Kursleitung



Moti Lina Strümper

Sozialpädagogin, Schwerpunkt Psychiatrie, ausgebildet in Körper- und Psychotherapie, u.a. bei Dr. Thomas Trobe, USA in Co-Dependency und „Arbeit mit dem Inneren Kind“.

www.beziehungs-seminare.de
lina.struemper@beziehungs-seminare.de



Sharan Thomas Gärtner

Männercoach, Jahrestrainings, Seminare, Einzel- und Paar-Coaching. Seminararbeit für eine neue Liebeskultur zwischen Mann und Frau, dreifacher Vater.

www.liebe-zum-mannsein.de
www.maennlichkeit-leben.com
www.initiation-mannsein.de

Kursort

Seminarhaus Parimal bei Göttingen
www.parimal.de

Kursgebühr pro Seminar

390 € / Paare: 360 € pro Person
Bei Teilnahme am gesamten Jahrestraining:
pro Seminar: 360 € / Paare: 330 € pro Person
jeweils zzgl. U&V

Info und Anmeldung

www.liebe-ist-lernbar.de
Sharan: 0173 - 606 3794
Lina Moti: 0172 - 933 84 44
Veranstalter: GbR Strümper und Gärtner
Gustav-Heinemann-Str.73, 50226 Frechen-Königsdorf

Methoden unserer Arbeit

www.liebe-ist-lernbar.de/jahrestraining-2027

Jahrestraining
Liebe ist lernbar 2027

25.–28. März 2027
Verbindung mit dem Inneren Kind

03.–06. Juni 2027
Scham und Schock, Gefühle ausdrücken

19.–22. August 2027
Sexualität und Liebe

07.–10. Oktober 2027
Potentialentfaltung
und erfüllende Beziehungen



Die Seminare können auch
einzeln besucht werden.
Als **Jahrestraining** unterstützen
sie Dich in besonderer Weise,
Deine neuen Erfahrungen in den Alltag zu
bringen und Deine Liebe und Dein Potenzial
in Deinem Leben zu verwirklichen.

Mit Treffen im Frauen- bzw. Männerkreis

Bilder: Titelbild mit Schmetterling: © Floydine/fotolia.com, Wald: © Inga Nielsen/fotolia.com, Vater hüpft mit Sohn: © Focus Pocus LTD/fotolia.com



Wege für erfüllende Beziehungen
Arbeit mit dem „inneren Kind”

Seminare Jahrestraining

25.–28. März 2027
03.–06. Juni 2027
19.–22. August 2027
07.–10. Oktober 2027

Seminarhaus Parimal bei Göttingen

www.liebe-ist-lernbar.de

mit Moti Lina Strümper und
Sharan Thomas Gärtner

Liebe kann man lernen

In unseren Beziehungen kommen wir in Kontakt mit Enttäuschungen und Verletzungen, die von unerfüllten Bedürfnissen stammen, die wir als Kind hatten.



Die Wurzeln und Quelle der Konflikte und Schwierigkeiten in Beziehungen sind:

- Scham (Gefühle von Wertlosigkeit und Sich-Schuldig fühlen)
- Schock (Erfahrungen von körperlichen, emotionalen oder sexuellen Grenzverletzungen)
- die Angst vor Nähe und die Angst vor Verlassenwerden

Der sanfte und effektive Ansatz unserer Arbeit ermöglicht Dir den Zugang zu den Wurzeln von Ängsten und Scham.

In einer Atmosphäre ohne Druck und Konfrontation wird behutsam Raum geschaffen für die Verbindung mit dem verletzlichen Teil in uns, dem "inneren Kind". So kannst Du Dich selbst annehmen auch mit deinen Unsicherheiten und Ängsten. Du kannst aufhören zu glauben, dass Du ungenügend und fehlerhaft bist, und beginnen, Dich selbst wertzuschätzen dafür, wer Du bist. Und Du kannst tiefe Liebe und Intimität in Deinem Leben haben – sowohl mit Dir selbst als auch mit anderen.

Verbindung mit dem Inneren Kind

25.–28. März 2027

Verletzlichkeit macht stark und ist der Schlüssel zu Freude, Intimität, Liebe und Selbstvertrauen. Scham entsteht aus Bewertung und überdeckt unser essentielles Wesen. Mitgefühl mit uns selbst hilft uns, an Stelle der Stimmen des „inneren Richters" Selbstwert und Würde zu entwickeln. Die Verbindung zu den Botschaften des Körpers gibt mehr Sicherheit im Umgang mit Nähe.

- Co-Abhängigkeit und das Innere Kind
- Die Angst vor Nähe und vor Verlassenwerden
- Körperbotschaften
- Scham und Innere-Richter-Stimmen

Scham und Schock, Gefühle ausdrücken

03.–06. Juni 2027

Der Weg zu uns selbst führt durch die Trauer, die Wut und die Ängste hindurch, die in uns durch Beschämungen und Schock-Erfahrungen in unserer Kindheit entstanden sind. Cool und angstfreisein ist ein alter Schutz, der uns nicht mehr dient. Die Wertschätzung unserer Verletzlichkeit ist wie ein Schatz mit enormer Kraft. Wir lernen, die Kraft der Wut zu nutzen, um gesunde Grenzen zu setzen.

- Erfahrungen von Scham und Schock
- Ängste und Unsicherheit wertschätzen
- Konstruktiver Umgang mit Wut
- Abgrenzung lernen

Sexualität und Liebe

19.–22. August 2027

Wie wirken sich die Verletzungen des inneren Kindes auf das sexuelle Erleben aus? Eine liebevolle Verbindung mit uns selbst, Werkzeuge für gelingende Mann-Frau-Kommunikation und emotionale Erfahrung und Wissen darüber, was geschieht, wenn Sex intim wird, sind Schlüssel für die Verbindung von Sex und Liebe.

- Die eigenen Bedürfnisse erforschen
- Grundlagen bewusster Kommunikation
- Sexualität und Liebe verbinden
- Das innere Kind im Alltag beschützen

Potentialentfaltung und Erfüllende Beziehungen

07.–10. Oktober 2027

Wir lernen, unseren eigenen Gefühlen, Gedanken und unserer Intuition zu vertrauen. Das gibt uns die Kraft, in unseren Beziehungen Risiken einzugehen, ehrlich zu sein, unsere Verletzlichkeit zu zeigen und mit Respekt unsere Bedürfnisse auszudrücken. So wachsen wir in unser reifes Mann- und Frau-Sein und können gesunde Beziehungen führen.

- Potentialentfaltung in Partnerschaft und Beruf
- Ressourcen erforschen
- Selbstbestimmt und lebendig leben