



Haus Gutenberg

Bildung | Seminare

Das Haus der Liebe mit frischem Schwung einrichten

Standortbestimmung für Paare

Viele Paare kennen im Verlauf ihrer Beziehung Phasen von Verliebtheit und Zugehörigkeit, aber auch Stillstand, Skepsis und Fragen: Wo stehen wir heute? Wo wollen wir hin? Gehen wir gemeinsam? Ziel des Kurses ist ein Beziehungcheck. Es geht darum, Denk- und Erlebisanstösse für die Partnerschaft zu gewinnen, um wieder eine tiefe Nähe und sinnliche Intimität erleben zu können.

Blickwinkel können sein: Was mochte ich an meinem Partner, als ich ihn kennen gelernt habe? Wie erleben wir heute unsere Beziehung - wie erleben wir heute unsere Sexualität? Was sind unsere Stolpersteine? Was gelingt uns gut?

Methodik: Kommunikations- und einfache Körperübungen als Paar, achtsamer Austausch im Plenum, Beziehungsprofil als Paar entwickeln, die Beziehungsressourcen stärken, Beziehungsstress regulieren.

Um am Kurs teilzunehmen ist nicht die Länge der Partnerschaft wichtig, sondern das Interesse am Partner, an der Partnerin und an einem gemeinsamen Wachstum. Das Haus der Liebe im Alltag mit frischem Schwung zu beleben, das ist unser Ziel.

Referentin: **Patricia Matt**, Paar- und Sexualberaterin, Coach, Supervisorin. Transaktionsanalyse, Feldenkrais. www.patriciamatt.li

Datum: Samstag, 21. November 2020, 9 bis 17 Uhr

Beitrag: CHF 350.- pro Paar (inkl. Mittagessen)

Wir bitten um Anmeldung.