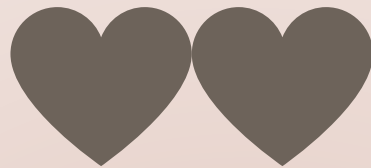


Mini Modul 9



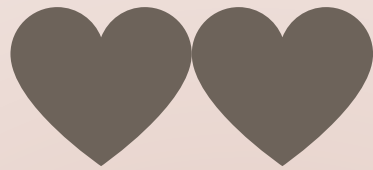
Manchmal wiederholen sich Streits, Missverständnisse oder Rückzugsbewegungen immer wieder – obwohl ihr beide nur das Beste wollt. Häufig stecken versteckte Muster und emotionale Psycho-Spiele dahinter, die automatisch ablaufen, bevor ihr sie überhaupt bemerkt.

Dieses Mini-Modul zeigt euch in 45–90 Minuten, wie ihr destruktive Muster erkennt, stoppt und durch konstruktive, verbindende Abläufe ersetzt. Ihr lernt, dass Muster stärker als Argumente sind – bis man sie bewusst unterbricht.

Ihr erfahrt:

- Wie Muster entstehen und warum sie sich wiederholen
- Wie das Drama-Dreieck (Opfer, Täter, Helfer) funktioniert und wie ihr daraus aussteigt
- Wie Teufelskreise sichtbar und unterbrechbar werden
- Wie ihr emotionale Trigger entschärft und neue Sprache nutzt
- Wie ihr konstruktive Routinen für eure Beziehung entwickelt

Mini Modul 9



Mit 6 praxisnahen Mini-Tools – inkl. begleitender Audiodatei, die euch Schritt für Schritt durch die Übungen führt – lernt ihr, alte Automatismen zu stoppen, empathisch zu reagieren und eure Kommunikation so zu gestalten, dass Verbindung, Verständnis und Teamgefühl wachsen.

Ihr werdet merken: Wenn ihr Muster bewusst unterbrecht, gewinnt eure Beziehung – nicht nur Konflikte, sondern Nähe, Vertrauen und Freude.