

KompaktWorkshop Paarlife® und Achtsamkeit

Was uns als Paar stark macht



Mit Paarlife® lernen Paare, wie sie ihre Beziehung pflegen, lebendig halten und Stress gemeinsam besser bewältigen können. Paarlife® wurde von Prof. Dr. Guy Bodenmann, Paarforscher an der Universität Zürich, entwickelt. Es ist wissenschaftlich fundiert, lebendig und lebensnah.

In diesem KompaktWorkshop betrachten Sie in lockerer und ebenso diskreter Atmosphäre die Themen Liebe, Nähe, Engagement für die Beziehung sowie Leidenschaft und Sexualität. Sie erfahren, was die aktuelle Paarforschung dazu sagt und reflektieren mit Ihrer Partnerin/Ihrem Partner, was Sie bisher schon für Ihre Partnerschaft tun und was Sie in Zukunft anders machen möchten. Außerdem laden wir Sie ein über Anregungen zur Körperwahrnehmung, aus Partnernyoga, Meditation, Bewegung und achtsamem Essen die Fähigkeit der Achtsamkeit zu entwickeln, zu üben und zu stärken. Entdecken Sie dabei innere Flexibilität und neue Handlungsspielräume. Achtsamkeit bringt Momente der Erholung und der Ruhe sowie Kontakt zu uns selbst und zu unserem Partner / unserer Partnerin.

Unser Workshop findet in kleinem Rahmen mit nur zwei Paaren statt. Er richtet sich an Menschen, die für ihre Partnerschaft neue Impulse setzen wollen, um erfüllter miteinander in einer achtsamen und lebendigen Beziehung zu leben.

Wir freuen uns, Sie kennenzulernen!

Veranstaltungsort und - datum:

Samstag, 30.09.2017 und Sonntag, 01.10.2017, jeweils ganztägig
Praxis für Paartherapie und Systemtherapie in Bad Säckingen

Kosten:

Workshop 780.-- € pro Paar inkl. Materialien.
Wir empfehlen Ihnen den Kurs mit einer Hotelübernachtung zu verbinden.

Leitung:

Monika Röder

lizenzierte Paarlife-Trainerin, Paartherapeutin, eidgen. anerk. Psychotherapeutin
www.paartherapie-bad-saeckingen.de, www.paarlife.com

Karin Bütikofer

dipl. körperzentrierte psychologische Beratung IKP/SGfB, psychosoz. Beratung mit eidgen. Diplom
www.lespace.ch

Auskunft:

Monika Röder, ☎ 07765 - 9179944 (D), kontakt@paartherapie-bad-saeckingen.de
Karin Bütikofer, ☎ 031 761 26 34 (CH), karin.buetikofer@bluewin.ch

Anmeldung bis Freitag, 15.09.2017, auf www.paarlife.com