



Du und Ich - der Liebe auf der Spur

Paargruppe auf Mallorca mit Halko Weiss & Karin Apfel

Ein Workshop für Paare,

- die ihre Reibungspunkte entschärfen und ihre Liebe feiern möchten
- die ihre Beziehung als Wachstumschance sehen und wissen, dass sie Pflege braucht
- die neugierig sind, was in ihrer Liebe noch so alles möglich ist
- die außerdem eine schöne, entspannte Zeit haben wollen, sodass sie erholt, aufgetankt, und mit neuen Impulsen in den Alltag zurück kehren können

Sieben Tage Mallorca in einem angenehmen und komfortablen Hotel an der herrlichen Nordwestküste der Insel, die wunderschönen Orte Valldemossa, Deia und Soller drum herum, und jeden Tag 5 Mittagsstunden Freizeit, um zu baden, sich sonnen, in Cafes sitzen, auskundschaften, wandern, etc.

Trotzdem ein intensives und konstruktives Programm auf der Basis der Hakomi-Methode.

Ein Programm, das noch lange weiter wirken soll.



Die achtsamkeitszentrierte Methodik in der Paarbegleitung...

...hat zum Ziel, dass zwei Menschen sich selbst und den anderen klarer und liebender sehen können.

Dazu wird das 2500 Jahre alte Konzept der Achtsamkeit aus der buddhistischen Psychologie genutzt, um immer genauer zu studieren, was im Inneren, und was zwischen den Zweien vorgeht.

Größere Bewusstheit und Differenzierung sollen ermöglichen, aus den alten Routinen und Automatismen des Alltagslebens auszusteigen und das Zusammensein neu und anders zu erleben.

Dabei wird großer Wert auf die Beachtung der wechselnden Zustände gelegt, durch die wir ständig gehen und die oft nicht helfen, unsere Probleme zu lösen. Durch die Pflege und Kultivierung solcher Zustände, die uns positiv weiter bewegen können, erfahren wir uns und den Anderen tiefer, genauer, offener, neugieriger und mit mehr Mitgefühl und Liebe.



Vier zentrale Gebiete werden uns dabei beschäftigen:

- Die Erforschung und das vertraut werden mit den unbewussten Prozessen in uns selbst und im Anderen, was zu einer höheren Akzeptanz und Toleranz führt.
- Die Analyse der Wechselwirkungen zwischen den Partnern, und wie diese Wechselwirkungen durch bewusstere Kommunikation positiv beeinflusst werden können.
- Die Förderung der Kompetenz, mit sich selbst so umzugehen, dass wir gelassener werden, und die eigene Reifung unterstützen können.
- Die Vermittlung von Fertigkeiten, die es Paaren erlaubt, andere Paare zu unterstützen, wenn es benötigt wird (Konzept "Paare helfen Paaren"). So soll die Möglichkeit entstehen, dass die Paare Hilfe bekommen können, um ihre Themen weiter konstruktiv zu bearbeiten - auch wenn sie wieder zu Hause sind.

Alle großen Themen, die Paare begleiten, sind eingeladen, wie: Nähe/Distanz, gegenseitige Unterstützung, Sexualität, Dynamiken um Kinder und Ursprungsfamilien, Treue, Zeit haben, gegenseitiges Verstehen, Planung des Lebens, Geld etc.



Zu den Trainern



Halko Weiss

Ph.D., Dipl.-Psych., Psychologischer Psychotherapeut, Mitbegründer und Senior Trainer der Hakomi Institute in Boulder, Colorado. Halko arbeitet international im Bereich Fortbildung von Psychotherapeuten, als Management-trainer und Coach, und hat über mehr als 20 Jahre ein auf Achtsamkeit beruhendes Vorgehen in der Paar- und Beziehungstherapie entwickelt (EET). Zu seinen zahlreichen Veröffentlichungen gehört das *Handbuch der Körperpsychotherapie* und *Das Achtsamkeitsbuch*.
www.hakomi.de



Karin Apfel

HAKOMI Lehrtherapeutin, Heilpraktikerin für Psychotherapie (ECP/ EABP), seit 1991 in eigener Praxis in Weinheim tätig. Schwerpunkte meiner Arbeit: Paartherapie und HAKOMI-Beziehungstherapie (EET), Seit 1996 Trainerin für „Emotionale Intelligenz“ und Persönlichkeitscoach in Wirtschaftsunternehmen und Organisationen. www.karin-apfel.de



Organisatorisches:

Zeit:

Montag, 16. Juli bis Sonntag 22. Juli 2012 (7 Tage).

Kurstunden 9 – 12 Uhr und 17 bis 20 Uhr

Leitung:

Halko Weiss und Karin Apfel

Ort:

Hotel El Encinar, zwischen Valldemossa und Deia

Preis für den Workshop:

940.- € pro Person; 1880.- € pro Paar. Maximale Teilnehmerzahl: 12 Paare

Frühbucher (bis 1. 4. 2012) mit Anzahlung (300.- € pro Person) erhalten einen Nachlass von 100.- € pro Person

Preis für das Hotel:

ca. € 100.- für ein Doppelzimmer pro Tag. Buchung selber.

Anmeldung:

Karin Apfel, Eschenweg 12, 69469 Weinheim. Tel: 06201-183831.

E-mail: karin.apfel@t-online.de

Flugreisen müssen selbst gebucht werden. Es empfiehlt sich, dies früh zu tun, da auf diese Weise eher günstige Flüge zu finden sind.