

The illustration features a man and a woman on swings against a teal background. The woman, on the left, has vibrant red hair and is wearing a teal dress and black heels. The man, on the right, has a beard and is wearing a teal shirt, teal pants, and red shoes. A red basketball is suspended in the air between them. The entire scene is framed within a large white circle that has a subtle pattern of small black dots.

CAROLINE FUX
JOSEPH BENDEL

Das
PAAR-DATE
miteinander
über alles reden

MIT TAGEBUCH FÜRS
UPDATE-GESPRÄCH

Beobachter
EDITION

Mit den Jahren kennt man sich. Der Gesprächsbedarf nimmt ab. Gleichzeitig steigt das Risiko, sich auseinanderzuleben. Mit dem Paar-Update stellen der Therapeut Joseph Bendel und die bekannte Autorin Caroline Fux (Blick-Sex-Beraterin) eine bestens bewährte Gesprächsmethode vor, die sicherstellt, dass Paare langfristig miteinander im Gespräch bleiben, sich immer wieder neu entdecken und sich weiterentwickeln. Die Methode ist einfach, braucht etwas Selbstdisziplin und pro Woche 45 Minuten Zeit füreinander. Ohne Pardon. Es lohnt sich.