



**Praxis für**

**Systemische Therapie und Traumabarbeitung  
für Einzelpersonen, Paare und Familien**

**Eva-Maria Gebert-Riess**

DGSF zertifizierte Systemische Therapeutin,  
Traumafachberaterin, Heilpraktikerin

Tel.: 0162 - 612 09 96 / [www.praxis-gebert-riess.de](http://www.praxis-gebert-riess.de)

---

## **Paarseminar:**

### **„Den Machtkämpfen die Macht nehmen!“**

Zusammenwachsen bedeutet zu sich selbst zu stehen und sich in seiner Individualität gemeinsam als Paar zu begegnen. Autonomie und Verbundenheit sind kein Widerspruch, sondern menschliche Grundbedürfnisse und bedingen sich wechselseitig. Vor allem in unserer Paarbeziehung kommen wir mit unseren früheren Verletzungen in Bezug auf Bindung und Autonomie in Kontakt. Aus einem ursprünglich klärendem Gespräch wird deshalb ein eskalierender Streit, das Resultat ist ein Teufelskreis, an dessen Ende Rückzug, sich unverstanden fühlen und Verletzungen stehen.

Was können wir als Paar tun, um zu verstehen, wie frühere Erfahrungen und grundlegende Bedürfnisse uns in einer Konfliktspirale gefangen halten und wie wir uns daraus befreien können? Wie können wir unterschiedlich verteilte Kräfte und Ressourcen innerhalb einer Paarbeziehung ins Gleichgewicht bringen, um die tragenden Säulen der Paarbeziehung zu festigen?

In diesem Seminar erfahren Sie was es braucht um gelassener, akzeptierender und wohlwollender mit dem Anderen, aber auch mit sich selbst, umzugehen. So findet wieder mehr Freude und Leichtigkeit Platz in Ihrer Paarbeziehung und lässt Sie am Ende des Seminars gestärkt und miteinander verbunden nach Hause gehen.

Erleben Sie:

- welche die tragenden Säulen einer Paarbeziehung sind und wie diesbezüglich die Kräfte innerhalb Ihrer Paarbeziehung verteilt sind,
- wie Ihre Biographie in Ihre Paarbeziehung hineinwirkt und wie Sie diese Paarsäulen ebenbürtig ins Gleichgewicht bringen,
- welche Konfliktdynamiken entstehen, wie frühere Erfahrungen sowie Denk- und Verhaltensmuster aus dem Herkunftssystem Sie in eine Konfliktspirale treiben und emotionale Distanz verursachen,
- wie Sie Ihren Machtkämpfen die Macht nehmen,
- wieso Sie sich ineinander verliebt haben,
- wie Sie Ihre vorhandenen Paarressourcen aktivieren und stärken,
- wie Sie unterscheiden, was zu Ihnen und was zu Ihrem Partner / Ihrer Partnerin gehört, für die eigenen Gefühle die Verantwortung zu übernehmen, und Ihrem Partner / Ihrer Partnerin die Verantwortung für sich zuzugestehen,
- sich gegenseitig ein Stück weit zu verzeihen und versöhnlicher miteinander umzugehen



## Praxis für

### Systemische Therapie und Traumabarbeitung für Einzelpersonen, Paare und Familien

**Eva-Maria Gebert-Riess**

DGSF zertifizierte Systemische Therapeutin,  
Traumafachberaterin, Heilpraktikerin

Tel.: 0162 - 612 09 96 / [www.praxis-gebert-riess.de](http://www.praxis-gebert-riess.de)

---

#### Seminarablauf:

Samstag 26. November 2022 von 10:00 – 18:00 Uhr

Sonntag 27. November 2022 von 10:00 – 16:00 Uhr

Wir arbeiten im Wechsel mit Vorträgen, Paarübungen und gemeinsamen Austausch in der Gruppe, ergänzt durch achtsame sowie aktivierende Körperübungen.

#### Seminarleitung:

Als Seminarleitung erleben Sie ein Paar, das auch im wirklichen Leben ein Paar ist, und Ihnen daher die Möglichkeit bietet einen authentischen weiblichen, als auch männlichen Blick, auf die alltäglichen Herausforderungen in der Paarbeziehung zu erleben.



#### Eva-Maria Gebert-Riess

DGSF zertifizierte Systemische Therapeutin,  
Traumafachberaterin, Heilpraktikerin,  
Stresspräventionstrainerin

#### Thomas Riess

Zertifizierter Mediator und Wirtschaftsmediator,  
Motivationstrainer, Business Coach, Change  
Management Consultant

**Zielgruppe:** Alle Paare (max. 5 Paare)

**Seminarort:** Praxis für Systemische Therapie, Roseggerstr. 57, 85521 Ottobrunn

**Seminarkosten:** € 219 pro Person

#### Anmeldung:

Nur paarweise über die Internetseite [www.praxis-gebert-riess.de](http://www.praxis-gebert-riess.de), per Mail an [info@praxis-gebert-riess.de](mailto:info@praxis-gebert-riess.de) oder telefonisch unter 0162 612 09 96.