



## Seminar & Weiterbildung für Paare & Fachkräfte

Beziehungsprobleme entzünden sich häufig an sexuellen Konflikten. Betrachtet man die sexuellen Schwierigkeiten, spiegelt sich darin immer auch die Beziehungsdynamik. Sexuelle Störungen und Probleme in der Partnerschaft hängen unmittelbar zusammen und bedingen einander. Wird also der Fokus auf die Sexualität gelenkt und dort geheilt, trägt dies zum Wachstum der gesamten Persönlichkeit und zur Stabilisierung der Partnerschaft bei.

Der spezielle SeminarKurs **HEROTIK** verknüpft deswegen beide Aspekte und will weder sexuelle Funktionsstörungen in den Mittelpunkt stellen, noch die Kommunikation des Paares verbessern. In diesem SeminarKurs geht es u.a. um den Differenzierungsansatz nach David Schnarch, die integrale Psychotherapie nach Ken Wilber, tiefenpsychologisch fundierte Zugänge, die Heilung schwieriger Emotionen und Kindheitstraumata sowie körperorientierte Methoden nach Alexander Lowen (Bioenergetik). Wichtig ist der Aspekt der Prophylaxe, da Paakonflikte, hochstreitbare Trennungen und sexuelles Leiden ein hohes Krankheitspotenzial in sich bergen und einen enormen Einfluss nehmen auf die nachfolgenden Generationen, die in diesen Beziehungen heranwachsen.

Ausgehend von der humanistischen Psychologie, der Körperpsychotherapie, der Neurobiologie und Emotionstheorie geht der Ansatz **HEROTIK** von einem Konzept des Wachstums, der Entwicklung und Heilung innerhalb einer Partnerschaft aus. Die Beziehungswürde des Individuums, die Bewusstseinsstufen und Beziehungsebenen in der Partnerschaft sind Ausgangspunkt und verdeutlichen zugleich die Haltung bei der Begleitung von Paaren in Krisen- und Konfliktsituationen.

Der SeminarKurs **HEROTIK** richtet sich an Paare und zugleich an Berufsgruppen, die mit Paaren und Einzelpersonen mit Beziehungsstörung arbeiten. Nach Abschluss der Weiterbildung erhalten die Teilnehmenden die Möglichkeit der Zertifizierung mit dem Abschluss in Paar- und Sexualberatung.

## Aufbau des Seminarkurses **HEROTIK II:**

Der SeminarKurs erstreckt sich über 6 Wochenenden, die in 6 Module unterteilt sind. Das Wochenende umfasst folgende Zeiteinheiten:

<b>Freitag:</b>	17.00 Uhr bis 18.30 Uhr (Pause 18.30 – 20 Uhr), 20 Uhr bis 22 Uhr
<b>Samstag:</b>	09.30 Uhr bis 12.30 Uhr (Pause 12.30 – 14 Uhr), 17.00 Uhr bis 18.30 Uhr (Pause 18.30 – 20 Uhr), 20 Uhr bis 22 Uhr
<b>Sonntag:</b>	09.30 Uhr bis 13.00 Uhr

### Termine

Intro:	20.-22.05.16
Modul 1:	17.-19.06.16
Modul 2:	02.-04.09.16
Modul 3:	28.-30.10.16
Modul 4:	06.-08.01.17
Modul 5:	17.-19.03.17
Modul 6:	21.-22.04.17

### Methodik

Der SeminarKurs berücksichtigt die individuellen Hintergründe der Paare und teilnehmenden Fachkräfte. Die Einheiten folgen einem anregenden Wechsel von Aufnahmen, Reflektieren, Zusammenfassen und Wiedergeben. Es werden Vorträge gehalten, Gruppenarbeit angeboten, schriftliche Übungen und selbsterfahrungs-orientierte Selbstreflexionen durchgeführt. Die Teilnehmenden sehen Filme, hören Audio-Beiträge, lesen Literatur-Skripte, erschließen Dynamiken in Familienaufstellungen und erproben völlig neue Beziehungserfahrungen. Die Vermittlung erfolgt mal in der Einzelarbeit, mal in der Männer-Frauen-Trennung, mal im Plenum oder viel in der paarweisen Erarbeitung.

#### **Modul 1: „Sex und Liebe von belastenden Emotionen befreien“**

Emotionen wie Negativität, Härte und Unzufriedenheit belasten die Liebe. Diese Emotionen blockieren die Freude am Leben und am gemeinsamen Kontakt. Deswegen: Raus aus der Krise, rein in die Verantwortung. Wir setzen uns auf drei Ebenen mit der Auflösung emotionalen Unbehagens auseinander:

1. Körperebene: Die Brücke zum Hier und Jetzt
2. Verstandesebene: Gedanken zur Ruhe bringen
3. Emotionsebene: Lauschen nach innen, statt Ausdruck nach außen

Wir erkennen emotionale Wunden, entschlüsseln emotionale Muster, verstehen den Ursprung emotionalen Reagierens und verstehen, warum konventioneller Sex eher emotional auflädt als Spannungen abbaut. Wir lernen die 5 goldenen Regeln zur Auflösung des emotionalen Unbehagens und werden hierdurch frei für die „wahrhafte Liebe“.

#### **Modul 2: „Umgang mit Lust und Frust – der Differenzierungsansatz“**

Vielen Paarkonflikten liegen Verschmelzungsphantasien zugrunde. Differenzierung ist die Fähigkeit, im engen emotionalen und körperlichen Kontakt ein stabiles Selbstgefühl zu wahren, insbesondere wenn die Liebespartner einander immer wichtiger werden. Wenn die Paarbeziehung ihre volle Dynamik entfaltet, fühlen wir uns oft in größter Bedrängnis. Je mehr wir emotional ineinander verstrickt sind, desto eher werden wir dazu neigen, den Partner mit

einem radikalen Entweder-Oder zu konfrontieren. In diesem Modul lernen wir die vier Punkte der Balance (Selbsthalt, Beharrlichkeit, Verbindungsfähigkeit, Leidenskompetenz) und die Chancen und Möglichkeiten der sexuellen Feuerprobe kennen. Im Vorfeld empfiehlt sich die Lektüre der beiden Bücher von David Schnarch (Psychologie der sexuellen Leidenschaft, Intimität und Verlangen).

### **Modul 3: „Traum(a)paare – Beziehungswunden der Kindheit heilen“**

Ein Drittel bis die Hälfte der Paare, die eine Paartherapie oder -beratung aufsuchen, hatten in ihrer Kindheit traumatische Erlebnisse. Frühe Bindungs- und Beziehungstraumata, Missbrauch, Vernachlässigung, Misshandlung, Tod, Verlust, schwere Krankheiten, psychische Gewalt, Armut, psychische Störungen der Eltern führen oftmals zu posttraumatischen Belastungsreaktionen, Borderlinestörungen oder/und zu einem desorganisierten Bindungsstil. Nahezu in jeder Lebensgeschichte finden sich Erfahrungen, die traumatisch waren, jedoch als solche nicht erkannt werden. Da ein nicht verarbeitetes Trauma eine hirnhysiologisch erklär- und nachweisbare Stressverarbeitungsstörung ist, treten die TraumaSymptome und der TraumaZustand (Hyperarousel) vor allem bei Konfliktsituationen in Paarbeziehungen und besonders in der Sexualität auf. Dieses Modul trägt dazu bei, dass Partnerschaft und sexuelle Begegnung auch nach verletzenden Kindheitserfahrungen gelingt.

### **Modul 4: „Hemmungen, Schatten & Co – die Dynamik des Liebespaares“**

Beziehungsprobleme drücken sich oft in einer „Sexualstörung“ aus. Wirkliche Nähe und lustvolle Sexualität kann nur dann zwischen zwei Menschen entstehen, wenn jeder die Begegnung mit dem Gegenüber ertragen kann und die eigene Verletzlichkeit und die des anderen zugelassen werden kann. Eine gestörte Sexualität kann als ein Symptom gemeinsamer Abwehr von Ängsten betrachtet werden. Die „Störung“ hat dann die Funktion, Leiden in Form von Kompromissbildung zum Ausdruck zu bringen. In diesem Modul lösen wir 5 hemmende Grundkonflikte auf und verwandeln diese in Wachstumsfaktoren. Wir widmen uns der „Quasi-Bühne“ bei Paarkonflikten, erfahren bioenergetische Interventionen zur Befreiung der sexuellen Energie und erschließen die **HERON**-Beziehungs-Dynamik.

### **Modul 5: „Die 7 Schlüssel der neuen Sexualität“**

Die wenigsten Paare wissen, wie man körperlich liebt. Die Frau leidet darunter, dass der Mann sie körperlich nicht erreichen kann. Dies führt zu emotionalem Ungleichgewicht bei der Frau. Der Mann leidet darunter, dass er die sexuelle Kontrolle über sich verloren hat. Dies führt bei ihm zu oberflächlicher sexueller Abfuhr oder der Ablenkung durch Arbeit und Hobbys. Die Frau fühlt sich vernachlässigt und zeigt ihre Enttäuschung. In diesem Modul geht es um die 7 Schlüssel der neuen Sexualität: Verabredung, Vorbereitung, Begegnung, Verbindung, Entwicklung, Heilung, Reflexion. Wir lernen viel über eine neue Sexualität in Theorie und Praxis (Barry Long, SoulSex von Eva-Maria Zurhorst, SlowSex von Diana Richardsen, Film „Bliss“). Jedoch gibt es weder seelischen noch körperlichen Striptease. Sie erfahren die Gesetzmäßigkeiten wahrhafter körperlicher Liebe: Beharrlichkeit, Häufigkeit, Unabhängigkeit, Zugewandtheit und Selbstliebe

### **Modul 6: „Bewusstseinsstufen in Partnerschaft und Sexualität“**

Während Menschen unterhalb eines hohen Bewusstseinsgrades auf Stress, Streit oder Druck mit Abwehr, Angriff oder Rückzug reagieren, neigen bewusste Menschen dazu, anderen Menschen ihre eigenen Werte und Ansichten zu lassen. Die Position, die ein bewusster Mensch gegenüber anderen einnimmt, ist die der Beobachtung, des Darüberstehens und der Synthese aller bereits integrierten Entwicklungszyklen. Wertungen und Urteile sind überwunden, Negativität und Zweifel transformiert. Innere Werte des Seins, der Hingabe, der

Weisheit, des Mitgefühls und der Wertschätzung lösen äußere Umstände, wie die Welt der Materie, der Bedürfnisse und des Status ab. Es wird eine tägliche Praxis von Reflexion, Innenschau, Verwandlung von Negativität in Konstruktivität sowie emotionale Besinnung auf Intuition und Herz-Energie gepflegt. Jede Stufe geht auch einher mit einer ganz bestimmten Sexualität: Unterdrückung, Triebbefriedigung, Alltagssex, Liebesakt, Transformationssex.

### Ort: Odenwald-Institut

Die Kosten für Übernachtung und Verpflegung rechnet das Odenwald-Institut direkt mit Ihnen ab. Bei Beginn der Weiterbildung wird das Zimmer vom Aufwind-Institut gebucht. Änderungen, Absagen und Ausfälle sprechen Sie bitte mit dem Odenwald-Institut ab. Für Ausfallkosten gegenüber dem Odenwald-Institut haftet das Aufwind-Institut nicht.

### Kosten und Zahlweise

Der gesamte SeminarKurs **HEROTIK** umfasst 6 Module und ein Intro. Das Intro kostet 320,- Euro. Es sollte auf jeden Fall besucht werden.

Die 6 Module werden als Gesamtkurs gebucht. So belaufen sich die Kosten des gesamten Jahrestrainings auf 1.920,- Euro pro Person.

Bei Vorabzahlung des gesamten Betrages verringert sich die Gebühr auf 1.800,- Euro pro Person. Es ist zudem möglich, den SeminarKurs in 18 Raten als Dauerauftrag von 120,- Euro pro Person.

### Ausfälle und Quereinstieg

Wenn Sie ein Modul absagen müssen, entfallen dennoch die Kosten des gesamten SeminarKurses. Sie können *ein* ausgefallenes Modul (= Ersatzmodul) zu einer anderen Gelegenheit kostenfrei nachholen. Wenn Sie mehrere Module ausfallen lassen mussten, entfallen die Kosten für jedes weitere nachzugeholende Modul in Höhe von 320,- Euro.

Wenn Sie mitten im Jahreskurs als Quereinsteiger dazugekommen sind, bezahlen Sie ab dem Zeitpunkt des neuen Kurses nur die Module, die Sie abzüglich des Ersatzmoduls versäumt haben (gezahlt wird ab Ihrem Einstieg in der Kurs).

### Herotik-Lizenz

Wenn Sie an der Lizenz **HEROTIK-Paar- und Sexualtherapie** interessiert sind, melden Sie sich bitte separat mit ihren Unterlagen an. Die Lizenz-Bedingungen werden in der Weiterbildung Herotik besprochen. Die separaten Kosten für die Lizenz stellen sich wie folgt zusammen:

Kosten für die Lizenzierung	320,- Euro (2 Paarprotokolle)
Kosten für die Theorie (Online-Kurs „Krisen beenden in 10 Schritten):	395, Euro
Anmeldung zur Lizenz mit allen Unterlagen	100,- Euro
2 Supervisionsstunden	250,- Euro

Ein Nachweis über Supervision und Selbsterfahrung von insgesamt 30 Stunden muss für die Lizenzierung erbracht werden.

## Leitung und Konzeption des SeminarKurses **HEROTIK:**



- Paar-, Sexual- und Traumatherapeutin (seit 1995)
- tiefenpsychologisch fundierte Körpertherapeutin (Zertifikat IIBA USA)
- Zertifizierte Sexualtherapeutin (DGfS)
- Wissenschaftlerin und Privatdozentin
- Supervisorin/Coaching
- Diplom-Erziehungswissenschaftlerin
- Zertifiziertes Institut der DeGPT
- HPG Psychotherapie

## Anmeldung

	Frau	Herr
Vorname & Name		
Beruf		
Straße & Hausnummer		
Postleitzahl & Ort		
Telefon		
Mobil		
Email-Adresse		
<b>Zahlweise:</b>	Überweisung Lastschrift: IBAN: ..... Ratenzahlung 18 x 120,- Euro	
<b>Kosten:</b>	<b>pro Person pro Wochenende 320,- Euro zzgl. Ü/V</b> <b>Raumkosten ca 30,- Euro pro Person</b>	

**Diese Regelungen sind Bestandteil der gemeinsamen Arbeit, damit sind wir/ bin ich einverstanden:**

.....

Ort, Datum