzeteket oldjon meg. Erre nem megfelelő a csoportos keret, ezt általában a pár egy vagy két terapeutával, kisebb körben dolgozza fel.

Nem is nevelési tanácsadás. Noha van szó a foglalkozások során a szülői szerepekről, a gyermeknevelés és a fegyelmezés témáiról, mégsem az a célja, hogy az egészségestől, vagy a normálistól eltérő, problémás helyzetekkel foglalkozzon.

A Gyűrű-kúra® egy interaktív együtt-tanulási folyamat, amelynek során a résztvevők...

- megismerhetik világvezető párkapcsolati kutatók koncentrált tudásanyagát, így a saját kapcsolatuk képzett szakembereivé válnak;
- strukturált lehetőséget kapnak önmaguk, egymás és a kapcsolatuk jobb megismerésére;
- új készségek egész arzenálját sajátíthatják el, amelyek segítségükre lesznek a hatékonyabb kommunikációban és problémamegoldásban; valamint
- mérhetően növelhetik kapcsolatuk minőségét és ezt nem csak a foglalkozások alatt érzik, hanem hónapokkal utána is, egyre növekvő mértékben.



A Gyűrű-kúra® tehát egészséges, alapvetően jó működésű párokat segít abban, hogy kapcsolatukat még tudatosabban éljék meg, hogy megismerjék az erősségeiket és ezeket az erősségeket használni tudják a növekedési területeik fejlesztésére. Hogy mindezt elérhesse, a Gyűrű-kúra® számos tudományos diszciplína ismeretanyagát dolgozza fel.

Családterápiás aspektusok

A családterápiában alkalmazott rendszerszemlélet a foglalkozásokon is megjelenik. A középpontban nem a személyek, hanem a kapcsolat áll. Az egyén működési zavarai e szemlélet szerint a kapcsolat működési zavaraira

vezethetők vissza, így a kapcsolat egészséges működése szavatolja a benne résztvevő egyének egészséges működését

is. A családterápiás kutatások közül különös súllyal jelennek meg a foglalkozásokon David H. Olson és John M. Gottman kutatási eredményei.

Pszichoanalitikus aspektusok

A házasságba a felek nem „tisztalappal” lépnek be, hanem magukkal hoznak egy-egy hátizsákot, amelyben magukkal hordják a szüleik jellegzetes működési módját. Ezek azután a saját házasságukban öntudatlan programként bekapcsolnak és meghatározzák a konfliktuskezeléshez, szexualitáshoz, pénzhez és sok minden máséhoz való viszonyulásukat. Ezeknek a rejtett programoknak a felismerése fontos célként jelenik meg a Gyűrű-kúra® foglalkozásain.

Humanista pszichológiai aspektusok

Carl R. Rogers fogalmazta meg, hogy minden ember rendelkezik azokkal az erőforrásokkal, amelyekre szüksége van egy egészséges, boldog

élet megéléséhez. A baj az, hogy ezek az erőforrások gyakran nem hozzáférhetőek az egyén számára, és szüksége van egy külső segítőre, aki bemutatja számára ezeket az erőforrásokat, és megtanítja használni őket. Ezeket a felismeréseket azután Virginia Satir fordította át a családterápia nyelvére. A Gyűrű-kúra® ilyen segítő szeretne lenni a párok számára, hogy hozzáférjenek és használni tudják a saját erőforrásaikat.

Kognitív aspektusok

A házasságunk megélését az határozza meg, hogy miként gondolkodunk a házasságról általában és azután konkrétan a saját házasságunkról és a házastársunkról.

Negatív gondolkodási minták gyakran negatív megéléshez vezetnek. A Gyűrű-kúra® egyik fontos célja, hogy az alaptalan, negatív, vagy helytelen

gondolkodási mintákat felülírja pozitív, valós, megélhető mintákra.

Magatartástudományi aspektusok

Az, ahogyan emberek meghatározott helyzetekben (például párkapcsolat) viselkednek, egy (általában tudattalan) tanulási folyamat eredménye. A foglalkozások során alapvető kapcsolati készségeket sajátítanak el a résztvevő párok, amelyek először még furcsának és idegennek tűnhetnek, de kitartó gyakorlásokkal szokássá válnak, majd beépülnek a személyiségükbe és úgy fogják érezni, mintha mindig is így tettek volna.

Lelkigondozói aspektusok

A lelkigondozásban, mint gyakorlati teológiai tudomány fontos ismereteket szolgáltat a házasság etikai kérdéseiről, valamint az értékrend, a spiritualitás és a hit párkapcsolatra gyakorolt hatásairól. Ezek az aspektusok is megszólalnak a Gyűrű-kúra® egyes foglalkozásain – kellő érzékenységgel a világnézeti semlegesség kívánalma iránt.

PILLANATKÉPEK



A Gyűrű-kúra® hatékonysága

A mérés módszere

A Gyűrű-kúra® program hatékonyságának méréséhez a PREPARE/ENRICH tesztprogram szolgáltatja a módszertani alapot. A Prof. Dr. David H. Olson által kidolgozott teszteljárás komoly kutatási háttérrel rendelkezik, a teszteket eddig világszerte mintegy 3.000.000 pár töltötte ki, ezzel ez a módszer bír globálisan a legnagyobb kutatható adatbázissal. Az ENRICH (házasok és legalább két éve együtt élő párok számára kidolgozott tesztcsomag) teszt 165 kérdésből állítottunk össze egy 61 kérdésből álló rövidített kérdéssort. Ebbe a rövidített változatba kategóriánként a legmagasabb érvényességgel és megbízhatósággal bíró kérdések vettük be (Prof. Dr. David H. Olson személyesen segítette a kérdések kiválasztásában). Az így összeállított kérdéssor alkalmas arra, hogy átfogó képet nyújtson a pár kapcsolatáról minden lényeges párkapcsolati kategóriában. Minden résztvevő párral három tesztfelvételt készítünk:

1. felvétel: Azonnal a program elején, mielőtt bármilyen jellegű

intervencióra sor kerülne, felmérjük a „hozott anyagot”, a pár kapcsolatának minőségét.

2. felvétel: A tíz foglalkozás végén, a tizedik alkalom befejezéseként újra kitöltjük a felekkel a kérdéssort, hogy felmérjük, milyen közvetlen változások álltak be kapcsolatukban a program hatására.

3. felvétel: 6 hónappal a foglalkozások után készítjük el a harmadik tesztfelvételt, hogy kimutathassuk, mennyire bizonyultak tartósnak a kiváltott változások, mennyire tudtak a foglalkozáson megszerzett tanulságok és készségek beépülni a pár mindennapi életébe.

A mérés eredményei

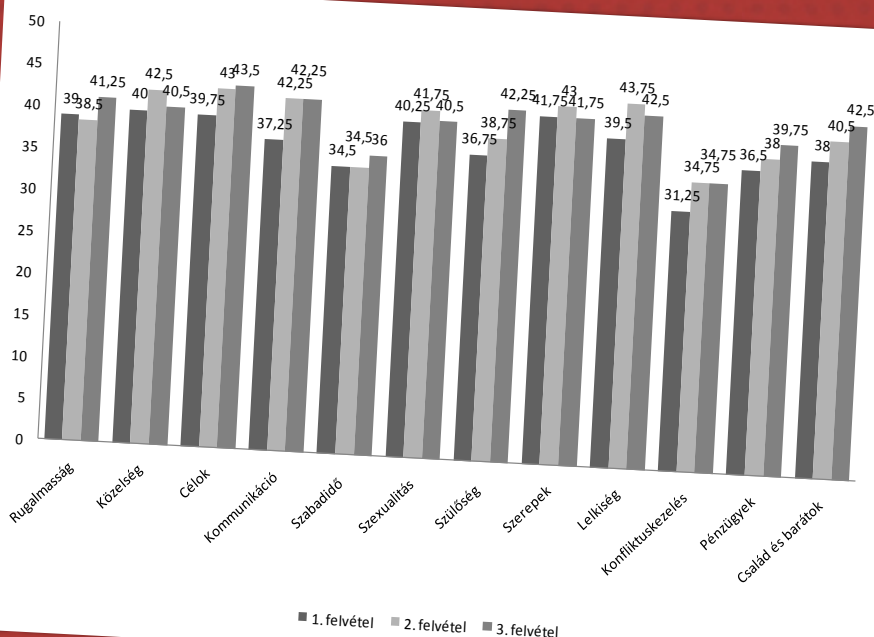
Miután a résztvevő párok mindhárom kérdéssort kitöltötték, adataik alapján a lap alján szereplő diagrammal ábrázoljuk a tízrészes foglalkozás-sorozat eredményeit. A diagramon jól látszik, hogy a 10 részes program végére (első és második oszlop) a rugalmasságot kivéve minden kategóriában növekedtek a résztvevő párok. A növekedés fél évvel később (harmadik oszlop) is kimutatható volt, sőt több kategóriában tovább

is folytatódott (rugalmasság, célok, szabadidő, szülőség, pénzügyek, család és barátok). Ahol pedig a növekedés nem folytatódott, ott is az első mérés értéke felett maradt, tehát egyetlen területen sem történt visszaesés a program előtti állapothoz képest. Ez az eredmény megerősített bennünket abban a meggyőződésünkben, hogy a házasság minősége tudatos munkával érezhetően javítható. Nemzetközi kutatások azt is igazolták, hogy a házasságerősítő szemináriumok eredményei még 4-5 évvel a program után is kimutathatók (Vö.: Howard J. Markman, Mari Jo Renick, Frank J. Floyd, Scott M. Stanley, és Mari Clements, „Preventing Marital Distress Through Communication and Conflict Management Training: A 4- and 5-Year Follow-Up.” APA Journal, 2004.).

Ahogy a diagram is szemlélteti, a Gyűrű-kúra® mérhető módon és tartósan képes megváltoztatni a résztvevők párkapcsolatának minőségét, méghozzá kivétel nélkül minden egyes megcélzott kategóriában.

A fenti vizsgálati összefoglalás 30 pár adatait foglalja össze.

Egy jelenleg folyó vizsgálatban 50 Gyűrű-kúrán® részt vett pár adatait dolgozzuk fel, akiknek eredményeit még külön összevetjük 50 olyan pár adataival, akik nem vettek részt a Gyűrű-kúrán® csak egyszerűen fél év különbséggel két alkalommal kitöltötték a tesztet (kontrollcsoport). Ez a vizsgálat Mihalec Gábor PhD doktori kutatásainak része, amelyeket a Károli Gáspár Egyetemen végez „A pszichoterápia és a lelkipozás határkérdései a házassági tanácsadásban” címmel.





ZSUZSI ÉS GÁBOR

Örömmel gondolunk vissza arra a márciusi hétvégére, amikor részt vettünk Szegeden a Gyűrű-Kúrán. Kedves ismerősöket és sok tapasztalatot szereztünk, hála a teszteknek, a kreatív feladatoknak, az interaktív beszélgetéseknek, a humoros és olykor igen elgondolkodtató filmbejátszásoknak és nem utolsósorban a két szakértőnk, Gábor és Robi által tartott előadásoknak. Sok olyan kérdés merült fel, melyről azelőtt nem beszéltünk a kapcsolatunkban, és többször olyan megoldás, amire mi nem gondoltunk. Ajánljuk a Gyűrű-Kúrát minden olyan házasság előtt álló és már házas párnak, akik szeretnék jobban megismerni önmagukat, egymást és így a kapcsolatukat, hogy boldog és kiegyensúlyozott életet élhessenek együtt!

ÁGI ÉS MISI

Óriási segítséget kaptam a Ketten Együtt Házassági Műhely vezetőitől, Csizmadia Robitól és Mihalec Gabitól. Volt szerencsénk részt venni a Gyűrű-kúrán, ahol rengeteg szükséges ismeret segített minket abban, hogy életünket biztonságosan köthessük össze. Ma is örömmel emlékszem vissza a vidám és tanulságos szerepjátékokra, a vezetőkből sugárzó könnyed és szeretetteljes hangulatra. Nagyszerű volt látni Robit és Gabit együtt dolgozni, hiszen ők tökéletesen kiegészítik egymást, teret engednek a másik gondolatának, figyelmesek és tapintatosak. Szerencsésnek érzem magam, hogy megismerhettem őket, de legfőképp azért, mert a rájuk bízott tudás és a személyes igyekezetük nem volt hiábavaló az én életemben. Boldog párkapcsolatban élek és kiegyensúlyozott a lelki világom. Megtanultam miként őrizhetőek meg ezek az áldások.



ANETT ÉS BÁLINT



Anett: Nagyon hálás vagyok azért, mert te vezettél minket a gyűrű-kúrán, azt hiszem a legjobb a kezekben voltunk. Különösen élveztem ezeket a beszélgetéseket, nemcsak azért mert nagyon jó hangulatban telt, hanem azért is, mert téged a barátomnak mondhatlak és ez sokat segített abban, hogy őszinte tudjak lenni, és meg tudjak nyílni.
Bálint: Jó érzés volt, hogy valaki ennyire foglalkozott csak velünk és csak azzal, hogy boldog házasságban éljünk. Arra számítottam, hogy az általad kialakított helyzetekben és a kérdéseidről új oldalakról ismerhetem meg Anettet, amire esetleg én nem gondoltam volna és ez így is lett és mindenképpen hasznos volt. Biztonságban is éreztem magam/magunkat, illetve a jövőnket.
Nagyon örülök, hogy te csináltad ezt végig velünk!

RÓMAI KATOLIKUS EGYHÁZ, CSALÁDPASZTORÁCIÓS IRODA, SZEGED



2012. júniusában az egyházmegyei jegyes-felkészítés keretében hívtuk Mihalec Gábor házassági tanácsadót, hogy Gyűrű-kúra című programjával segítse a jelentkező párokat kapcsolatuk elmélyítésében. A visszajelzések alapján azt mondhatjuk, hogy igazán sikeres volt ez az együttműködés. Volt olyan jegyespár, aki sajnálatát fejezte ki, hogy nem jött el korábban erre a hétvégére, mások azt fogalmazták meg, hogy tartottak attól: túl elvont, tértelési szándékkal teli lesz ez a két nap. Ezzel ellentétben rengeteget kaptak, és ez a felkészítés arra indította őket, hogy új alapokra helyezzék kapcsolatukat. Szervezőként nagyon elégedettek vagyunk a Gyűrű-kúra értékrendjével, tematikájával és a foglalkozások minőségével. Reméljük, a jövőben is dolgozhatunk majd együtt jegyespárok felkészítésében Mihalec Gáborral, akit csak ajánlani tudunk hasonló programok lebonyolításához.

Keszeli Ilona, családpasztorációs munkatárs, Szeged-Csanádi Egyházmegye

Egyházi közösségek, rendezvényszervezők, művelődési központok, cégvezetők és más érdeklődők figyelmébe

Hiszünk programunk hatékonyságában és naponta kapunk üzeneteket, amelyekből látjuk azokat a változásokat, amelyeket a részvétel a párok életébe hozott. Ezért nyugodt szívvel ajánljuk a programot Önöknek is. Ha jegyespárjaik számára szeretnék egy intenzív felkészítő hétvégét szervezni; ha házaspárok részére akarnak tábor tartani, amelyen nem csak pihenhettek, de a kapcsolatukat is új lendületbe hozhatják; ha dolgozóikat szeretnék megajándékozni egy olyan céges rendezvénnyel, amely a stabil háttérrel megteremtésével mérhetően növeli az alkalmazottak munkahelyi teljesítőképességét; ha igazán értékes kulturális programot szeretnének biztosítani a településükön élő párok részére; ha pályázatot szeretnének benyújtani és

a megvalósításhoz jól felkészült szakembereket keresnek, akkor lehető legjobb helyen járnak. Keressenek meg bennünket és szívesen adunk egyénre szabott ajánlatot a Gyűrű-kúra® megtartására az Önök által kiválasztott helyszínen, az Önök által meghatározott célközönségre szabva (házasság előtt álló párok, házas vagy együtt élő párok, vegyes csoportok, érettebb korú párok, stb.).

Elérhetőségünk:

**KETTEN EGYÜTT
HÁZASSÁGI MŰHELY**

**WWW.KETTENEGYUTT.HU
INFO@KETTENEGYUTT.HU
30/664-3045**



KETTENEGYUTT.HU

GYŰRŰ-KÚRA®