

# Selbsterfahrung im Paar-Workshop mit der Pesso-Boyden-Methode

## Liebe - Begehren - Beständigkeit - gemeinsam wachsen



Wir möchten Sie zu unserer Selbsterfahrungsgruppe einladen, die im Rahmen eines Paar-Workshops stattfindet.

Mit der Pesso-Boyden-Methode gehen wir davon aus, dass jeder Menschen von der Zeugung an fördernde oder einschränkende Erfahrungen mit seiner Umwelt, den Eltern, den sozialen Bedingungen und seinem eigenen Lebensentwurf macht.

### Wir arbeiten nach folgendem Modell

Es finden tiefgreifende Prägungen, Beziehungsmuster und Erfahrungen in der Kindheit statt, die dazu neigen, sich bei ähnlichen Bedingungen in der Gegenwart zu wiederholen.

### Muster in der Gegenwart

Sie stammen aus Erinnerungen und werden körperlich, emotional und kognitiv über die Wahrnehmung in Beziehungen aktualisiert.

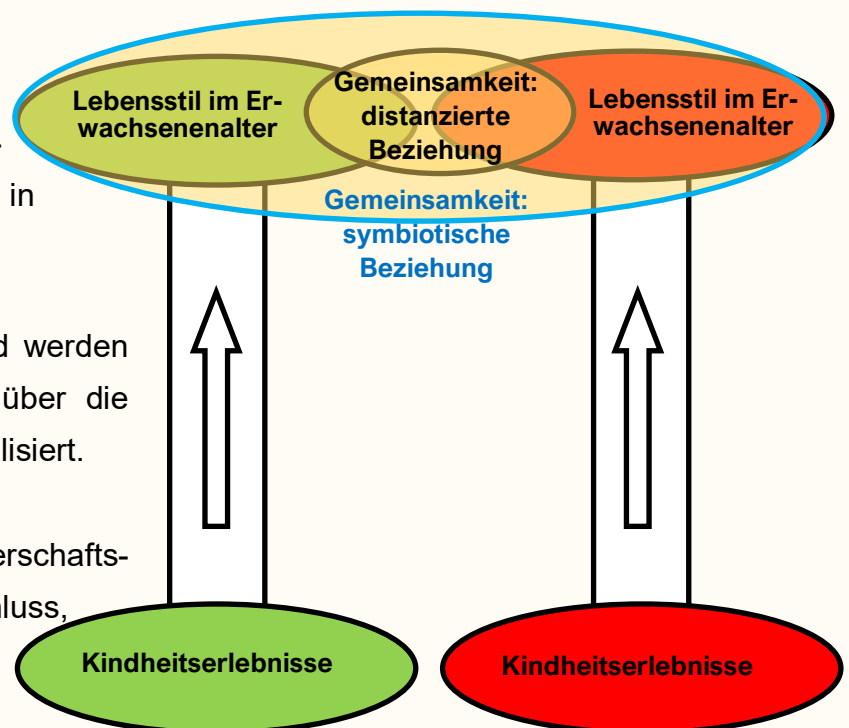
### Schwellensituationen

Erste ernsthafte Beziehung, Partnerschaftsversuche, Berufsfindung, Schulabschluss, Lernfähigkeit und Prüfungen, Pubertät und Zugang zur Weiblichkeit und Männlichkeit, Aufklärung usw.

### Kindheitsbedingungen

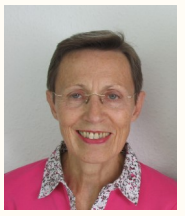
Atmosphäre in der Familie, Geschwisterposition, Krankheiten, Tod, Unfälle, Trennung, Traumata, Komplikationen in der Schwangerschaft und bei der Geburt, Situation der Eltern beim Kinderwunsch, Verhältnis zu Großeltern usw.

Wir fragen: Welche Probleme oder Konflikte tauchen in einer Beziehung immer wieder auf? Wie werden diese ausgelöst? Finden gegenseitige, unbewusste Retraumatisierungen statt? Wie sind diese lebensgeschichtlich verankert?





Dr. phil. Günter Weier - Psychologischer Psychotherapeut  
Dr. phil. Bärbel Smikalla-Weier - Heilpraktikerin für Psychotherapie  
Wünsdorfer Str. 32 - 12307 Berlin-Lichtenrade  
Email: [ptpraxis@alice.de](mailto:ptpraxis@alice.de) — [smikalla-weier@t-online.de](mailto:smikalla-weier@t-online.de)  
Website: [www.psychotherapie-lichtenrade.de](http://www.psychotherapie-lichtenrade.de)



Grundlegende Vorbereitungen auf das Leben und auf Paarbeziehungen finden in der Kindheit und Jugend statt. Dabei geht es um Gesprächsfähigkeit, zuhören können, um Liebesfähigkeit, Freundschaft, um überpersönliche Interessen und ab der Jugendzeit um Sexualität.

## Termine und Vorgehensweise

19. und 20. März 2022

04. und 05. Juni 2022

Zeiteinteilung für beide Wochenenden

### Samstag

von 09:30 bis 13:00 und 14:00 bis ca. 17:30

### Sonntag

10:00 bis ca. 14:00

Wir möchten eine Gruppe für beide Wochenenden von drei Paaren und zwei Einzelpersonen zusammenstellen.

An den beiden Samstagen soll eine sprachliche Annäherung an die Entstehungsbedingungen der Grundmuster und ihre Auswirkungen auf die Paarbeziehung erfolgen. Als Einleitung referieren wir kurz über ein ausgewähltes Thema, zum Beispiel: Projektionen auf den Partner, sprechen und zuhören, geben und nehmen, gelten und gelten lassen, Riesenerwartungen, den anderen retten wollen usw.

Auch Körperwahrnehmungsübungen können stattfinden.

Innerhalb der beiden Wochenenden erhält jede Teilnehmerin, jeder Teilnehmer eine Struktur. Paare können ihre Strukturen hintereinander nehmen, um sich anschließend über die eigenen unbewussten Muster auszutauschen.

Wir führen die Seminare nach strengen Corona-Sicherheitsregeln durch, da wir auch Körperarbeit anbieten. Einzelheiten werden noch mitgeteilt.