

Wir bieten ein Wochenendseminar für Paare und für Menschen an, die wieder in einer Beziehung leben wollen.

Eingebettet in die weiträumige Atmosphäre von Gut Wittmoldt und die idyllische Landschaft am Plöner See erwartet Sie eine abwechslungsreiche Zeit mit kurzen Vorträgen, Einheiten zur Körperwahrnehmung, Austausch in Kleingruppen, Übungen zur Kommunikation und meditativen Elementen.

Das Seminar beginnt am Freitag um 16 Uhr und endet am Sonntag um 15 Uhr.

Die Kosten betragen 250,- € pro Personen Unterkunft und Verpflegung kann nach Bedarf mitgebucht werden.

DZ: 35,-€, EZ: 55,-€

Verpflegung pro vollen Tag 35,-€

Anmeldung über die SeminarleiterIn

Katharina Rössger
Atem-, und Stimmtherapeutin
Eutin und Kiel 0431-680392
katharinaeroessger@freenet.de
www.praxis-fuer-lebensenergie-kiel.de



Frank Henrich
Paar- und Sexualtherapeut / Sexologe
Eutin und Lübeck 0175-1676113
an@paarundsexualberatung.de
www.paarundsexualberatung.de



Nähe ist kein Zufall

Die Kunst Beziehung zu leben



Ein Wochenendseminar

auf Gut Wittmoldt

8. – 10. Juni 2018

Eine liebevolle Beziehung mit einem anderen Menschen lässt uns wachsen, sie kann heilen und sie fühlt sich manchmal wunderbar an.

Als Menschen brauchen wir Bindungen, da diese ein Grundbedürfnis nach Akzeptanz und Zugehörigkeit erfüllen. Daraus resultieren Gefühle des Vertrauens, der Geborgenheit, Sicherheit und auch Angst. Diese Gefühle lassen sich besonders intensiv in körperlicher Nähe von „intimen“ Beziehungen verwirklichen.

Doch wie entstehen Intimität und Nähe? Was können wir dafür tun, dass wir sie immer wieder erleben dürfen? Diese Frage ist für Paare interessant, aber auch für Menschen, die allein leben.

In der Verbindung unserer unterschiedlichen Arbeitsweisen liegt es uns am Herzen, ein Bewusstsein dafür zu wecken, was wir als Menschen brauchen, um vertrauensvolle Beziehungen leben zu können.

Im Zentrum des Seminars steht die Frage:

Wie bin „ich Selbst“ als Frau oder als Mann an der Seite eines Partners oder einer Partnerin?

In unserem Seminar vermitteln wir Ihnen wissenschaftliche Erkenntnisse und Erfahrungen zu den Themen Kommunikation, Sexualität und Liebe. Auf Ihr Inneres zu hören und die feine Sprache ihres Körpers zu verstehen ist eine wichtige Voraussetzung, um Ihre eigenen Bedürfnisse und Gefühle zu erkennen.

Sie werden erleben, wie Sie über den Atem die Verbindung zu sich selbst und zu Ihrem Gegenüber vertiefen können.

Sie werden Gelegenheit haben zu lernen, welche Kommunikationsformen verbindend und welche trennend wirken.