

Newsletter April 2010

spirit works! Massageseminar 1B Zürich

Einführungsseminar

Fr 4. bis So 6. Juni 2010

www.spirit-works.ch/seminare/massageseminar-1

spirit works! Massageseminar 2A Solothurn

Teilnahmebedingung: Massageseminar 1

Fr 25. bis So 27. Juni 2010

www.spirit-works.ch/seminare/massageseminar-2

spirit works! Massageseminar 2B Zürich

Teilnahmebedingung: Massageseminar 1

Fr 10. bis So 12. September 2010

www.spirit-works.ch/seminare/massageseminar-2

spirit works! Paarseminar 1B Zürich

Sinnliche Kommunikation

Fr 8. bis So 10. Oktober 2010

www.spirit-works.ch/seminare/paarseminar-1

spirit works! Massageseminar 1C Solothurn

Einführungsseminar

Fr 12. bis So 14. November 2010

www.spirit-works.ch/seminare/massageseminar-1

spirit works! Paarseminar 2 Zürich

Erotik – Liebe – Stille

Teilnahmebedingung: Paarseminar 1

Fr 3. bis So 5. Dezember 2010

www.spirit-works.ch/seminare/paarseminar-2

spirit works! Beziehungs- und Paarberatung

Die lebendige Weiterentwicklung einer Beziehung bedingt, dass wir uns nicht um der Harmonie willen Stück für Stück anpassen und als Individuum aufgeben, sondern uns im Gegenteil treu bleiben und unsere Authentizität selbstbewusst leben und entfalten. Das führt zwar hin und wieder zu Reibungen und Auseinandersetzungen, ist aber die Voraussetzung für jede gesunde, langfristige Beziehung. Harmonischer Stillstand bedeutet das Ende der Partnerbeziehung! (David Schnarch) – Auseinandersetzungen in einer Beziehung sind also in erster Linie ein wichtiger und hilfreicher Hinweis darauf, dass sich diese weiterentwickeln und verändern will!

Die ausgeglichene Differenzierung zwischen Individualität und emotionaler Verschmelzung ist die Fähigkeit, uns selbst zu bleiben, während wir anderen Menschen, die uns sehr wichtig sind, emotional oder körperlich sehr nahe sind.

Solange wir unser Selbstwertgefühl über die Reaktion und Bestätigung des Gegenübers definieren, laufen wir Gefahr, uns nach und nach dem Partner anzupassen und uns ihm nicht mehr authentisch zu zeigen. Die Folge davon ist, dass wir uns früher oder später nicht mehr verstanden und gesehen fühlen als das, was wir eigentlich sind. Diese undifferenzierte fremdbestätigte Intimität hängt von der Anerkennung und Bestätigung durch den Partner ab: Wir fühlen uns nur dann geliebt, wenn wir uns von ihm verstanden fühlen und die gewünschten Reaktionen erhalten.

Die differenzierte selbstbestätigte Intimität nimmt Ablehnung und Nichtübereinstimmung in Kauf: «Du kannst mich schliesslich nur wirklich lieben, wenn ich mich dir so zeige, wie ich wirklich bin!» Intimität bedeutet hier, dass wir uns dem Partner selbstbewusst und bedingungslos öffnen und zeigen können.

Die spirit works! Beziehungs- und Paarberatung bietet einen geschützten Rahmen für das Verlassen von vertrauten Mustern und Rollen mit dem Ziel, die Authentizität der Partner zu stärken und das Potential der Beziehung im Raum zwischen zwei selbstbewussten und eigenständigen Menschen neu zu entdecken und zu entfalten.

www.spirit-works.ch/beratung/prozessbegleitung