

## **Was erlauben Sie sich?**

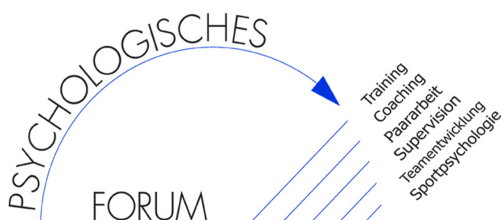
### **Zur Dynamik von Bindungs-, Beziehungs- und Lebensformen**

Die Dynamik von Bindung und Beziehung, von Lebens- und Zusammenlebens-Formen, unsere biografischen Hintergründe und die Auswirkungen auf die aktuelle Lebensführung bestimmen, wie wir uns begegnen (können). Im Seminar werden Sie sich mit Ihren Kontaktmustern, realen und erträumten Beziehungsmöglichkeiten und darauf bezogenen Lebensentwürfen beschäftigen. Und mit der Frage, ob Sie sich mehr oder anderes erlauben wollen und können. Dies erfordert eine Auseinandersetzung mit grundlegenden Gefühlen wie Eifersucht, Neid, Begehren, Stolz, Scham, Liebe, Erotik und den Strebungen des Haben-Wollens und Nicht-Loslassen-Könnens, der Bindungsangst und der Abhängigkeitsbedürfnisse.

In diesem Seminar kann und soll untersucht werden, wie Moral und Intimität sich im Spannungsfeld von Normen, Gefühlen und rationalen Notwendigkeiten darstellen - und ob und wie sie sich gestalten lassen.

Die Seminararbeit beruht auf Elementen aus der Humanistischen Psychologie. Neben einer grundsätzlichen Orientierung an der angewandten Gruppendynamik können auch Verfahren aus der Gestalttherapie, dem Psychodrama und der bewegungsorientierten Körperarbeit zum Einsatz kommen.

Teilnehmen können sowohl Paare als auch Einzelpersonen, die Gruppengröße ist auf maximal 12 TeilnehmerInnen beschränkt, denen ein Trainerpaar gegenübersteht. Wir wollen überwiegend im Freien arbeiten, an dafür besonders geeigneten Plätzen im Norden der Insel.



Die Seminarzeiten reichen vom Vormittag bis teilweise in den frühen Abend mit einer ausgiebigen Mittagspause, die Zeit lässt für Freizeitbedürfnisse.

**Leitung:**

Jürgen Christen und Hella Gephart

Beide sind promovierte Dipl.-Psychologen und ausbildungsberechtigte Trainer für Gruppendynamik DAGG

**Teilnehmerbeitrag:**

390 € für Einzelpersonen, 740 € für Paare

**Nächster Termin:**

Spätsommer 2015

Bei Interesse können Sie sich per [e-mail](#) unverbindlich vormerken lassen.

