

YHTEINEN MATKA - PARISUHDEKURSSI

Helsingin Käpylässä 27.-28.9 ja 25.-26.10 sekä 8.-9.11.2014.

Kurssi koostuu kolmesta viikonlopusta, kouluttajina valokuvaaja ja ratkaisukeskeinen työnohjaaja Leena Louhivaara, psykosynteesterapeutti Christel Abborre ja stressivalmentaja Jukka Harmainen.

Päivittäinen työskentelyaika 9:00 - 12:00 ja 13 - 16:30. Lounastauko 12 - 13 omakustannushintaan läheisessä ravintolassa.

OMAKUVA PARISUHTEESSA -työskentelyssä tutkitaan omaa minää valokuvan keinoin. Kuka oikeasti olen? Miten kohtaan puolisoni tässä ja nyt? Uskallanko astua epämukavuusalueelle? Jos uskallan, miten ajattelen sen muuttavan vuorovaikutustani puolisoni kanssa?

Valokuvaaja ja ratkaisukeskeinen työnohjaaja Leena Louhivaara

”KASVETAAN YHDESSÄ” psykosynteessin avulla. Kuka olen, mitä haluan sekä miten nämä toteutuvat parisuhteessa? Toimimme vanhojen opittujen ja perittyjen käyttäytymismallien mukaan silloinkin kun ne eivät toimi tyydyttävästi. Miksi, ja voiko sille mitään? Vastaus on kyllä - tervetuloa tutkimusmatkalle!

Tärkein suhde on oma suhde itseensä, kun tämä suhde toimii, voimme solmia toimivia suhteita myös muihin. Kurssin tavoitteena on oppia ymmärtämään ja hyväksymään sekä itsesi, että kumppanisi. Saat käytännöllisiä ja konkreettisia työkaluja itsesi ja suhteenne kehittämiseen.

Psykosynteesterapeutti Christel Abborre

”SAMASSA VENEESSÄ” stressinhallinnan keinoin. Maailma näyttää muuttuneen entistä hankalammaksi. Meiltä odotetaan enemmän töissä, kotona ja harrastuksissa. Rimaa on nostettu jatkuvasti ja vaatimukset ovat lähes epäinhimillisiä. Suhteen vaalimiseen ei tunnu riittävän aikaa.

Minun tavoitteeni on auttaa teitä rentoutumaan ja irtaantumaan stressistä HeartMath -menetelmän ja harjoitusten avulla, jotta mielenne olisi mahdollisimman avoin hedelmälliselle kasvulle ja yhteiselle kehitykselle.

Stressivalmentaja Jukka Harmainen

Mikä teidät saisi osallistumaan tähän kurssiin? Ehkä..

- .. tarpeenne eivät kohtaa,
- .. parisuhteessanne on kriisi,
- .. haluatte saada väljähtynyt parisuhteenne toimimaan tai hyvä suhteenne loistavaksi,
- .. haluatte oppia ottamaan ja antamaan tilaa,
- .. teillä on jokin yksittäinen ongelma,
- .. mietitte ollako yhdessä vai ei,
- .. puntaroitte onko suhteen jatkamiselle ja hyvälle parisuhteelle enää edellytyksiä,
- .. haette apua siihen kuinka erota oikein.