

Relationship

Online-Paargruppe mit Sharing, Co-Coaching und Tools zum Ausprobieren

Eine gemeinsame Forschungsreise für Paare: Wie gelingt uns der Wandel – raus aus dem Relationship von Eifersucht, Co-Abhängigkeit, Bindungs- und Verlustangst – hinein in freudige Verbundenheit, liebevolle Co-Kreation und entspanntes Miteinander?

Raumhaltende:
[Roland Frenzel & Vine Rupp](#)

Anmeldung und Info:

<https://www.embodiedawakening.de/seminare/2024-paargruppe-relationship/>



Jetzt ist es wunderschön mit Dir. Ich bin verliebt in Dich. Ich will Dich - so sehr.

Doch dann, sagst Du das... und bringst in einem Moment wieder alles ins Wanken. Wie kannst Du nur?


Alles wieder offen. Alle Zweifel wieder da. Ich friere ein, raste aus, ziehe mich zurück, drohe mit Trennung, habe Angst verlassen zu werden... Du machst mich wahnsinnig – oder bin ich es?

Wie gelingt es uns in unserer Liebesbeziehung Freiheit und Verbundenheit als Einheit zu erfahren?

Wie gelingt es, dass jeder sein Ding machen kann und wir ein stabiles Miteinander und entspannte Geborgenheit leben?



„Verliebt“ von Willem Haenraets



*„Wenn Du
jetzt gehst,
ist es aus“*

*„Es ist deine
Schuld“*

*„Du
verstehst
mich nicht“*

*„Wegen Dir
geht es mir
so schlecht“*

*„Du lässt mich
ja gar nicht
ausreden“*

Vom leidenschaftlichen Drama & der Sehnsucht nach dem Happy End

Die moderne Gesellschaft bringt immer mehr Menschen an den Rand ihrer psychischen Stabilität. Und nirgends äußert sich unsere Verletzlichkeit so stark wie in der intimen Paarbeziehung. Hier, wo es tief und nah wird – zeigen sich unsere Schatten. All zu leicht rutschen wir in Abhängigkeiten, Verstrickungen und unsere Stimmung pendelt zwischen Verliebtsein und Streit hin und her.

Ein stabiles, liebevolles Miteinander will geübt werden.

Das kennen viele Paare. Und wir können Unterstützung, Inspiration und Antworten finden, wenn wir uns im Kreise anderer Paare mit unseren Themen, Sorgen und Fragen zeigen.



„In meinem alten Verhaltensmuster machte ich dich für meine Gefühle verantwortlich. In meinem alten Verhaltensmuster bat ich dich die Dinge für mich zu richten oder versuchte sie für dich zu richten. Ich beschuldigte dich, mich nicht ausreichend zu lieben - was nur eine andere Form war, dich für mein Bedürfnis nach Liebe verantwortlich zu machen. Der nächste psychologische Schritt besteht in der Erkenntnis, dass ich mir Liebe wünsche, aber dass ich mich nicht darauf verlassen kann sie von dir zu bekommen. Vielleicht bekomme ich sie, vielleicht auch nicht. Aber ich kann deine Entscheidung nicht beeinflussen. Wenn ich versuche dich zu beeinflussen, in dem ich dich unter Druck setze oder dafür Sorge, dass du dich schuldig fühlst, verringere ich die Möglichkeit dass du mich wahrhaftig lieben kannst. Wenn ich deine Liebe möchte, muss ich dich freilassen. Ich muss bereit sein, ohne sie auszukommen. Ich muss bereit sein, Liebe im Inneren zu suchen und nicht im Äußeren.“

Das klingt sehr nett, aber es ist viel schwerer, als es sich anhört. Es bedeutet, dass ich in die Dunkelheit in meinem Inneren zurück gehen muss und das Licht finden muss, was sich dort verbirgt.“

Paul Ferrini, 12 Schritte der Vergebung (Kap. 6)



Die Liebe...

*Welch Narr ich war, sie woanders
gesucht zu haben als in mir selbst.
Alles ist da. Und bevor ich diese
unendliche Quelle in mir nicht
entdeckt habe, wäre ich nie
wahrhaftig fähig einem anderen
Geschöpf ehrliche Liebe
entgegenzubringen.*

Equiano Intensio



Online-Paargruppe mit Sharing und Co-Coaching

Manche Hürden können wir nur schwerlich allein oder zu zweit nehmen, aber lassen sich durch die transformative Kraft der Gruppe leichter bewältigen.

Wir treffen uns alle drei Wochen zum gemeinsamen Sharing und Begleiten. Gefühle dürfen gezeigt und ausgesprochen werden. Vine und Roland begleiten uns durch den Abend und stellen uns nützliche Tools für ein liebevolles Miteinander vor.

Für wen? Wir wünschen uns eine möglichst konstante Gruppenzusammensetzung von bis zu 10 Paaren (Queer Friendly!).

Termin: Sonntag, 20:00 Uhr, startend am 21. Januar 2024.
Ab dann alle 3 Wochen: 11. Februar., 3. März, 24. März, 14. April usw.... Jeweils bei Zoom (Link wird nach Anmeldung geteilt).

Raumhaltende: [Roland Frenzel & Vine Rupp](#)
Organisation & Mitgestaltung: [Benjamin Brockhaus](#)

Kosten: ab 30€ ermäßigt, ab 40€ Normal, ab 60€ Unterstützer pro Paar und Abend.

Fragen: benjamin@brockhaus.eco

Anmeldung:
<https://forms.gle/EumotJjHFe7GDyf7>

Die Gruppe ersetzt weder eine klassische Psychotherapie noch erhebt sie den Anspruch einer Paartherapie. Sie kann aber eine sinnvolle Ergänzung dazu sein.