



Ausbildung

Empathie- und Kommunikations- training für Beziehungen

Empathisch dem/der eigenen PartnerIn oder anderen Menschen zu begegnen sowie aktiv, aufrichtig und urteilsfrei zu kommunizieren, dies erlaubt unseren Beziehungen zu wachsen und in zunehmender Harmonie zu reifen

Empathie- und Kommunikations-³⁰ training für Beziehungen

Emotionale und energetische Klärung der zwischenmenschlichen Beziehungen für ein erfülltes Leben

Beziehungen, Freundschaften sowie unterschiedliche Formen der Liebe begleiten unseren Lebensweg vom ersten bis zum letzten Atemzug. Das tiefste Bedürfnis jedes Menschen ist, in Beziehungen zu treten, wahrgenommen zu werden und die Sehnsucht nach Berührung und Liebe zu stillen. Im Leben eines jeden von uns gibt es Menschen, die uns wichtig sind, die wir lieben, die uns lieben und uns auch Geborgenheit schenken.

Das Geheimnis funktionierender Beziehungen können wir oft auf ein einziges Wort reduzieren: Kommunikation.

Beziehungen, die längere Zeit anhalten und durch Krisen zusammenwachsen, wie auch Beziehungen, die entwicklungsfähig sind und gelingen, sind solche, in denen die Kommunikation gelebt wird und sich authentisch, empathisch und ehrlich zeigt. Wo man sich regelmäßig in Ruhe austauscht, ohne Schuldzuweisung oder Vorwürfe, dort ist es möglich, dass die Liebe wächst.



Der klärende Austausch in unseren Beziehungen hilft, sich verstanden, entspannt, angenommen und zu Hause zu fühlen, die energetische und emotionale Klärung erlaubt einen Schritt weiter zu gehen. Durch diese Klärung befreien wir uns von den Belastungen der alten verletzenden Ereignisse, von dem Gefühl, Opfer des ungerechten Verhaltens anderer zu sein, und wir können aus der Perspektive des Hier und Jetzt in Beziehung mit den Menschen in unserem Umfeld treten.

Es ist wichtig, sich Fragen über die Qualität der eigenen Beziehungen zu stellen. Im Zentrum steht daher, eine Bilanz der zwischenmenschlichen Beziehungen zu ziehen. Es geht darum zu spüren, welche Strategien wir anwenden, was wir bereit sind zu geben und wie sehr wir auf uns selbst verzichten, um gesehen zu werden und in Kontakt bleiben zu können. Das bewusst wahrzunehmen hilft, zentriert in unserer Mitte zu sein und unsere Kraft frei von Konditionierungen zu nutzen.



Die eigene Beziehungskompetenz zu erweitern bedeutet konstruktive und wahrhaftige zwischenmenschliche Verbindungen knüpfen und aufrechterhalten zu können sowie auf der partnerschaftlichen Ebene Sicherheit und Klarheit zu erlangen.

Viele von uns bauen voller Erwartungen auf unglücklichen Beziehungen auf, empfinden das Bedürfnis, geliebt und wahrgenommen zu werden, so wie sie sind, und wünschen sich eine glückliche Partnerschaft, in der Hoffnung, dass es irgendwann besser wird. Oft aber entstehen nach einer gewissen Zeit Probleme, die unlösbar scheinen und zu Misstrauen, gegenseitigen Kränkungen, Streit, Entfremdung oder sogar zu einer Trennung führen.



Die daraus entstehenden Verletzungen bewirken meist den Eintritt in eine Negativspirale, die unser Beziehungsleben charakterisiert. Wenn wir dieses bewusst betrachten, bemerken wir, dass sich gewisse Muster ständig wiederholen. Es ist so, als hätten wir ein Drehbuch, das wir immer wieder spielen, nur die SchauspielerInnen ändern sich.

Unsere Beziehungsfähigkeit entwickelt sich in der Kindheit. Wir sind das lebendige Ergebnis unserer Vergangenheit und teilweise auch der unserer Eltern. Oft beeinflusst auch die Vergangenheit unserer Ahnenreihe und ihre energetische Belastung unsere Beziehungskompetenz. Ungelöste Lebensthemen werden dabei innerhalb von Familiengenerationen weitergegeben.



Daher haben wir uns vielfach bewusst oder unbewusst die Lösung der eigenen familiären Probleme zur Lebensaufgabe gemacht. Wir sind durch die Verbindungen, die unsere Eltern zu uns bzw. auch untereinander und mit uns hatten, geprägt. Diese „Drehbücher“, die unser Verhalten bestimmen, sind in dem Gedächtnis des Inneren Kindes gespeichert.



Das Erkennen, Klären und Umpolen dieser Strategien ermöglicht uns, frei zu sein und unsere Beziehungen authentisch und bewusst zu gestalten.

Im Laufe der Jahre lernen wir jedoch an unseren Beziehungen zu arbeiten. Wenn ein Kind oft Situationen erlebt, die ernst oder bedrohlich sind, entwickelt es die Fähigkeit zur Verdrängung. Das sichert zwar das Überleben des Kindes, fordert aber auch einen hohen Preis. Dieser Mechanismus wirkt wie eine Rüstung, die die Lebendigkeit und Authentizität in zwischenmenschlichen Beziehungen einschränkt.

Wichtigstes Ziel dieses Seminars ist, unsere Kommunikationsfähigkeit zu entdecken, und zu entfalten, eine Bilanz zwischen Altem und Neuem zu ziehen und zu erkennen, was unser Dasein ausmacht und welche Bedürfnisse, Anforderungen und Wünsche wir in Bezug auf zwischenmenschliche Beziehungen und eine Partnerschaft in uns tragen.

Gelungene Beziehungen erfüllen das Leben, verlangen Bereitschaft und Mut zur Veränderung.

Im Rahmen des Trainings klären wir auch die energetischen Hintergründe unserer Beziehungskonstellation. Um festgefahrene Muster verlassen zu können, ist eine tiefgehende Auseinandersetzung mit unserer Biografie notwendig.



Als Hauptziel unseres Empathietrainings für Beziehungen wollen wir die Strategie, die den Ausdruck unseres Seins einschränkt, durchleuchten und eine wirksame Lösung für ihre Aufarbeitung finden. Daraus entsteht in der Folge ein tiefes Verständnis für unsere Eltern, unsere Ahnen, die Familienwerte und dafür, dass alles so sein darf, wie es ist, und daher auch seinen Sinn hat.

In dem Augenblick, in dem wir dieses Verständnis nicht nur auf der intellektuellen Ebene empfinden, sondern auch emotional das Vergeben verinnerlichen können, entwickelt sich unsere Beziehungskompetenz.

Wir können spontan, frei und authentisch Beziehungen eingehen und handeln nicht mehr aus dem Bedürfnis heraus, Liebe und Anerkennung zu erhalten.

Im Rahmen dieses Seminars ist es möglich, die eigenen Beziehungsstrategien zu erfahren, die Verbindung zu den Eltern zu klären und die Familienwerte in Bezug auf Erziehung zu verstehen. Das Klären und Loslassen der alten Muster und Strategien versöhnt uns mit der Vergangenheit unserer Familie. Langsam erkennen wir unsere Bedürfnisse und entscheiden bewusst, welche Aspekte wir in unseren Beziehungen leben können und wollen. Wir finden Werkzeuge, um authentische zwischenmenschliche Beziehungen gestalten zu können.



In diesem Training geht es um das Erkennen und Transformieren der Beziehungsbilder, die das Fühlen, Denken und Verhalten einschränken. Wir erkennen in diesem Training die Dynamik von Beziehungsmustern und, dass wir zumeist eineN PartnerIn, FreundInnen oder BerufskollegInnen mit komplementärem Charakter anziehen, weil wir auf der Suche nach Heilung sind.

Unser Gegenüber bestätigt unsere Glaubensmuster und Verhaltensstrategien und ermöglicht uns die Aufarbeitung.



Es geht im weiteren Sinne um das Erarbeiten einer eigenen Kommunikationsstrategie, in der die eigenen Bedürfnisse, Erwartungen und authentischen Lebenseinstellungen dem/der ZuhörerIn gegenüber

geäußert werden können, sowie um das Analysieren des Verhältnisses von Nähe und Distanz in zwischenmenschlichen Beziehungen und speziell in der Partnerschaft.

Wesentlicher Ansatz ist das Erkennen der energetischen Zusammenhänge der Kommunikation und der bewusste Umgang mit Abgrenzung, Offenheit und mit energetischen Projektionen.

Wir arbeiten an der Öffnung des Herzens sowie daran, intuitiv und spontan einen Bezug zu zwischenmenschlichen Beziehungen zu gestalten.



- Die eigene Kommunikationsstrategie erkennen
- Die energetischen Hintergründe der zwischenmenschlichen Beziehungen
- Die energetischen und seelischen Verhaltensmuster und Speicherungen des Inneren Kindes erkennen
- Wie die Verletzungen meines Inneren Kindes meine Beziehung und Partnerschaft konditionieren
- Gesunde, energetische Kommunikationsstrategien
- Die Kommunikation über die Chakren
- Wie kommunizieren die anderen mit mir? Analyse der Beziehungsbilder mit Eltern, Geschwisterreihe, PartnerIn, FreundIn, Kindern, Bekannten, KollegInnen & Vorgesetzten
- Neue befreiende intuitive Wege des Mitteilens im Umfeld leben
- Neue Ebenen der energetischen und verbalen Kommunikation



Für wen eignet sich dieses Training?

Für Singles oder Menschen, die Ängste in Beziehungen abbauen und eine bewusste Beziehungskompetenz erreichen wollen.

Für Paare, die Stillstand und Frustration in ihrer Beziehung erfahren.

Für Eltern, die ihre emotionale und erzieherische Kompetenz erweitern und sich bewusst die Muster ihrer Eltern anschauen möchten.

Für Menschen im fortgeschrittenen Alter, die rückblickend ihre Vergangenheit heilen wollen, um bewusst und entlastet die Gegenwart zu gestalten.

Für Menschen, die ungelöste Erfahrungen aus der Kindheit und die daraus entstehende Verhaltensdynamik klären wollen.

Für TherapeutInnen, KörpertherapeutInnen, MedizinerInnen oder PädagogInnen, die einen intuitiven Einblick in das Erkennen und Heilen von Beziehungsmustern aus energetischer Sicht gewinnen wollen.

Für Menschen, die ein tiefes Verständnis für die Vergangenheit finden wollen und danach streben, sich mit dieser zu verbinden, weil alles, was gewesen ist, einen Sinn hat und unserer persönlichen sowie spirituellen Entwicklung dient.



Dauer

3 Seminartage an einem Wochenende

