



## HEIKE ALBERT-RAJSKI UND IRIS MÜLLER-FRIEGE

seit 2002 in gemeinsamer Praxis  
Einzeltherapie • Paartherapie • Gruppentherapie •  
Generationendialog • Supervision

### HEIKE ALBERT-RAJSKI

Jg. 1961, verheiratet, einen Sohn

Dipl. Pädagogin • Heilpraktikerin für Psychotherapie •  
Tiefenpsychologische Körpertherapeutin •  
Emotionsfokussierte Paartherapeutin (EFT)

### IRIS MÜLLER-FRIEGE

Jg. 1961, verheiratet, einen Sohn, eine Tochter

Pfarrerin • Heilpraktikerin für Psychotherapie •  
Tiefenpsychologische Körpertherapeutin • Seelsorgerin  
am LVR- Klinikum Essen für Psychiatrie und Psychotherapie •  
Weiterbildung in Emotionsfokussierter Paartherapie (EFT) •  
Weiterbildungen in klinischer Seelsorge (KSA)

#### TERMINE, ORT UND KOSTEN

Das Paarseminar beginnt am Freitag um 17.00 Uhr  
und endet am Sonntag um 14.00 Uhr.

Die aktuellen Termine, Ort und Kosten entnehmen Sie bitte  
dem Beileger und unserer Webseite.

#### INFO UND KONTAKTDATEN

Heike Albert-Rajski, Telefon: 0234 9270035  
Iris Müller-Friege, Telefon: 0208 7510502

info@koerpertherapie-bochum.de  
[www.koerpertherapie-ruhrgebiet.de](http://www.koerpertherapie-ruhrgebiet.de)

#### ANMELDUNG

Wir bitten um vorherige Kontaktaufnahme.  
Sprechen sie uns an oder senden Sie uns  
eine Email mit Ihrer Anfrage. Wir schicken  
Ihnen die Anmeldebögen zu.

# PAARSEMINAR

Emotionsfokussierte  
Paartherapie

GESPRÄCHE, DIE DIE LIEBE STÄRKEN  
EIN WEG ZU MEHR VERBUNDENHEIT

Es ist ein großes Glück ein Leben in Liebe miteinander zu teilen. Wir alle wünschen uns in der Partnerschaft Sicherheit, Nähe und Unterstützung. Dennoch geht uns oftmals die Verbindung zueinander verloren. Wir geraten in Streitigkeiten, greifen uns an, ziehen uns zurück und entfernen uns voneinander.

Wie können wir die Qualität der Partnerschaft neu beleben, stärken und vertiefen?



**IM MITTELPUNKT DES SEMINARS STEHEN AUF EINANDER AUFBAUENDE PAARGESPRÄCHE NACH DEM MODELL DER EMOTIONSFOKUSSIERTEN PAARTHERAPIE.**

**In diesem Seminar**

- erfahren Sie mehr über den tiefen Wert der Verbundenheit
- lernen Sie die eskalierenden Streitigkeiten, die Sie verletzen und frustrieren, zu stoppen
- finden Sie Zugang zu Ihren eigenen Motiven und Gefühlen
- erfahren Sie mehr über die innere Welt Ihres Partners / Ihrer Partnerin
- verstehen Sie, wie sich Ihre Art und Weise mit Konflikten umzugehen auf die Liebe und die Leidenschaft in der Beziehung auswirkt
- lernen Sie als Paar mit Verletzungen und Belastungen beziehungsförderlich umzugehen
- schaffen Sie die Basis für gemeinsames Wachstum und liebevolle Begegnung

**DIE EMOTIONSFOKUSSIERTE PAARTHERAPIE WURDE VON DR. SUE JOHNSON, INTERNATIONAL CENTER FOR EXCELLENCE IN EMOTIONALLY FOCUSED THERAPY (ICEEFT), UNIVERSITÄT OTTAWA, BEGRÜNDET.**

In der Gruppe führen wir Sie in die Grundgedanken der Emotionsfokussierten Paarthherapie ein.

Wir vermitteln Inhalte, die Ihnen helfen Paardynamiken besser zu verstehen.

Sie werden von uns anhand unterschiedlicher Medien auf die Paargespräche vorbereitet.

IHRE PRIVATSPHÄRE BLEIBT GEWAHRT.  
DIE PAARGESPRÄCHE FÜHREN SIE MIT IHRER PARTNERIN/ IHREM PARTNER ZU ZWEIT.

WIR BEGLEITEN UND UNTERSTÜTZEN SIE DABEI.

DIE ANZAHL DER TEILNEHMENDEN IST BEGRENZT  
AUF 4 – 6 PAARE.