

**Wil je elkaar écht ontdekken? Wil je (weer) plezier, aantrekkingskracht en intimiteit in je relatie voelen? Ben je nieuwsgierig wat er gebeurt wanneer je dit verlangen uitspreekt? Of verwacht je hierop een afwijzende reactie en trek je je bij voorbaat liever terug?**



**(Familie) Geschiedenis herhaalt zich**

Veel partners hebben van hun ouders 'geleerd' wat een relatie is, en hoe om te gaan met mannen of vrouwen. Dit kan gaan wringen in je relatie. Want deze familiepatronen zitten vaak een diepgaand en eerlijk contact tussen jullie in de weg.

**Tijd voor groei**

Met deze training ontdek je jezelf of partner opnieuw en creëer je de mogelijkheid om toe te groeien naar een hechte relatie. Respect voor ieders eigenheid, humor, intimiteit en persoonlijke ruimte staan in deze training voorop. We laten je ervaren hoe je weer verbinding kunt hebben met je partner over echt *alles!* Zonder angst, zonder uit contact te vliegen. Dus niet meer dichtklappen, oppotten of afstand houden. Waarvoor kies jij? De veilige, comfortabele, en aloude bekende weg? Of de avontuurlijke, onverwachte en inspirerende route?

**Doel van deze werkgroep**

Na deze training zijn jullie je bewust van de verschillen tussen mannen en vrouwen, en hebben handvatten om daarmee om te gaan. Ook hebben jullie dieper inzicht welke familiepatronen van invloed zijn (geweest). Na afloop stel je een intentieverklaring op voor de toekomst van je relatie.

**Programma:**

Tijdens een introductieavond lichten we onze werkwijze nader toe. De bijeenkomsten zijn iedere werkmaand van 19:00 tot 21:30. Je maakt kennis met de andere aspirant-deelnemers. Minimaal 8 en maximaal 16 deelnemers.

Avond 1: Kennismaking en onderzoek naar wat vrouwen willen en wat mannen willen.

Avond 2: Bewustzijnsoefeningen: "wat wil het kind in mij van de ander?"  
Onderzoek naar de familiepatronen en de invloed op je relatie.

Avond 3: Oefenen met afstand en nabijheid, ruimte en contact.

Avond 4: Intentieverklaring en afronding.

Avond 5: Extra optie: coaching voor samengestelde families



**Instroom:**

Iedere 6 weken -behalve in de grote vakantie- is er een introductiegroep. Deze kun je een of meerdere keren volgen, voordat je per kwartaal kunt instromen bij de werkgroep. Ook deze avonden starten om 19:30 uur en eindigen om 21:30 uur. De zaterdag ochtendgroepen zijn van 10:00 tot 12:00. Voor de data zie de agenda van: [www.praktijkcentrumcarnisse.nl](http://www.praktijkcentrumcarnisse.nl)

**Kosten:**

Introductie avond: 10€ p.p., werkgroep 20 € p.p. per avond. Bij betaling in een keer voor 4x zijn de kosten: € 70,00 (exclusief introductie).

**Voorbereiding:**

Het is prettig om makkelijk zittende kleding, sokken/sloffes en eventueel een waterflesje mee te nemen. Heb je nog vragen over dit programma? Neem dan contact op met een van ons.

**Begeleiders:**

*Praktijkhouders van GZC en Praktijkcentrum Carnisse.*

Marc Aarts  
Marina Fidder  
Wilma Polderman