irelease®
Akademie & Praxis für integrale Entwicklung



NARM in Beziehung – Impulssitzungen für Paare und andere nahe Beziehungen

Dynamiken klären, Verbindung neu beleben

In jeder langjährigen Beziehung kann es Phasen der Stagnation geben, in denen Kommunikation schwierig wird und man sich in wiederkehrenden Mustern verfängt. Oft liegen die Ursachen dafür tiefer als im aktuellen Konflikt: im unbewussten Festhalten an Identitätsverzerrungen (Selbstkonzepten) und in alten Bindungsstrategien, die wir in unsere Partnerschaft mitbringen.
Auf Basis des **Neuroaffektiven Beziehungsmodells (NARM®)** unterstütze ich Sie dabei, diese Dynamiken zu erkennen und neue Wahl- und Handlungsspielräume im Umgang mit sich selbst und der Partnerin/dem Partner zu entdecken.

Mein Angebot der **Impulssitzungen** ist bewusst kompakt gehalten (1-5 Sitzungen), um wirksame Impulse für die je eigene Weiterentwicklung und die Paarbeziehung zu ermöglichen, so dass Bewegung in festgefahrene Situationen kommen kann.

Was Sie in diesen Sitzungen erwartet:

- **Präsenz im Kontakt:** Wir erkunden gemeinsam, was Sie im gegenwärtigen Moment daran hindert, offen und verbunden mit sich selbst und miteinander zu sein.
- **Muster erkennen:** In diesem Erkundungsprozess werden häufig Muster im Umgang mit sich selbst und dem Gegenüber erkennbar, die zu Rückzug, emotionaler Distanzierung oder andauernden Konflikten führen. Oft handelt es

sich dabei um Beziehungs- und Überlebensstrategien, die wir in der Vergangenheit gelernt haben, um uns vor emotionalen Verletzungen, Hilflosigkeit oder Bindungsverlust zu schützen und die wir auf die heutige Situation bzw. Beziehung übertragen.

- **Neue Spielräume:** Durch das Verständnis und die wertschätzende Haltung von NARM in Bezug auf innerpsychische und beziehungsbezogene Dynamiken fördern wir größeres Mitgefühl, Verständnis und Selbstwirksamkeit im Umgang mit uns und anderen. So können für beide Partner/Partnerinnen neue Wahlmöglichkeiten im Umgang mit Wünschen und Bedürfnissen (eigene und die des Gegenübers) erlebbar werden und es kann eine größere Kapazität entstehen, aus der eigenen Mitte heraus wieder in einen nährenden Austausch zu treten.

Dieses Angebot richtet sich an Paare, die einen klaren Impuls von außen suchen, um die eigene Paarsituation zu reflektieren, Kommunikation neu zu gestalten und wieder mehr Lebendigkeit und Authentizität in ihre Beziehung einzuladen. Grundvoraussetzung ist auf beiden Seiten die Bereitschaft für Selbstwahrnehmung und Selbstreflexion, im Idealfall besteht ein Eigeninteresse an persönlicher Weiterentwicklung. Das Angebot kann **auch für andere Beziehungen** wie Elternteil/erwachsenes Kind, erwachsene Geschwister usw. genutzt werden.

Zeitlicher Rahmen und Kosten:
Ersttermin: 90 Minuten, 220 €
Folgetermine: 75 Minuten, 190 €

Kontakt:
irelease® Praxis, www.irelease.de
Tel. 05121- 9222 613
Email: mail@irelease.de

