



# Paarseminar in der Gruppe

**05./06.01.2024 Ort: Institut für Yoga & Ayurveda**

**Kandelstraße 6, 79183 Waldkirch**

Gemeinsam alles tragen:

*Die Freude und den Schmerz.*

Gemeinsam alles wagen:

*Das bindet Herz an Herz.*

*(freies Zitat ohne Autor)*

**Wenn Sie Ihrer Partnerschaft etwas wirklich Gutes tun wollen und Ihr Wunsch nach Veränderung zu schnellen Ergebnissen drängt, empfehlen wir Ihnen das Paarseminar in der Gruppe.**

Finden Sie für die Bewältigung Ihres Alltages keine positiven Lösungen mehr? Ist die Situation zu verfahren um sie alleine zu lösen? Ein Wort gibt das andere, die Diskussionen werden immer belastender und die Fronten verhärten sich, vielleicht sind sie aber auch schon verstummt.

Manchmal sind die Umstände einer Beziehung besonders belastend. Man steckt in einer akuten Beziehungskrise oder findet zum Beispiel den Weg aus einem Streit nicht wieder heraus. Dieser entflammt immer wieder von Neuem, weil Missverständnisse vorliegen oder die emotionale Botschaft des Streits vom Gegenüber nicht verstanden wird.

Das Paarseminar in der Gruppe gibt Ihnen die Chance, sich zusammen als Paar neu zu entdecken und sich weiterzuentwickeln. Zusammen erarbeiten Sie eine neue Beziehungsfähigkeit, damit Sie Ihren weiteren Weg weiterhin gut gemeinsam gehen können.

Das Seminar eignet sich auch gut für Paare mit Trauma-Hintergrund in den Familien, aus denen sie kommen, z.B. wenn die eigenen Eltern viel Streit hatten, psychische Erkrankungen vorliegen oder schon viele Schicksalsschläge durchgestanden werden mussten.

Wir erklären Ihnen:

- anhand einer umfassenden Diagnostik der verschiedenen Traumatisierung auf Grundlage der Emotions-Theorien, wie und warum Krisen entstehen
- welche Beziehungsmuster aus der Kindheit zugrunde liegen und
- wie problematische Themen lösungsorientiert geklärt werden können.
- Sie lernen alle 6 emotionalen Grundkonflikte kennen: (Angst, Trauer, Ärger, Scham, Schuld, Verachtung).
- Warum die Emotionen wichtig sind,
- Liebes-Typen und Traumadiagnostik,
- Wie lebt jeder Liebes-Typ Sexualität,
- Wie werden Blockaden gelöst?
- Spezifische Körperübungen bzw. Trancen/Meditation der Liebes-Typen kennenlernen (wenn die Zeit ausreicht...),
- Sie lernen Ihre Gefühle zu beruhigen,
- Gemeinsame Lösungen finden



Das Paargruppenseminar umfasst ca.  
14 Stunden Beziehungsarbeit

Seminartage sind:

Freitag & Samstag 9-17 Uhr  
(zweistündige Pause)

Kosten pro Paar € 1.190,-  
(inkl. kostenfreies Vorgespräch)

## Gruppenleitung

### **Julia Hengl**

staatlich geprüfte und anerkannte Heilpraktikerin für Psychotherapie  
Systemisch-integrative Paartherapeutin  
(Hans-Jellouschek-Institut, Freiburg [www.jellouschek-institut-freiburg.de](http://www.jellouschek-institut-freiburg.de))  
[www.planb-waldkirch.de](http://www.planb-waldkirch.de)

**Anmeldungen unter: [hengl@planb-waldkirch.de](mailto:hengl@planb-waldkirch.de)**

**Teresa Unger**, Dipl. Sozialpädagogin (FH),  
systemische Therapeutin (DGSF), Psychologische  
Beraterin (VfP), Traumasensible Paartherapie (Dr.  
Katharina Klees Akademie), Traumasensible  
Sexualtherapie i.A.,  
[www.paarpraxis-unger.de](http://www.paarpraxis-unger.de)