

**Fit für Beziehung! – Raum schaffen für die Liebe (OUC 01)**

04.05. - 11.05.2019

Dies ist ein Workshop für Solisten, die gerne mal wieder im Duett spielen würden - aber auch für Menschen, die schon im Duett spielen und ihre Beziehungskompetenz unabhängig von ihrem Partner vertiefen möchten.

In den letzten 15 Jahren habe ich als Paartherapeut mit Hunderten von Krisenbeziehungen gearbeitet. Nach und nach ist mir klar geworden, welche Kernkompetenz es auf Seiten beider Partner braucht, um Beziehung so leben zu können, wie wir es uns heute wünschen – basierend auf Gleichberechtigung, Verlässlichkeit und ausreichend Raum für die individuelle Entfaltung beider Partner. Ohne diese Kernkompetenz wird es schwierig, innerhalb der Beziehung mit unserer Individualität – sprich Andersartigkeit und Unterschiedlichkeit - umgehen zu können. Dann passiert das, was wir wahrscheinlich schon erlebt haben: wir zermürben uns in nichtigen Auseinandersetzungen, die kein Ende nehmen wollen, oder wir erstarren in Leblosigkeit, Routine und emotionaler Distanz. Irgendwann flüchtet einer der Partner aus der Beziehung, die doch so viel Potenzial hatte, und wir hoffen, dass beim nächsten Mal alles anders wird. Aber von selbst wird nichts anders! In diesem Workshop wollen wir daher Raum schaffen, um Liebe besser leben zu können. Wir wollen erforschen und verstehen, was die Kernkompetenz ist und wie wir sie uns ganz unabhängig von Partnerschaft erschließen können. Mal spielerisch leicht, mal meditativ, mal kreativ entwickeln wir unsere ganz persönliche Vorbereitung auf die nächste Beziehung – oder für die kommenden Herausforderungen in unserer Beziehung. Denn wer sein Instrument beherrscht, wird auch die schwierigen Passagen im gemeinsamen Konzert besser meistern können ...

Kurszeit: ca. 5 Std./Tag

Preis: € 730

**Uwe Krist**



studierte Germanistik, Philosophie und Psychologie. Nach einigen Jahren in der Wirtschaft und als selbständiger Unternehmer fand er sein eigentliches Herzensanliegen: die therapeutische Arbeit mit Bindungen und Beziehungen. Seit über 12 Jahren arbeitet er als spezialisierter Paartherapeut in Köln. In dieser Zeit hat er einige Hundert Paare begleitet und Ihnen geholfen, neue Wege in ihren Beziehungen zu gehen. In letzter Zeit beschäftigt er sich zunehmend mit der Frage, wie man Erkenntnisse aus der Paartherapie nutzen kann, um Menschen zu helfen, sich auf Beziehung besser vorzubereiten.