

Hold me tight®



Ein Kurs für Paare zur Stärkung der emotionalen Nähe und Verbundenheit

Wir alle brauchen Verbundenheit, Sicherheit, Trost und Unterstützung in unserer Partnerschaft. Wir möchten eine positive Antwort auf die Schlüsselfragen in unseren Liebesbeziehungen:

**Bist du für mich da? Bin ich dir wichtig?
Bin ich o.k. für dich, so wie ich bin?**

Im Kurs erkennen Sie negative Muster in Ihrer Partnerschaft und lernen, diese zu verändern. Sie verstehen Ihre Gefühle und die Gefühle Ihres Gegenübers besser und stellen miteinander Nähe und Verbundenheit her.

Der »Halt mich fest«-Kurs für Paare bietet Ihnen und Ihrem Partner/Ihrer Partnerin Gelegenheit, sich Zeit füreinander zu nehmen und sich mit Ihrer Beziehung zu beschäftigen.

Im Mittelpunkt stehen Gespräche, die Sie zusammen mit Ihrem Partner/Ihrer Partnerin unter Anleitung führen.

Einführungsabende

Freitags: 17. Mai 2019
7. Juni 2019
19. Juli 2019

Zeit: 19.30 – 21 Uhr

Eintritt: 15.- € pro Person

Kurs

Sie widmen sich folgenden Themen:

1. Abend: Liebe und Bindung verstehen: Warum das Gefühl von Verbundenheit für uns so wichtig ist
2. Abend: Teufelskreise erkennen und verstehen
3. Abend: Wenn es schwierig wird miteinander
4. Abend: Wunde Punkte bei sich selbst und beim Gegenüber erkennen
5. Abend: Emotionaler Halt
6. Abend: Verletzungen vergeben
7. Abend: Verbundenheit stärken durch Berührung und Sexualität
8. Abend: Liebe lebendig erhalten

Der Kurs ist limitiert auf 6 Paare



Freitag: 2.8. / 9.8. / 16.8. / 23.8. / 30.8.
6.9. / 13.9. / 20.9.

Zeit: 19–21.30 / 22 Uhr

Preis/Person: 420.- / 360.- € bei verbindlicher
Anmeldung bis 19. Juli 2019

Ort: Psych. Psychotherapeutin
Regina Tamkus
Private Praxis
Müggelseedamm 212, 12587 Berlin
Telefon 030 64094526
Fax 030 64094525

regina.tamkus@erosundpsyche.net
www.erosundpsyche.net

Ich bitte für die Einführungsabende um
Vor Anmeldung, telefonisch oder per Mail.