

Imago

Imago Spiegel · eine Zeitschrift der Imago Akademie Österreich

Imago online – Paarworkshops zuhause

Sexualität – Lebendig Beziehung leben

Geschwister – Einfluss auf die Paardynamik

A photograph of two women from behind, holding hands and looking towards a bright sunset in a park. The woman on the left has curly hair and is wearing a blue top, while the woman on the right has straight hair and is wearing a mustard-colored top. The scene is bathed in warm, golden light.

GEMEINSAM
AUFBLÜHEN
MIT IMAGO



Liebe Mitglieder,
liebe Imago Interessierte!

„Ein Beischlaf löst noch lange nicht ein Mit-
einander-Verkehren aus.“ (M.G. Reisenberg)

Häufig ist die Klage von Männern zu hören, dass Frauen keinen oder nur selten Sex wollen, und umgekehrt von Frauen, dass Männer immer nur „das Eine“ wollen. Elisabeth Gatt-Iro und Stefan Gatt gehen in ihrem Artikel der Frage nach, warum die sexuelle Lust in länger dauernden Partnerschaften häufig erlahmt oder zum frustrierenden Machtkampf wird. Und sie zeigen Wege auf, wie sich das ändern lässt und in ein unverschämtes Glücklichein im Bett mündet! Sabine und Roland Bösel haben sich Gedanken gemacht, wie der Spagat zwischen Eltern sein und Paar bleiben zu schaffen ist. Denn auch Windeleimer und die Anwesenheit bei Elternsprechtagen sind nur selten dafür geeignet, die sexuelle Lust zu fördern.

Was im Bereich der Sexualität nur ein eher fragwürdiger Ersatz für persönliche Begegnung sein kann, das gilt mittlerweile nicht mehr für Paarseminare, die in Zeiten von Corona vielfach via Internet angeboten werden. Christine und Max Schallauer geben einen Einblick in ihre Arbeit mit diesem veränderten Setting, und Ananda Michels und Martin Rotter berichten über ihre Erfahrungen als Assistent*innen in Online-Paarworkshops.

Susanne Pointner greift mit ihrem Artikel ein Thema auf, das in der Arbeit mit Imago leicht vernachlässigt wird: die Bedeutung von Geschwister-Beziehungen für die Paar-Beziehung.

Und nicht zuletzt sind da noch die Rubriken „Nachgefragt“ und „Paare erzählen“, die spannende Fragen beantworten und Mut machen, sich der eigenen Paardynamik zu stellen. Für diejenigen, die sich in die Materie vertiefen wollen: Zwei grundlegende Bücher der Imago Beziehungsarbeit von Harville Hendrix und Helen LaKelly Hunt werden in der Bücherecke vorgestellt!

Eine lustvolle und anregende Lektüre
wünscht

Karl Lippert
Für das Redaktionsteam



Liebe Mitglieder,
liebe Imago Interessierte!

Aufgewühlte Zeiten, vieles ist nicht mehr planbar. Ich schreibe diese Zeilen im Februar und weiß nicht, ob im April die Imago Tage wie geplant stattfinden können. Ich mag das gar nicht. Die Kraft von Imago (Verbindung und Lebendigkeit leben in den von den Shutdowns weniger betroffenen Bereichen) und ein bisschen Stephen Hawking („Intelligenz ist die Fähigkeit, sich dem Wandel anzupassen.“) helfen mir. Die im Oktober begonnene Arbeit mit unserem wunderbaren Team (eine kleine Vorstellungsrunde finden Sie auf Seite acht!) trägt schöne erste Früchte: Die Facebook-Seite der IGÖ wächst, hat rund 50 neue Abonnent*innen – und wird weiter wachsen, um auch auf diesem Wege Imago bekannter zu machen. Die IGÖ-Newsletter haben ein neues, lebendiges Design bekommen. Monatlich erscheint jetzt zusätzlich ein Newsletter unter dem Titel „Neues aus der Imago Welt“, wo alle Mitglieder herzlich eingeladen sind, Neuigkeiten aus ihrer Imago Arbeit zu veröffentlichen. Der Austausch und die Zusammenarbeit mit den Kolleg*innen der Deutschen Imago Gesellschaft wurde auf neue Beine gestellt und soll sich deutlich intensivieren. Und schließlich gibt es jede Menge Ideen für weitere Projekte: verbesserte Qualitätssicherung, ein neues Image-Video der IGÖ, ein Video zur Veranschaulichung des Paardialogs, eine weitere Forschungsarbeit zur Wirksamkeit unserer Workshops „So viel Liebe wie du brauchst“... Es ist und wird spannend.

Damit hoffe ich, dass wir Ihnen diese Ausgabe des Spiegels im Rahmen der Imago Tage im Hotel Retter überreichen können und wir eine spannende Konferenz und ein wunderschönes Imago Fest feiern.

Mit herzlichen Grüßen!
Michael Hutter,
Für den Vorstand der IGÖ

Imago Spiegel 28

Inhaltsverzeichnis Seite

Nachgefragt: Bettina Fraisl

Wer von uns beiden ist verantwortlich für Verletzungen aus der Kindheit? 3

Christine und Max Schallauer

Online Imago Workshops 4

Ananda Michels und
Martin Rotter

Virtuelle Imago Paarworkshops 6

Der neue IGÖ Vorstand

stellt sich vor 8

Susanne Pointner

Der Einfluss der Geschwisterdynamik in der Paartherapie 10

Elisabeth Gatt-Iro und Stefan Gatt

Unverschämt glücklich im Bett – wie kann das gelingen? 14

Paare erzählen

Unsere Erfahrungen mit Imago 18

Sabine und Roland Bösel

Eltern sein, Paar bleiben: Wie die Liebe lebendig bleibt 20

Bücherecke

Harville Hendrix und
Helen LaKelly Hunt
So viel Liebe wie du brauchst
(neu überarbeitet)

Harville Hendrix
Ohne Wenn und Aber 23

Imago Expert*innen

in Österreich
und Deutschland 24

Termine

Imago Paar- und
Singleworkshops 28

NACHGEFRAGT

„Mein Mann litt früh unter großer Einsamkeit. Soll ich nun, wie er sagt, dafür zuständig sein, dass er sich heute nicht mehr einsam fühlt? Geht es nicht vielmehr darum, dass er seine frühen Verletzungen aufarbeitet, damit er nicht so viel Nähe braucht und weniger kontrollierend und einschränkend ist in unserer Beziehung?“

Bettina Fraisl antwortet:

Wenn wir auf unserer Beziehungsreise da angelangt sind, wo wir uns miteinander verletzlich zeigen und unsere wunden Punkte auch mit frühen prägenden Erfahrungen verknüpft sehen, zeigt sich der so genannte Machtkampf oft von einer neuen Seite. Nach ersten berührenden und verbindenden Erfahrungen fragen sich manche Paare ähnlich wie Sie: Wer von uns beiden ist hier eigentlich verantwortlich wofür?

Häufig hängt dies damit zusammen, dass es auch nach sehr berührenden Dialogerfahrungen nicht einfach ist, das mitfühlend Geteilte im Alltag zu leben. Herausfordernde Situationen stellen sich dennoch ein, und Enttäuschung und Hilflosigkeit wegen einem neuerlichen Kontaktverlust sind gerade nach intensiv erlebter Nähe oft besonders groß. „Du weißt doch nun, was ich so sehr von dir brauche und warum, und dennoch bist du wieder so!“ ist eine der Varianten, diese Enttäuschung im Machtkampf-Modus kundzutun. Eine andere ist: „Das ist deine Geschichte, ich habe damit nichts zu tun und kann sie nicht ändern!“

Beide Aussagen sind nachvollziehbar. Und beide verorten die Verantwortung für Veränderung und Entwicklung im Gegenüber.

Verliebt, verlobt, verletzt?

Laut Imago Theorie verlieben wir uns in Menschen, die dazu tendieren, uns „wieder-zuverletzen“, alte Wunden in uns zu reaktivieren (und umgekehrt), weil wir unbewusst hoffen, dieses Mal eine heilsame Erfahrung zu machen.

Menschen, die früh unter Einsamkeit litten, verlieben sich häufig in jemanden, von der/dem sie sich über kurz oder lang wieder allein gelassen fühlen – durch ein Streben nach mehr Freiraum etwa oder ein Rückzugsverhalten im Streit. Umgekehrt verlieben sich Menschen, die sich in jungen Jahren vor allem eingeschränkt oder kontrolliert gefühlt haben, oft in jemanden, der oder die durch ein geäußertes Nähe-Bedürfnis wieder als einschränkend und bevormundend erlebt wird.

Das ist, was wir mit der Kindheitsgeschichte des Partners, der Partnerin zu tun haben: Wir

eignen uns besonders gut als Projektionsflächen füreinander. Dass in diesem Übertragungsgeschehen manches in einen Topf geworfen wird, das nur bedingt zusammen gehört, liegt im Wesen der Sache und wird wohl am deutlichsten, wenn der Topf wieder einmal überkocht.

Heilung und Wachstum

Die gute Nachricht ist, dass wir auch das Potential haben, unseren Liebsten in heilsamer Weise zu begegnen, gerade da, wo sie besonders (ver)wund(bar) sind: indem wir uns an jenen Stellen entwickeln, an denen unsere Abwehr am größten ist. Das ist durchaus anstrengend – und lohnend, für unsere Beziehung, für unsere Partner*innen, für uns selbst. Das Wichtigste: Bleiben Sie in Kontakt, mit sich und einander, bleiben Sie interessiert. Was ist zwischen uns gerade passiert, das dich einsam macht? Was ist es, was mich an deiner Einsamkeit in Not bringt und in Ärger versetzt?

Heilung und Wachstum sind Prozesse, die in einer Liebesbeziehung wechselseitig Hand in Hand gehen. Wenn z.B. jemand lernt, im Konflikt präsent zu bleiben, anstatt sich wie gewohnt zurückzuziehen, kann das für das Gegenüber, das sich sonst verlassen fühlt, eine heilsame Erfahrung sein. Und wenn jemand den/die Partner*in zur erträumten Reise allein ermutigen kann, obwohl er oder sie die Zeit lieber zweisam zuhause verbringen würde, kann auch das eine heilsame Erfahrung sein für das Gegenüber, das in der Bestätigung des eigenen Freiraums auflebt – und sich dadurch wieder sicher in Verbindung fühlt.

Aber wer ist wann dran mit einem Entwicklungsschritt?

100 % Verantwortung

Der Imago Theorie zufolge sind beide Partner*innen zu jeder Zeit 100 % verantwortlich für die Qualität ihres Beziehungszwischenraums – und damit für die Beziehung. Also 100 % Verantwortung pro Person, kein Halbe-halbe, da jede Handlung, jede Unterlassung unweigerlich auf die Qualität des Miteinander Einfluss nimmt. So betrachtet geht es nicht um ein Entweder-oder, ein Du

oder ich, und auch nicht um ein Wenn-dann, sondern um ein Du und ich, ein Sowohl-als-auch – mit Fokus auf dem jeweils eigenen Anteil, den eigenen 100 % im gemeinsamen Ausloten von Bedürfnissen, Ambivalenzen und Möglichkeiten.



Dr.ⁱⁿ Bettina Fraisl

Klinische und Gesundheitspsychologin, Psychotherapeutin (Psychodrama), Weiterbildungen in Imago (Paartherapie, Facilitator, Paarworkshops)

A-6020 Innsbruck
Claudiastraße 14/1
Tel. 0664 9175776

www.bettina-fraisl.at

Bettina Fraisl arbeitet in einer Familienberatungsstelle und in freier Praxis mit großer Begeisterung mit Paaren, Einzelpersonen und Gruppen.

Seit mehr als 25 Jahren ist sie auf Beziehungsreise mit Clemens, mit dem sie eine Tochter und zwei Söhne hat. In Imago Paarworkshops begleiten die beiden seit 2015 mit viel Freude gemeinsam Paare dabei, sich einander in wertschätzender Verbindung zuzutrauen und sich durch Herausforderungen und Hürden persönlich und als Paar weiterzuentwickeln.



ONLINE IMAGO WORKSHOPS

TEXT CHRISTINE UND MAX SCHALLAUER

Wir arbeiten mit unseren Paaren schon seit einigen Jahren online, besonders dann, wenn Paare sonst von weit her anreisen müssten. Oder bei einer laufenden Paartherapie als Zwischentermin, beispielsweise wenn es einmal schnell gehen muss.

Im Vorjahr haben wir uns dann entschlossen, auch bei unseren Paarseminaren eine virtuelle Teilnahme zu ermöglichen. Wir nannten das Hybrid-Seminar, weil bei einem ganz normalen Paarseminar auch Paare virtuell teilnehmen können. Beide Gruppen erleben dasselbe Programm, werden genauso von uns angesprochen, können sich genauso einbringen und werden genauso unterstützt. Nur sitzen die einen live im Seminarraum, die anderen sind über Kamera und über einen großen Fernseher zugeschaltet.

Wir wollten damit zwei sehr unterschiedliche Personengruppen erreichen: wie immer jene, die zusätzlich zum Seminarinhalt dieses Wochenende als Kurzurlaub in einem schönen Seminarhotel erleben möchten, inklusive Tapetenwechsel und Austausch mit anderen. Und außerdem jene, die vielleicht gar nicht kommen könnten, weil die Anreise zu lange

wäre oder weil sie kleine Kinder haben, die sie nicht so lange allein lassen möchten. Bis vor kurzem war das Interesse daran jedoch sehr überschaubar, die Vorteile eines Seminarurlaubs überwogen meist.

Ein ganzes Paarseminar nur online?

Im Corona-Lockdown waren alle Seminarhotels plötzlich geschlossen, und wir konnten die Anfragen nach einem Paarseminar überhaupt nicht mehr erfüllen. Damit stellte sich für uns endgültig die Frage: Sollten wir unsere Imago Paarseminare nicht gänzlich online durchführen? Wir bieten ja bereits seit Anfang 2017 unter www.paarseminar-daheim.at Online-Programme für Paare an und haben deshalb viel Erfahrung mit Online-Medien.

Ein wichtiger Grund sprach allerdings dagegen: Es ist sowohl für die Teilnehmer*innen als auch für uns mühsam, ein ganzes Wochenende lang nur in einen Monitor zu schauen. Allerdings arbeiten die Paare ja viel miteinander, das lockert natürlich auf. Dennoch stellte sich für uns die Frage, ob wir diese Belastung nicht umgehen könnten? Unser

Lösungsansatz dafür war ein ganz neues Format, nämlich die Imago Beziehungskur, die aus unserer Sicht für einigermaßen online-affine Paare nur Vorteile bringt.

Die Imago Beziehungskur

In der Imago Beziehungskur vermitteln wir alle Inhalte des Imago Paarseminars „So viel Liebe wie du brauchst“ in kleinen Portionen. Unsere Paare können sich während des einmonatigen Programms bequem zuhause jeden Tag mit einem kurzen, aber interessanten Thema auseinandersetzen. Die Zeit dafür können sie sich frei einteilen, weil wir ihnen das gesamte Material aus dem Seminar inklusive unserer Vorträge als Online-Bausteine und Videos zur Verfügung stellen. Die zentralen Elemente des Imago Paarseminars, die Imago Dialoge, vermitteln wir allerdings der ganzen Gruppe persönlich in vier Online-Events, jeweils an einem Nachmittag. Das sind die einzigen Zeiten, die sich die Teilnehmer*innen fix reservieren müssen. Genau wie im Seminar erklären und demonstrieren wir dort die Dialoge ganz praktisch und beantworten alle Fragen aus

der Gruppe. Wir können unseren Paaren sogar ganz persönlich beim Üben der Dialoge helfen, weil jedes Paar einen eigenen Online-Arbeitsraum hat, in dem es ungestört arbeiten kann. Dort können wir sie wie im Seminar besuchen und bei Fragen oder Problemen unterstützen. Also alles sehr praktisch und kurzweilig wie an einem Paarseminar-Wochenende. Zusätzlich können uns unsere Paare während der gesamten Dauer der Beziehungskur bei Fragen oder Problemen leicht erreichen.

Unterschiedliche Dynamik

Natürlich kann das besondere Erlebnis eines Paarseminar-Wochenendes nach wie vor nicht übertroffen werden, denn an einem Imago Wochenende schiebt sich in kurzer Zeit bildlich gesprochen eine Welle über die andere. Das ermöglicht eine intensive Erfahrung für Paare und oft den Durchbruch auf eine neue Stufe der Beziehung.

In einem länger laufenden Online-Programm entwickelt sich das alles natürlich etwas langsamer. Diese ruhige Kontinuität hat aber den großen Vorteil, dass viel mehr Zeit zur Verfügung steht für eine ausführliche Auseinandersetzung und für die praktische Umsetzung im Alltag.

Resümee

Wir hoffen sehr, dass Imago Paarseminare bald wieder unbegrenzt möglich sein werden. Bis dahin werden einige Presenter*innen überlegen, ihre Imago Paarseminare auch online anzubieten. Wir halten es für das Beste, diese so zu gestalten, dass sie entspannt und leicht wie eine interessante Fernsehserie konsumiert werden können, mit dem zusätzlichen Vorteil einer realen, professionellen Begleitung.

Wir zweifeln nicht daran, dass professionelle Online-Angebote verstärkt Anhänger*innen finden werden. Vor allem bei Paaren,

die keine Scheu vor der Technik haben und die gerne ein Stück Selbstverantwortung einbringen. Die heutige Technik ist sehr effizient und für alle von überall her leicht zugänglich. Online Paar-Angebote passen also gut in unsere Zeit.

Weiterführende Links:

www.beziehungsarbeit.at

www.paarseminar-daheim.at

Technische Voraussetzungen

- Voraussetzung für ein erfolgreiches Online-Seminar ist natürlich das notwendige technische Equipment. Als Paar braucht man nur eine stabile Internetverbindung und einen PC, ein Tablet oder einen Laptop mit Webcam. Wenn man diese Geräte dann noch an den großen Fernseher anschließt, genießt man ein ebenso gutes Seminarbild wie im Abendprogramm. Wir als Leiter*innen brauchen im Seminarhotel ebenfalls eine gute Internetverbindung und natürlich gute Kameras und Mikrophone. Es gibt unterschiedliche Konferenz-Software, die man einfach mieten kann.
- Wir arbeiten mit ZOOM, weil man da nicht nur in der Gesamtgruppe zusammenkommen kann.
- Jedes Paar kann bei den Übungen auch getrennt von den anderen in eigenen Arbeitsräumen, den sogenannten „breakout rooms“, ungestört arbeiten und uns dennoch persönlich zur Unterstützung anfordern.



Christine Schallauer

Psychotherapeutin, Weiterbildungen in Imago (Paartherapie, Paarworkshops)

Dr. Maximilian Schallauer

Klinischer und Gesundheitspsychologe, Psychotherapeut, Weiterbildungen in Imago (Paartherapie, Paarworkshops)

A-4111 Walding, Lifehausstr. 24
Tel. 07234 83220

www.beziehungsarbeit.at
www.paarseminar-daheim.at

In den letzten zwanzig Jahren haben Christine Schallauer und Dr. Max Schallauer hunderte Paare auf ihrem Weg zu einer geglückten Beziehung begleitet. Sowohl in ihrem Zentrum für Beziehungsarbeit in Oberösterreich, in ihren Paarseminaren als auch Online mit ihrer Imago Beziehungskur und den Programmen von Paarseminar Daheim.

Die beiden sind seit über vierzig Jahren ein Paar und haben vier Töchter und sieben Enkelkinder.

Nützt den Sommer FÜR EURE LIEBE

ZENTRUM BEZIEHUNGSARBEIT

Dr. Max und Christine Schallauer

PAARSEMINARE, SEGELWOCHE, BEZIEHUNGSKUR:

www.beziehungsarbeit.at

BEQUEM ONLINE: www.paarseminar-daheim.at

VEREDELT EUREN URLAUB

Verbringt mit uns eine außergewöhnlich interessante Zeit als Paar und holt euch dabei starke Impulse für eure Liebe.

Wochenend-Paarseminare

Segelwochen für Paare

PFLEGT EURE LIEBE ZUHAUSE Corona geeignet!

Werdet selbst zu Experten für eure Beziehung. Professionell und selbstverantwortlich. Wir unterstützen bei Bedarf.

Online Beziehungskur

Paarseminare für Daheim

GUT VORBEREITET IST HALB GEWONNEN

SO GELINGEN VIRTUELLE IMAGO PAARWORKSHOPS

TEXT ANANDA MICHELS, MARTIN ROTTER

Vor einem Jahr hätte die Idee, einen Imago Paarworkshop virtuell abzuhalten, Unverständnis ausgelöst. Seit die vermeintliche Utopie zur Notwendigkeit wurde, ist binnen kurzer Zeit viel Entwicklung passiert. Was funktioniert und warum Technik nicht alles, aber doch das Erste ist, lesen Sie hier.

Nicht, dass wir im psychotherapeutischen Umfeld von Digitalisierung nie gehört hätten – aber: Wie soll sie für uns Bedeutung erlangen, wo wir doch mit Menschen arbeiten? In Krisen lernen wir alle stets dazu. In der Coronakrise eben: „Imago funktioniert auch virtuell“.

Unsere gestalterische Mitwirkung in Imago Paarworkshops begann mit echten Pionier*innen. Mit den Bösel, mit Dr.ⁱⁿ Sabine und Roland Bösel, die in über 30 Jahren psychotherapeutischer Paar-Begleitung viel an Innovation geleistet und – neben ihren beliebten Imago Paarworkshops – Formate wie Dialograum-Gruppen und Generationen-Workshops etabliert haben. Der virtuelle Imago Paarworkshop der Bösel fand seinen Vorläufer, als Paare aus Dialograum-Gruppen im ersten Lockdown auf einmal nicht mehr zusammenkommen durften, der Unterstützung ihrer Gruppe aber gerade in dieser Zeit oft besonders bedurft hätten. Die Bösel haben sich auf die Technik letztlich komplett eingelassen und alle erforderlichen Begleitmaßnahmen umgesetzt. Das wertschätzen wir als beachtliche Flexibilität, Innovationsbereitschaft und Lösungsorientierung.

Technik verbindet

Betrachtet mit der technischen und organisatorischen Leitung des ersten virtuellen Imago Paarworkshops der Bösel haben wir Wesentliches über die Notwendigkeit lückenloser Vorbereitung gelernt. Einer Vorbereitung, die trotz der Emotionalität und Menschlichkeit der eigentlichen Imago Arbeit bei der Technik beginnen muss.

Es zahlt sich aus, dem Thema Technik Zeit und eine Menge Vorab-Checks zu widmen.

- Alle brauchen eine stabile Internetverbindung – ob sie den Workshop nun leiten, begleiten oder als Paar daran teilnehmen.
- Eine hochwertige Audio-Technik ist dabei das Um und Auf. Das Hören wird im virtuellen Paarworkshop zur Quelle der Orientierung und zum Kanal Nummer eins. Der Ton macht hier nicht die Musik, er ist die Grundlage.
- Die Kameras sind richtig zu positionieren, unterschiedliche Beleuchtungssituationen bei ganztägigen Workshops je nach Tageszeit zu beachten usw. Die virtuelle Kommunikation und Interaktion mit den Paaren erfordert große Bildschirme.
- Die Koordination der Abläufe und Interaktionen aller Beteiligten im virtuellen Raum bedarf einer konstanten Erreichbarkeit und eines hohen Maßes an Flexibilität sowohl des Assistent*innen-Teams als auch der Online-Koordinator*innen. Vieles, was im direkten Kontakt sichtbar ist und nonverbal vermittelt wird, muss im virtuellen Raum vorausgesehen, abgefangen und virtuell umgesetzt werden.

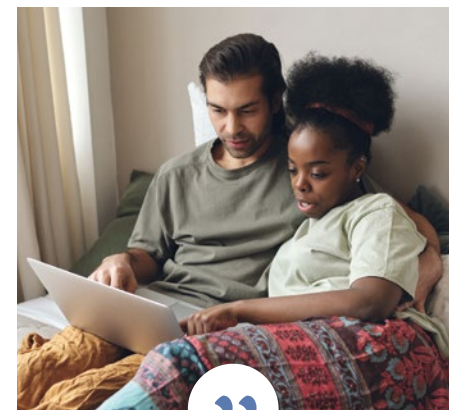
Unser Tipp: Nie am Equipment und nie an qualifizierten Mitwirkenden sparen. Nichts von beidem eignet sich für Improvisation.

Das Davor entscheidet über den Erfolg

Generell steht und fällt die erfolgreiche Umsetzung eines virtuellen Workshops damit, wie gut das ursprüngliche analoge Live-For-

mat für die virtuelle Version adaptiert wurde. Ein virtueller Paarworkshop ist ganz neu zu denken und von Anfang an anders zu konzipieren. Es geht darum, die jeweils beste virtuelle Lösung für Gruppenübungen, für Interaktivität, für Einspielungen, für Präsentationsfolien und natürlich für adäquate Reaktionen auf alles Unvorhersehbare, wie es emotionale Arbeit mit Menschen immer mit sich bringen wird, vorzubereiten.

Das Davor umfasst auch Technik-Checks mehrere Tage vor dem Workshop. Mit der Workshopleitung, mit allen Assistent*innen und, ganz wichtig: auch mit den teilnehmenden Paaren. Für die Paare ist das oft der Moment, in dem sie erkennen, dass sie noch ein Headset kaufen, ihren Rechner anders positionieren, eine Lichtquelle umstellen sollten. Der Technik-Check hat zudem etwas Verbindendes vorab. Er ist ein Kennenlernen.



Wir hätten nie gedacht, dass es möglich ist, ein so emotionales Thema über ein virtuelles Medium so intensiv, spannend und berührend erleben zu können. Wir waren begeistert und sind dankbar für die Möglichkeit, dass wir trotz der großen räumlichen Entfernung dabei sein konnten.

Jasmin Santalucia & Thorsten Förster
aus Kapstadt, Teilnehmer*innen

Ein Gefühl von Sicherheit und Verbindung ist ja später und allein im virtuellen Raum viel schwieriger zu generieren.

„Es ist halt nicht dasselbe.“ Gut so!

Viele positive Rückmeldungen von Paaren haben unsere Anfangshoffnung bestätigt: Das virtuelle Format hat seine ganz eigenen Vorteile. Anfahrts- und Unterbringungskosten fallen weg. Durch das Verbleiben im eigenen Umfeld können sich manche Teilnehmer*innen besser öffnen bzw. werden überhaupt erst bereit, an einem Paarworkshop teilzunehmen. Der oft zitierten Vision, dass Imago in jedem Wohnzimmer sein sollte, sind wir indes näher als je zuvor. Durch das Auflösen räumlicher Grenzen ist es auch Paaren aus weiter entfernten Teilen der Welt leichter möglich an einem Workshop teilzunehmen. Es freut uns sehr, dass unsere Einladung Menschen über kontinentale Grenzen hinweg erreicht hat und am letzten Workshop ein Paar aus Südafrika teilgenommen hat. Unsere virtuellen Paare haben das Gelernte gleich da, wo es täglich gebraucht wird: zwischen Kühl- und Kleiderschrank, in offenen Zahnpastatuben. Eben zuhause und damit im bedeutsamsten Umfeld, das ein Paar je haben wird.



Obwohl wir sehr skeptisch waren, die Paare adäquat unterstützen zu können, waren wir schnell überzeugt, dass der Workshop an nichts verloren hat. Im Gegenteil scheint es für die Paare durchwegs ein Vorteil zu sein, in ihren privaten Räumlichkeiten zu dialogisieren und dadurch möglicherweise noch stärker in Verbindung zu kommen.

Lilian & Heinz Strassl aus Salzburg
Assistent*innenpaar

© Matthias Picket



Ananda Michels

Psychologische Beraterin, Imago Professional Facilitator, Psychokinesiologin, Dipl. Coach, Dipl. Trainerin

A-1180 Wien
Theresiengasse 33/3
Tel. 0660 37 87 989

praxis@ananda-michels.com

Ein breitgefächertes Spektrum an unterschiedlichen Berufserfahrungen, u.a. aus dem Eventmanagement, dem Kunstbereich, bei TV Produktionen, der Personalleitung und als Mitwirkende im Aufbau von Projekten für NGOs v.a. in Asien, fließen in Ananda Michels heutige Berufung ein.

Seit 2014 in eigener Praxis, unterstützt und begleitet sie Menschen in ihrer persönlichen Entwicklung und nun auch in ihrer Paarbeziehung.



Mst Martin Rotter

Dipl. Lebens- und Sozialberater, Imago Professional Facilitator, Trainer, Coach

A-1160 Wien
Arnehtgasse 13/11/1
Tel. 0664 8394365

www.rotter-beratung.at

Langjährige Führungserfahrung in nationalen und internationalen Kontexten fließt in Martin Rotters Tätigkeiten als Unternehmensberater und Interim Manager mit ein, in denen er sich engagiert der Begleitung und Motivation von Menschen im Arbeitsumfeld widmet.

Gemeinsam mit seiner Frau, der Lebens- und Sozialberaterin und Imago Facilitator Sonja Rotter, gestaltet er Eheseminare als Vorbereitung für Brautpaare sowie Paarseminare zur Beziehungsvertiefung. Die beiden leben mit ihren drei Kindern in Wien.



Streaming von Online-Veranstaltungen

Wir bieten Ihnen technische Unterstützung beim Design, Vorbereitung und Durchführung Ihrer virtuellen Veranstaltungen, zB Online-Seminare und -Workshops sowie Hybrid-Veranstaltungen.

Streaming mit mehreren Kameras, inkl. Ton- und Beleuchtungstechnik - auf diversen Plattformen: zB Teams, Zoom, Skype, Youtube, Twitch etc.

Wir bieten ua: Live-Switching, Grafik- und Powerpoint-Einspielungen, sowie Aufzeichnung Ihrer gesamten Veranstaltungen. Bei Bedarf sind auch Videoschnitt und Vervielfältigung möglich.



Wir freuen uns auf Ihre Anfrage | Martin Rotter + Team

www.rotter-beratung.at





DER NEUE IGÖ VORSTAND STELLT SICH VOR



Dr. Michael Hutter
Präsident

Gesundheits- und Klinischer Psychologe, Imago Professional Facilitator (IPF), Imago Clinical Track (basic & advanced) gemeinsam mit meiner Lebenspartnerin Erika Bradavka. Bewegte Berufserfahrung: psychologische Forschung und Begutachtung; Geschäftsführer und Consultant in einem Unternehmen für Outplacement; nunmehr Imago Paartherapie und Beratung in Gemeinschaftspraxis mit Erika. Damit darf ich die Kraft von Imago sowohl in meiner Beziehung als auch in meiner Arbeit immer wieder wunderbar spüren!



Julia Brodacz, MSc
Schriftführerin

Psychotherapeutin (Integrative Therapie), Traumatherapeutin, Imago Clinical Track (basic & advanced), Kinder- und Jugendtherapeutin (Psychodrama), Kinderbeistand. Ich begleite Kinder, Jugendliche, Erwachsene und Paare in meiner Praxis in Wien. Bevor ich mich für die Psychotherapie entschied, habe ich Schauspiel studiert. Imago habe ich mit meinem Ehemann zu Beginn unserer Beziehung kennengelernt und kann das jedem Paar als Beziehungsstart empfehlen. Mit Florian Bösel sowie Sabine und Roland Bösel leite ich den online Workshop „Dialog Bühne“ für Paare, eine Kombination aus Improvisationstheater und Imago Therapie.



Mag.ª Elvira Just
Beirätin mit Schwerpunkt Marketing

Unternehmensberaterin, langjährige Tätigkeit im Online Marketing, Social Media Marketing, Imago Professional Facilitator i. Z., Lebens- und Sozialberaterin in Ausbildung unter Supervision. Mein Arbeitsschwerpunkt mit Imago ist die Arbeit mit Einzelpersonen in Veränderungsprozessen. Im Zuge meiner Ausbildung arbeite ich auch sehr gerne in der Beratung mit Paaren!



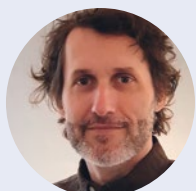
Lisa-Maria Riegler, BA
Assistentin des Vorstands

Seit sieben Jahren Assistentin der Imago Gesellschaft Österreich, Bachelorstudium in BWL & Wirtschaftspsychologie, derzeit berufsbegleitend Abschluss eines Masterstudiums in Markt- und Konsument*innenforschung. Meine Assistententätigkeit für die IGÖ macht mir viel Freude und ist auch nach sieben Jahren vielfältig und abwechslungsreich – nicht zuletzt wegen der unterschiedlichen Vorstandsteams, die neue Ideen und Akzente in den Verein bringen.



Mag.ª Michaela Tomek
Vizepräsidentin

Systemische Familientherapeutin, Imago Clinical Track, Traumatherapeutin, Begleitung von Kindern und deren Familien sowie Unternehmensberaterin. 1977 in Wien geboren und ebenda mit meiner Tochter lebend. Die Imago Methode bietet mir ein hilfreiches Werkzeug sowohl in der Arbeit mit Erwachsenen und Jugendlichen als auch in meinem Privatleben. Es freut mich, gemeinsam mit einem so kompetenten und engagierten Team nun auch in der Organisation zur Kraft von Imago beitragen zu dürfen.



Dr. Johannes Holler
Kassier

Psychologischer Berater und IPF i. Z.; Principal Economist im Büro des Fiskalrates, Österreichische Nationalbank. Ich bin stolzer Ehemann meiner wunderbaren Frau Regina und Vater unseres 7-jährigen Sohnes Konstantin. Nachdem sich der Großteil meiner bisherigen beruflichen Kraft in Lehr- und Forschungstätigkeiten an Universitäten und Forschungseinrichtungen entfaltet hat, widme ich mich derzeit verstärkt meiner zweiten Berufung als Berater. Mit großer Freude begleite ich dabei vorwiegend Paare.



Erika Bradavka
Beirätin, Imago Paarambulanz

Dipl. Ehe-, Familien- und Lebensberaterin; langjährige Tätigkeit als Beraterin und Stellenleiterin an Familienberatungsstellen, Aufstellungsleiterin; Imago Professional Facilitator, Supervisorin für IPF. Organisatorische Leitung der IGÖ Paarambulanz. Imago Praxis mit Michael in Neulengbach in Niederösterreich. Meine besondere Leidenschaft ist dabei – neben der IPF-Supervision – die Arbeit mit Paaren und Familien!



Eva Wessely,
*Beirätin mit Schwerpunkt Imago International und Workshop Presenter*innen*

Imago ist für mich zu einer Art Familie geworden, die ich nach meinen Möglichkeiten mit Leidenschaft und Engagement gerne tatkräftig unterstütze. Die Faszination, mit der diese Technik mich bei meinen ersten Erfahrungen im November 2008 in ihren Bann gezogen hat, ist mit dem Beginn meiner Ausbildung zur Imago Therapeutin noch stärker geworden und wird mit jedem Tag vielschichtiger. Heute ist es keine Technik mehr, vielmehr wurde es eine Haltung, die mich in meinem Leben leitet. Dafür bin ich sehr dankbar.

GENERATIONEN im DIALOG

VERSÖHNEN - HEILEN - WACHSEN



Die Stärkung von Beziehungen - besonders in Familien und zwischen den Generationen - ist uns ein Herzensanliegen. Wir, ein erfahrenes Team engagierter Paar- und Psychotherapeuten, unterstützen Sie in einem einzigartigen und bewährten Workshop oder im Einzelsetting, damit ein gutes Miteinander in Ihrer Familie gelingen kann.

Im Generationen- bzw. Geschwisterworkshop nehmen Sie mit Mutter oder Vater, erwachsener Tochter oder Sohn oder mit Schwester oder Bruder teil. Sie haben die Gelegenheit, Ihre gute Beziehung zu vertiefen, Schwieriges anzusprechen und Missverständnisse zu klären.

Auf diese Weise können Verletzungen heilen. Die Versöhnung mit Ihrer Vergangenheit aktiviert verborgene Stärken, damit Sie frei werden, Ihren eigenen Weg zu gehen und mit dem anderen eine für Sie beide stimmige Nähe zu leben.



www.generationen-dialog.com



DER EINFLUSS DER GESCHWISTERDYNAMIK IN DER PAARTHERAPIE

EINE SITZUNGSSEQUENZ - DER FEHLENDE PUZZLESTEIN

TEXT SUSANNE POINTNER

Andrea sitzt Roman schweigend gegenüber.¹ Die Therapeutin hat sie eingeladen, den biografischen Faden ihres Konfliktthemas aufzugreifen. Andrea versucht sich zu erinnern an frühere Situationen, in denen sie sich bedrängt gefühlt hat. Ihr ist klar, dass sie manchmal überempfindlich ist. Roman liebt körperliche Nähe, aber er ist nicht übergriffig. Es ist schön, Sexualität mit ihm zu leben. Seine Bedürftigkeit hat jedoch etwas Forderndes und wirkt auf sie unerotisch. Das hat sie ausgesprochen, er hat sich bemüht, es gut zusammenzufassen. Es ist nun an ihr, den eigenen Anteil im „Beziehungstanz“ zu erforschen.

Da war ihr erster Freund, der wenig Gespür hatte; eine Schulfreundin, die sie öfter treffen wollte... die Erinnerungen lösen wenig Resonanz in Andrea aus. Plötzlich wird ihr siedend heiß. Sie spürt körperlich, wie ihr in der Erinnerung ihr drei Jahre jüngerer behinderter Bruder an ihr Ohr fasst, wieder und wieder. Paulis Grenzenlosigkeit, sein ungestilltes Bedürfnis nach Lust, Nähe, Gefährt*innen, ihre Überforderung, ihre unterdrückte Wut, ihre Schuldgefühle, ihre Sehnsucht nach einem eigenen Leben, das alles rollt wie eine Flutwelle über sie.

Dann beginnt sie zu erzählen. Roman nimmt auf, was Andrea sagt. Er begreift nun, was passiert, wenn er beim Fernsehen unerwartet seinen Arm um Andreas Taille legt.

Die Therapeutin ermutigt Andrea, ihre Sehnsucht auszudrücken und dann zu prüfen, durch welche Verhaltensweisen sie selbst verhindert, das zu bekommen, wonach sie strebt. Andrea kann sehen, dass sie versucht, durch Anpassung und Leistung Liebe zu erhalten. Anerkennung gab es für die Unterstützung der Eltern, besonders in der Betreuung von Paul. Schwerer fällt ihr zuzugeben, dass die unterdrückte Aggression immer wieder hervorbricht und sie sich dann schuldig fühlt. Die Folge ist, dass sie sich erneut übergeht, nicht abgrenzt.

Roman meldet Andrea zurück, was er verstanden hat. Er sieht, wo er sie triggert und welchen Anteil er an der Wiederholung ihres Kindheitsmusters hat. Oft spüre er ihr stilles Bedürfnis nach Rückzug und gehe darüber hinweg.

Andrea formuliert einen Wachstumsschritt: „Ich werde innerhalb der nächsten Woche einmal sagen, dass ich etwas nicht will und was ich stattdessen lieber möchte. Du kannst mich unterstützen, indem du wertschätzt, dass ich es ausspreche.“ Das sagt Roman gern zu. Es gibt auch ihm den Mut, seine Bedürfnisse mehr zu äußern.



Geschwisterbeziehungen prägen die Partnerwahl. Imago Therapeut*innen gehen etwa davon aus, dass Menschen für ihre Beziehung oder Ehe unbewusst jene Person wählen, die positive und negative Eigenschaften ähnlich denen der Eltern oder anderer wichtiger früher Bezugspersonen besitzt (vgl. Hendrix 2009; Bösel 2012; Brehm & Brehm 2018, Willi 2004). Nicht nur die Eltern, sondern auch fürsorgliche, freundschaftliche, konkurrierende, leidende Geschwister wirken sich auf die Partnerwahl und die Gestaltung der Beziehung zum Partner, zur Partnerin aus. Um die Geschwister (meist unbewusst) zu schützen, bleiben gemeinsame Erlebnisse im Kontext der Paartherapie jedoch oft im Schatten.

Geschwisterbeziehung als Ressource

Die frühe horizontale Beziehung kann Kinder sehr entlasten. Sie sind nicht allein den Erwartungen ihrer Bezugsperson ausgesetzt. Sie lernen mit den Geschwistern spielerisch und ohne Druck mit. Wenn ausreichend Unterstützung durch die Eltern gegeben ist, entwickelt sich oft zwischen Geschwistern eine liebevolle, freundschaftliche, wenn auch ambivalente Beziehung (vgl. Kasten 1994). Diese kann – in Ergänzung zu einer sicheren Bindung zu den erwachsenen Bezugspersonen – Modell und Lernfeld für die spätere Paarbeziehung sein.

Liebesbeziehungen werden sehr durch das gemeinsame Entdecken von Schönerem, Spannendem und Entwicklungsförderndem gestärkt. Paare erfinden spezielle Kosenamen, sie hören gern „ihren“ Song, sie entdecken ihre Art des erotischen Spiels. Die Offenheit für diese positive Exklusivität, also die spätere Treue in der Paarbeziehung, kann mit Geschwistern oder Spielgefährte*innen

angelegt werden. Sie kann in der Paarberatung als Ressource genützt werden.

Spannungsfelder

Grundsätzlich wenden sich Kinder Gleichaltrigen eher mit positiven Emotionen zu. Konflikte entstehen oft durch Eifersucht oder durch sogenannte Affektverschiebungen. Oft wird ein heimlicher Groll auf die Eltern in der Kindheit an den jüngeren Geschwistern ausgelassen – und im Erwachsenenalter dann am/an der Ehepartner*in. Geschwisterbeziehungen können auch etwas zu den Dramen beitragen, die sich in manchen Familien in den eigenen vier Wänden abspielen.

Besonders problematisch kann sich ein ausgeprägtes Erleben der „Entthronung“ auswirken. Gesellt sich ein zweites, drittes oder viertes Kind dazu, fehlt Eltern irgendwann schlicht die Zeit, um abends lange vorzulesen oder das Kind zum Ballettkurs zu chauffieren. Die Rivalität kann massive Aggressionen zur Folge haben, insbesondere wenn die Kinder gegeneinander ausgespielt werden. Das vernachlässigte Kind entwickelt Bindungsangst und Rachegefühle, das bevorzugte Kind eine narzisstische Distanz oder Schuldgefühle und eine Scheu, das eigene Potential zu entwickeln und zu zeigen. Dieser frühe „Stachel der Eifersucht“ wird bei Erwachsenen häufig getriggert, wenn ein/e Partner*in sich etwas oder jemand sehr Anziehendem zuwendet – einer neuen Ausbildung, einem erotischen Menschen, einem Baby. Die Partner*innen sind irritiert von der Heftigkeit der Reaktion – bis sie den biografischen Hintergrund verstehen lernen. Das innere Kind braucht auch Verständnis und Trost – nicht nur der/die Erwachsene, und es tut besonders gut, wenn die betroffene Person es von dem Men-

¹Namen und Details geändert.



sehen erhält, der die alte Wunde berührt hat, der ihr am nächsten ist.

Eine andere Belastung, die sich auf spätere Beziehungsmuster auswirkt, ist das Gefühl des Mangels und der Überforderung. Es gibt dann häufig die verinnerlichte Botschaft: „Wenn ich meiner Lebendigkeit Raum gebe, ist jemand anders unterversorgt.“ Die klassischen „Hänsel und Gretel“-Paare haben in ihrer Kindheit wenig Stabilität oder Versorgung erlebt. Häufig gab es ein gemeinsames Leid zu tragen – Armut, Krankheit oder Tod eines Familienmitglieds, einen massiven Aggressor, der für alle eine Bedrohung darstellte. Kinder entwickeln in solchen Familien oft eine hohe Empathiefähigkeit und eine große Zugewandtheit. Sie lernen aber wenig, sich selbst zu versorgen, zu spielen, sich abzugrenzen und Konflikte konstruktiv auszuleben und auszutragen.

Nischen

Häufig entwickeln Kinder Verhaltensmuster, die sowohl die Beziehung zu den Eltern als auch zu den Geschwistern subjektiv sinnvoll stabilisieren – sei es durch Rivalität, Kampf, Unterwerfung, symbiotische Anpassung oder größtmögliche Distanz. Ein Kind sucht sich intuitiv seine Nische, es nutzt seine Intelligenz, sein Einfühlungsvermögen und seine Vitalität, um diesen Platz im Ganzen zu sichern. Das ist eine Chance, aber wenn es eine Fixierung bewirkt, auch eine Hürde in späteren Erwachsenenbeziehungen. Wenn etwa Roman als Kind die Rolle des netten Jungen übernahm, entlastete er damit das ganze Familiensystem. Andrea war in ihrer

Familie die Versorgende. In der Beziehung führt beides zu Einseitigkeit und die Fähigkeiten werden zum Beziehungsleck.

Geschwisterbeziehung als Modell für realitätsnahe Beziehungen

Laut Laurie Kramer (2010) geraten Geschwister im Alter zwischen zwei und neun Jahren im Durchschnitt alle neun Minuten in familiären Konflikt. Die Unterdrückung der Konflikte führt eher zur Entfremdung als die gemäßigte Austragung. Werden die Kinder im Aushalten der Spannung, in der Lösungsfindung und in der Verhinderung von Eskalationen unterstützt, so können sie wichtige Kompetenzen für spätere Beziehungen entwickeln. Es lohnt sich, mit Paaren zu erforschen, was sie als Kind in der Peergroup schon alles ausprobiert haben. Manchmal ist das Repertoire viel reichhaltiger, als es später im Erwachsenenalter zum Tragen kommt.

Andrea war es z. B. müde geworden, Roman darum zu bitten, seine Zeitungen nicht überall herumliegen zu lassen. Mit Reden kam sie nicht weiter. Roman nahm die Unordnung einfach nicht wahr. Sie erinnerte sich daran, dass sie als Kind sehr verrückte Einfälle hatte, später aber als Ärztin lernte, diese „störenden“ Impulse zu unterdrücken. Sie hatte als Kind gern Origami-Gegenstände gefaltet und nahm sich nun die Zeit, einen Abend lang aus den herumliegenden Zeitungen diverse Kunstwerke zu gestalten und in der Wohnung zu verteilen. Als Roman heimkam, war er irritiert, amüsiert und berührt von ihrem Versuch, ihn zu erreichen. Das Origami wurde zu ihrem gemeinsamen Code, und wenn Roman wieder eine Zeitung zu einem Schiff gefaltet vorfand, wusste er, dass es wieder an der Zeit war, Zeitungen einzusammeln. Seine Frau hatte durch das „Ventil“ dieses Handelns eine gelassene Haltung gefunden. Sie erkannte in seiner Liebe zum Chaos ihre unterdrückte spontane Seite wieder und versuchte nun, ihr auch im beruflichen Alltag mehr Raum zu geben.

Geschwister können Weggefährten in den Höhen und Tiefen der Lebensreise werden. Die frühen Lernerfahrungen, die wir in Geschwisterbeziehungen machen, sind ein gutes Gegenmittel gegen die Einseitigkeiten und Irrtümer, durch welche der Zeitgeist – insbesondere das durch Hollywood verstärkte romantische Ideal und die Leistungsgesellschaft – moderne Partnerschaften belastet (vgl. Pointner 2016). Kinder, die viel Kontakt mit Gleichaltrigen hatten, sind auf das Zusammenleben mit Socken auf dem

Boden und Nörgeln am Frühstückstisch vorbereitet.

Wachstumsschritte

Andrea und Roman entschieden sich zu bleiben und miteinander leben zu lernen. Sie trennten sich allerdings von Umerziehungsversuchen und von der Vorstellung, einander all die kindlichen Sehnsüchte erfüllen zu können, deren Erfüllung sie sich auch von ihren Geschwistern unbewusst erhofft hatten. Damit gelang es ihnen auch, die realen Beziehungen in den Herkunftsfamilien zu entspannen. Andrea besuchte ihren Bruder seltener, aber mit mehr innerer Zustimmung. Roman meldete sich mit seiner jüngeren Schwester zu einem Geschwisterworkshop an.

Bei Andrea und Roman führte die Krise jeweils zu einer Persönlichkeitsentwicklung, die beiden neue Möglichkeiten eröffnete. Andrea war erschüttert über die Vernachlässigung ihrer Lebendigkeit – in ihrer Biografie, in ihrer Selbstfürsorge und in ihrer Umgebung im beruflichen Alltag. Sie fand schließlich den Mut, ihre eigene Arztpraxis zu gründen.

Roman trennte sich von einem Kollegen, der ihm das Leben schon längere Zeit schwer gemacht hatte, und stellte eine tüchtige Kollegin vom Typ „jüngere Schwester“ ein, mit der sein Architekturbüro rasch aufblühte.

Die beiden experimentierten wieder ein wenig innerhalb und außerhalb des Schlafzimmers. Die Paarbeziehung braucht auch immer wieder die Wiederbelebung der Erotik. Die romantische Beziehung lebt von der Faszination des anderen, vom Überwinden der Grenze. Die sexuelle Anziehung muss die geschwisterliche Verbundenheit hinter sich lassen und damit auch den selbstverständlichen Anspruch, den Partner*innen aneinander stellen.

Wie kann die Aufarbeitung einer belastenden Geschwisterbeziehung erfolgen? Eine gute Möglichkeit, Übertragungsphänomene zu beleuchten und sich aus ihrer Verstrickung zu befreien, sind Imago Dialoge. Diese können mit dem Partner, der Partnerin erfolgen – etwa als themenbezogener Dialog, der den Bezug zur Vergangenheit herstellt: „Und wenn du dir so viel Raum nimmst, erinnert mich das an meine Schwester, die ...“. Wichtig ist dabei, dass der Sender, die Senderin nicht nur verstanden und getröstet wird, sondern auch zum eigenen Wachstumsschritt findet: „Und ich habe als Kind gelernt, mich zurückzuziehen und meiner Schwester den Vortritt zu lassen ...“, „und mein Wachstumsschritt

wäre, das nächste Mal, wenn du mich nicht ausreden lässt, dich zu unterbrechen und zu bitten, mir Raum zu geben und zuzuhören“ (vgl. Pointner 2016).

Hilfreich kann auch die durch den/die Partner*in unterstützte biografische Aufarbeitung sein. Der/die Partner*in übernimmt imaginativ die Rolle des gereiften Geschwisters: „Ich bin jetzt dein älterer Bruder und kann alles hören, was du mir sagen möchtest ...“. „Es ist nie zu spät für eine glückliche Kindheit“, sagte Erich Kästner. Das innere Bild eines versöhnlichen Bruders kann die leicht entzündliche seelische Wunde beruhigen und tiefere Verarbeitungsprozesse anregen.

Sehr schöne Wachstumsschritte sind auch durch die Teilnahme in einem Geschwisterworkshop, die vom Ehepaar Sabine und Roland Bösel angeboten werden, möglich.²

Manchmal führen Imago Dialoge – daheim, in der Paartherapie oder im Rahmen eines Geschwisterworkshops – zur Aussöhnung mit den Geschwistern. Manchmal führt der Weg auch in die andere Richtung – die Annäherung an die Geschwister führt zu einer Verbesserung der Paarbeziehung. Manchmal gewinnen wir im Leben in Freund*innen oder befreundeten Paaren „Seelengeschwister“ und können mit ihnen nachhären, was in der Kindheit ersehnt wurde. Wenn Menschen mit den Geschwistern Frieden schließen oder mit der Tatsache, dass sie keine Geschwister hatten, und wenn sie ihre inneren Selbstanteile willkommen heißen, werden sie auf vielen Ebenen fruchtbar, und manche der aktuellen Beziehungsprobleme verändern sich wie von

selbst. Und die, die sich nicht lösen, werden zur Challenge der inneren Held*innen.

Die Geschwisterbeziehung und die Paarbeziehung müssen kein glückloses Ende finden. Sie können ein stilles, erdiges, endloses Fast-schon-Glück und Trotzdem-Glück und Immer-wieder-Glück ins Leben bringen.

Literaturhinweise:

BÖSEL, S und Bösel, R (2012) *Leih mir dein Ohr und ich schenk dir mein Herz. Wege zu einer glücklichen Liebesbeziehung. Unter Mitarbeit von Daniela Pucher.* Wien: Orac

BREHM, E und BREHM, K (2018) *Imago-Paartherapie – die Beziehung als gemeinsamer Entwicklungsraum.*

In: Hutterer-Krisch, R und Rass-Hubinek, G (Hg.) *Paardynamik: Methodenspezifische und methodenübergreifende Beiträge zur Psychotherapie im Paar- und Einzelsetting.* Wien: Facultas, S. 183–214.

HENDRIX, H (2009) *So viel Liebe wie Du brauchst.* Dörfles: Renate Götz

KASTEN, H (1994) *Geschwister. Vorbilder, Rivalen, Vertraute.* Berlin: Springer

POINTNER, S (2016) *Adam, wo bist du? Eva, was tust du? Über die Befreiung aus Abhängigkeit und Isolation in Paarbeziehungen.* Wien: Kremayr und Scheriau



Mag.^a Susanne Pointner

Psychologin, Psychotherapeutin, Weiterbildungen in Trauma- und Paartherapie (Existenzanalyse und Imago), Lebens- und Sozialberaterin, Supervisorin, Trainerin

A-1140 Wien, Einwanggasse 23/12
Tel. 0664 1833984

www.susanne-pointner.at



Susanne Pointner ist Lehrtherapeutin und Vorstandsmitglied der Gesellschaft für Logotherapie und Existenzanalyse Österreich und der GLE-International. Sie unterrichtet an der Sigmund Freud Universität Wien und hat die Weiterbildung Existenzanalytische Paartherapie entwickelt. Von 2016-2020 war sie Präsidentin der Imago Gesellschaft Österreich.

Seit mehr als 30 Jahren ist Susanne Pointner mit Harald verheiratet, mit dem sie zwei Söhne und eine Tochter hat. Sie liebt Reisen und entdeckt gern neue innere und äußere Welten.

² Sabine und Roland Bösel sind Psychotherapeut*innen aus Wien mit Weiterbildungen in Imago (vgl. www.boesels.at).

**4. – 15.
OKTOBER
2021**

**Eine Reise zu den
Wurzeln der Menschheit
und zu den inneren Quellen.**

TANZANIA

Gesamtleitung & Workshopgestaltung:
Mag.^a Susanne Pointner
Assistenz: Martin Sailer

Highlights

- Tarangire National Park
- Karatu
- Ngoronogoro Krater
- Mount Meru
- Arusha

Innere Reise

- Aufbrechen
- Ausrüstung
- Herausforderungen
- Schwellen
- Entschiedenheit
- Neue Wege

Info & Anmeldung:
Vor Anmeldung ab sofort möglich, Covid Impfung ist Teilnahmevoraussetzung.

praxis@susanne-pointner.at
www.susanne-pointner.at/tanzania-2021



UNVERSCHÄMT GLÜCKLICH IM BETT

TEXT ELISABETH GATT-IRO UND STEFAN GATT

WIE KANN DAS GELIN- GEN?

Wer möchte das nicht: Sich mit dem/der Partner*in im Bett geborgen, geliebt und angenommen fühlen, Momente des Glücks erleben oder gar in verückter Ekstase den Kopf verlieren? In der romantischen Phase am Beginn der Beziehung gelingt es vielen Paaren, solche Zustände zu erleben.

Dabei werden auf einer chemischen Ebene die körpereigenen Neurotransmitter Dopamin, Noradrenalin und Serotonin ausgeschüttet, die den Liebesrausch komplettieren (vgl. Helen Fisher 2005). Dieses selbstverständliche Glück hält aber nur so lange, wie sich beide Partner*innen dafür entscheiden, sich zu entwickeln und eine bewusste, achtsame Beziehung leben zu wollen. Denn wenn wir alten Mustern und Dynamiken, die uns in der Kindheit geschützt haben, nicht auf die Spur kom-

men, werden sie uns in unseren erwachsenen Beziehungen daran hindern, unsere Herzen zu öffnen und unsere Lebendigkeit und sexuelle Lust im Becken und im ganzen Körper zu spüren. Diese Muster blockieren das Erleben erfüllender Sexualität.

Warum ist das so?

Als Kinder lernen wir sehr rasch, wieviel von unserer Lebendigkeit wir unseren Eltern zumuten können, ohne ihre Liebe zu verlieren. Wir sind abhängig von der Zuwendung unserer Bezugspersonen und es ist überlebensnotwendig für uns, Wärme, Geborgenheit und Nähe durch jene Menschen zu bekommen, die uns am nächsten sind.

Wenn wir in einem Umfeld aufwachsen, das nur bestimmte Aspekte unserer Lebendigkeit bejaht, opfern wir diese zugunsten der lebensnotwendigen Nähe.

Wie ist es möglich, unsere Lebendigkeit zu opfern?

Laut Wilhelm Reich, einem Schüler Freuds und dem Begründer körperorientierter Psychotherapie, beginnen wir, uns körperlich anzuspannen, um schmerzhaft oder bedrohliche Gefühle nicht fühlen zu müssen, und vor allem wird unsere Atmung flach, um zu verhindern, dass wir in Kontakt mit unseren Gefühlen kommen. Dies sind unbewusste Vorgänge, welche ergeben, dass wir später mit chronischen Anspannungen durchs Leben laufen und wenig Zugang zu unseren Gefühlen haben. Damit haben wir zwar ausreichend Schutz, sind aber leider nicht in der Lage, unser volles (orgastisches) Potenzial und unsere Hingabe zu leben.

In der Phase der Verliebtheit helfen uns die oben erwähnten körpereigenen Drogen,

uns intensiv lebendig zu fühlen und im Liebesrausch die Verbindung mit der geliebten Person hingebungsvoll genießen zu können. Diese romantische Zeit zeigt uns unser Potenzial und gibt uns eine Ahnung davon, wer wir sein können, wenn wir uns entscheiden, eine bewusste Beziehung zu leben.

Von der romantischen Phase zum Machtkampf

Das Modell der Beziehungsreise von Harville Hendrix macht jedoch deutlich, dass die Phase des Konflikts die romantische Phase ablöst und sich Rechthaberei und Machtansprüche immer wieder nach verliebten Tagen im Paarraum zeigen. Durch die mehr oder weniger offen ausgetragenen Meinungsverschiedenheiten und Verletzungen, die geschehen, einigen wir uns schließlich auf den kleinsten gemeinsamen Nenner. Wir passen uns an und unterdrücken unsere Lebendigkeit zugunsten scheinbarer Harmonie.

Dieses Geschehen spiegelt sich dann letztendlich auch im Bett wider. Je weniger Bewusstheit, Offenheit und Differenzierung in einer Partnerschaft möglich sind, desto mehr langweilige Routine und mechanische Pflichterfüllung werden im Bett stattfinden. Mit der Zeit wird vielleicht gar nichts mehr stattfinden. Die Qualität einer Beziehung zeigt sich an der Lebendigkeit des Sexuallebens eines Paares.

Offenheit und Differenzierung

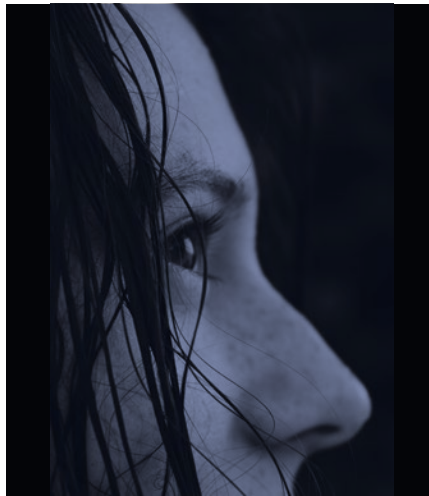
David Schnarch pflegte zu sagen: „Je offener der Geist, desto besser der Sex.“ Wenn ich mich meiner liebsten Person mit dem, was mich antörnt, anvertrauen kann und mich nicht bedeckt halten muss, ist das ein großer Liebes- und Vertrauensbeweis und ein Gradmesser dafür, wie innig unsere Beziehung ist. Wilhelm Reich empfahl, sich während des Liebesspiels in die Augen zu sehen, weil dies die Intimität und erotische Verbindung nährt und die sexuelle Anziehung und Lust steigert. Für viele Paare ist das eine ziemliche Herausforderung, einander mit offenen, liebevollen, lustvollen Augen und Blicken im Bett zu begegnen. Soll dies gelingen, braucht es Offenheit und differenzierte Verbindung – und genau das macht die sexuelle Begegnung erfüllend.

Was bedeutet das konkret?

Zurück zur zweiten Phase der Beziehungsreise: Befinde ich mich im Machtkampf mit meinem/meiner Partner*in, ist unsere Verbindung symbiotisch, denn ich mache mein Verhalten vom Verhalten der anderen Person abhängig. Ich übernehme keine Verantwortung für mich, indem ich der anderen Person

vorwerfe: „Wenn du so agierst, kann ich nur so reagieren. Du/dein Verhalten ‚zwingt‘ mich, auf diese Weise zu handeln. Ich bin ja in Wirklichkeit gar nicht so. DU bist so!“

Ich passe mich an, indem ich mich von der Bestätigung durch meinen/meine Partner*in abhängig mache. Ich zeige bestimmte Seiten von mir nicht mehr, weil ich mir Konflikte ersparen möchte. Ich schlucke und verdränge Unangenehmes oder bilde mir ein, sowieso immer Recht zu haben. Er/Sie hatte die schlechtere Kindheit – damit ist klar, wer das Problem hat.



Frauen sind umso weniger an Sex interessiert, je mehr schlechten Sex sie erleben, meint Naomi Wolf.

Auf zu Mut-Ausbrüchen!

Dies alles sind perfekte Szenarien, um der persönlichen und damit der Weiterentwicklung als Paar aus dem Weg zu gehen. Dahinter steckt meist die pure Angst, nicht mehr geliebt zu werden, wenn man sich zeigt und verletzlich macht, sowie die Angst, wieder verletzt zu werden. Unsere Kindheit lässt grüßen.

Wir alle könnten viel öfter Mut-Ausbrüche haben und uns trauen, zu uns zu stehen, unsere Unterschiedlichkeit zu leben, unsere eigenen Farben zu feiern und uns an den Farben und Eigenheiten unseres/unserer Partner*in zu erfreuen, anstatt zu versuchen, ihn/sie zu domestizieren.

Diese Form der Auseinandersetzung und des Sich-Einlassens ist die ideale Voraussetzung für das Fließen der sexuellen Energie und dieser unwiderstehlichen Anziehung, die sich einstellt, wenn wir einander authentisch und

offen begegnen und es schaffen, Konflikte auf einer gleichwertigen und ebenbürtigen Ebene zu klären. Wir werden Verbündete in der Unterstützung beim Heilen alter Wunden und tragen zum Erblühen unserer geliebten Person bei.

Imago bietet die Methode des Dialogs, um konstruktiv miteinander zu kommunizieren.

Dazu können Sie sich z.B. zu den folgenden Satzanfängen austauschen:

„Eine wunderschöne erotische Begegnung mit dir, an die ich mich gerne erinnere, ist...“

„Warum ich mich manchmal (im Bett) nicht ganz für dich öffne, ist... (bitte hier differenziert bei sich bleiben und über sich sprechen!)“

„Manches Mal schäme ich mich für...“

„Was es für mich schön macht, mit dir zu schlafen, ist...“

„Bei der Vorstellung, dir während des Sex in die Augen zu sehen, fühle ich mich...“

„Und warum das so ist...“

„Wie ich gerne mit dir das nächste Mal Sex haben würde... (so detailliert wie möglich)“

„Was ich an dir anziehend finde...“

„Welches Verhalten von mir sich nicht förderlich auf dein Begehren auswirken könnte...“

Laut Naomi Wolf brauchen Frauen Sicherheit, um sich sexuell ganz öffnen und hingeben zu können. Hält der/die Partner*in einer Frau die Gefühle zurück, öffnet sein/ihr Herz nicht für sie, ist mit den Gedanken woanders, gestresst, hat sich noch nie um die Pflege der Beziehung gekümmert, dann braucht er bzw. sie sich nicht wundern, wenn die Frau keinen Sex möchte.

Wolf meint auch, dass eine Frau umso weniger an Sex interessiert ist, je mehr schlechten Sex sie erlebt. Wie oft haben wir in unserer Praxis schon Frauen sagen hören: „Ich lese lieber ein gutes Buch und trinke ein Glas exzellenten Rotwein, da habe ich mehr davon.“ Viele Männer glauben nach wie vor, dass Beziehung – und damit meinen sie meist sexuelle Beziehung – „funktionieren“ muss. Viele Frauen klagen darüber, dass sie die zunehmende Gereiztheit ihres Mannes schon ein bis zwei Tage nach dem letzten



Viele Männer glauben nach wie vor, dass Beziehung – und damit meinen sie meist sexuelle Beziehung – „funktionieren“ muss.

sexuellen Beisammensein unglaublich schmerzt und auch nervt, denn damit steigt der Druck, dass „es“ bald wieder „passieren“ sollte. Sie hat die Verantwortung für seine Gereiztheit: Denn wenn sie nur öfter wollte, hätte sie ja den nettesten Mann aller Zeiten an ihrer Seite. Viele Männer begegnen ihren Frauen auf einer ständig bedürftigen Ebene, die nicht männlich anziehend wirkt und es schon gar nicht ist. Manche glauben auch, dass sie ein „Recht“ darauf haben, von der Frau sexuell „versorgt“ zu werden. Aber welche Frau möchte mit einem bedürftigen Kind schlafen?

Andererseits erzählen viele Männer von kritiksüchtigen Frauen, die nur sagen können, was sie alles NICHT wollen, anstatt für ihre Wünsche und Bedürfnisse einzustehen und dafür zu sorgen, dass sie sexuell und auch sonst in der Beziehung das bekommen, was sie möchten. Selbstbewusste Frauen, die sich auf der sexuellen Ebene nicht trauen, die Initiative zu ergreifen, sondern in der angepassten Rolle bleiben. Denen ein geputztes Haus wichtiger ist als eine heiße Liebesnacht. Und die solche Angst um ihre Kinder haben, dass sie diese nicht einmal für einen Tag zur Oma geben wollen. Die nicht zulassen können, dass ihr Mann sich auf seine Art und Weise um die Kinder kümmern möchte, ohne Vorschriften von ihnen.

Wenn Sie also NICHT möchten, dass Sie mit Ihrem/Ihrer Partner*in erfüllende Sexualität leben, dann empfehlen wir:

Legen Sie Verhaltensweisen an den Tag, die sich absolut lusttötend auf das Begehren Ihres/Ihrer Partner*in auswirken, wie z.B.:

- Bei der kleinsten Kleinigkeit aggressiv oder mit Rückzug/Schweigen/Schmollen reagieren
- Keine Verantwortung für Themen übernehmen, die in der Beziehung auftauchen, sondern davon ausgehen, dass Frauen die Beziehungsarbeit zukommt
- Sich nicht mit den Themen Ihrer Partnerin auseinandersetzen
- Möglichst viel sexuellen Druck machen
- Davon ausgehen, dass „es“ im Bett von alleine funktionieren muss
- Möglichst wenig für sich selbst sorgen und möglichst gestresst sein
- Sich selbst wichtig nehmen und nicht in „wir“, sondern in „ich“ denken
- Den/Die Partner*in immer kritisch betrachten und auf Wertschätzung verzichten
- Sich niemals mit weiblicher Sexualität befassen
- Den Job wichtiger nehmen als die Beziehung
- Möglichst viele Pornos konsumieren, die Ihnen ein absolut unrealistisches Bild von gelebter Sexualität vermitteln, und versuchen, den/die Partner*in dazu zu motivieren, die gesehenen Szenen mit Ihnen nachzuspielen

(Liste nach Belieben erweiterbar!)

Das Einhalten obiger Empfehlungen wird Ihnen sogar die willigste und lustvollste Person der Welt in kürzester Zeit garantiert vom Leib halten!

Möchten Sie hingegen den Himmel auf Erden kennen lernen, dann empfehlen wir Ihnen:

- Sorgen Sie gut für sich, indem Sie liebevoll und achtsam mit sich und Ihrem Körper umgehen
- Kümmern Sie sich um Ihre Themen, um die Entwicklung Ihres besten Selbst, und übernehmen Sie die volle Verantwortung dafür
- Zeigen Sie sich verletzlich

- Differenzieren Sie sich: Ein offenes Herz und ein offener Geist lassen sexuelle Nähe entstehen. Warten Sie nicht darauf, dass Sie positiv von Ihrem Gegenüber bestätigt werden, sondern trauen Sie sich, authentisch und verletzlich sichtbar zu werden
- Lassen Sie sich auf Konflikte und Reibung ein und bleiben Sie dabei authentisch, ehrlich und konstruktiv
- Lassen Sie Unterschiede stehen und ehren Sie diese. Genau in die Andersartigkeit Ihres/Ihrer Partner*in haben Sie sich ja verliebt
- Nehmen Sie sich Zeit für die Beziehung und räumen Sie ihr oberste Priorität ein
- Werden Sie der/die beste Liebhaber*in für Ihren/Ihre Partner*in. Wissen Sie Bescheid über seine/ihre Vorlieben, Wünsche und Fantasien und überwinden Sie dabei Tabus, alte Verletzungen und Schamgefühle
- Nehmen Sie Druck aus Ihrer Sexualität und begegnen Sie einander offen und erwartungsfrei
- Planen Sie Dates für erotische Rendezvous – und verführen Sie einander
- Machen Sie sich mit Ihrem eigenen Körper vertraut und wissen Sie Bescheid darüber, wie Sie erotisch ticken
- Genießen Sie immer wieder die körperliche Liebe mit sich selbst
- Übernehmen Sie Verantwortung für heiße Beziehungsthemen, indem Sie offen und konstruktiv darüber sprechen

Naomi Wolf hat bei ihren Forschungen weiters herausgefunden, dass Slow Sex oder tantrische Sexpraktiken Frauen besonders ansprechen, weil sie auf die biologische Gegebenheit eingehen, dass Frauen meist länger als ihre Partner brauchen, um zum Orgasmus zu kommen. Je weniger Erwartung und Druck von Seiten des Partners auf die Frau ausgeübt wird, desto besser kann sie sich entspannen und genießen. Viele Frauen sehnen sich nach solchen liebevollen Begegnungen, bei welchen sich ihre Lust langsam aufbauen kann und die Frau Zeit hat, ihr orgasmisches Potenzial kennen zu lernen. Dies fordert natürlich die Männer, sich darin zu üben, entspannt zu bleiben und nicht, wie meist gewohnt, zielorientiert am eigenen Orgasmus zu arbeiten. Unsere Empfehlung: Steigen Sie aus dem Stress des Orgasmusfixierten Sex aus. Seien oder werden Sie Vertraute und Verbündete füreinander und entwickeln Sie sich zu Ihrem besten Selbst.

Eine Möglichkeit für ein Commitment, wie Sie möglichst differenziert in eine Begegnung miteinander gehen können:

Ich achte und ehre meinen und deinen Raum und meine und deine Grenzen.

Ich bin für meine Gefühle selbst verantwortlich.

Ich kommuniziere ehrlich, liebe- und respektvoll.

Ich Sorge liebevoll und wohlwollend für mein emotionales und seelisches Wohlbefinden und meinen Körper.

Ich pflege unsere Beziehung, indem ich meine Themen in meine Verantwortung nehme und nicht Dich dafür verantwortlich mache.

Ich setze mich mit mir und meiner Geschichte auseinander.

Ich bringe mich ganz in unsere (sexuelle) Begegnung ein und mute mich dir mit meiner Lebendigkeit zu.

Ich vertraue darauf, dass du während unserer (intimen) Begegnung gut für dich sorgst und auf dich schaut und mir ehrlich und offen mitteilst, wenn etwas für dich nicht stimmig ist.

Ich gehe erwartungsfrei und ohne Agenda in unsere Begegnung und ermögliche mir und uns dadurch, dass sich der Augenblick entfalten kann.

Alles von dir und mir, das sich zeigen möchte und auftaucht, ist willkommen.

Literaturhinweise:

BROWN B (2013): *Verletzlichkeit macht stark: Wie wir unsere Schutzmechanismen aufgeben und innerlich reich werden.* München: Kailashverlag.

FISHER H (2005): *Warum wir lieben. Die Chemie der Leidenschaft.* Düsseldorf, Zürich: Walterverlag

GATT-IRO E, GATT S (2015): *Unverschämt glücklich.* Wien: Goldegg.

GERMER C (2015): *Der achtsame Weg zum Selbstmitgefühl.* Freiburg: Arbor.

REICH, W (1969): *Die Funktion des Orgasmus.* Köln: Kiepenheuer & Witsch.

SCHNARCH D (2020): *Braintalk – wie wir das Gehirn nutzen, um uns selbst und andere besser zu verstehen.* München: Kösel.

WOLF N (2013): *Vagina – Eine Geschichte der Weiblichkeit.* Reinbek bei Hamburg: Rowohlt



Mag.^a Elisabeth Gatt-Iro

Klinische und Gesundheitspsychologin, Psychotherapeutin, Supervisorin, Coach, Weiterbildungen in Imago (Paartherapie, Paarworkshops)

Mag. Dr. Stefan Gatt

Sportwissenschaftler, Coach & Trainer für Team- und Führungskräfteentwicklung, Weiterbildungen in Imago (Facilitator, Paarworkshops)

A-4020 Linz, Tummelplatz 15
Tel. 0664 1449746, 0664 2105095

www.challengeoflove.at

Seit 1998 sind Elisabeth Gatt-Iro und Stefan Gatt ein Paar und haben miteinander zwei wundervolle Töchter.

Wie alle Paare und Familien haben auch sie nicht nur viele Höhen durchlebt, sondern auch Tiefen. Sie haben erkannt, dass es wichtig ist, sich den Herausforderungen der Liebe jedes Mal aufs Neue zu stellen und entwickeln so ihr persönliches Potenzial und das ihrer Beziehung.

Seit 2008 arbeiten sie gemeinsam mit Paaren, die sie auf ihrer Abenteuerreise der Liebe unterstützen, und erleben diese Tätigkeit als große Bereicherung.

Begegnungs- und Beziehungstage für Paare

Veränderungen und Wachstum beginnen auch in der Partnerschaft in **Krisenzeiten**. Wiederkehrende, quälende Konfliktmuster können durch die von uns entwickelte traumasensible Paartherapie in eine **liebevollen Partnerschaft** transformiert werden. In unseren Workshops mit **IMAGO-Begegnungs-Coaching** begleiten wir ein bis drei Paare in oder nach einer akuten Krise in eine neue und achtsame Begegnung. Auf dieser Basis wird **Vertrauen, Sicherheit und Erotik** zueinander wieder entdeckt.

Termine: Jederzeit Online. In der Praxis: 21. & 22.05., 18.06., 02.07.2021, jeweils 10 bis 14 Uhr. Vor den Workshops: Vorgespräch, Fragebogen und Arbeitsblätter. Finanzieller Beitrag: Halbtags-Workshop ONLINE pro Paar ab € 380, Einzelpaare in der Praxis: € 490 + Ermäßigung bei Buchung eines Fortsetzungs-Workshops.

Dr. Peter Battistich: Klinischer Psychologe, Psychotherapeut (Gestalt, Gruppe), Ehe- und Familienberater, Weiterbildung in Imago Paartherapie

Mag. Eva Scheiber, MSc: Psychotherapeutin (Gestalt), Mediatorin, Weiterbildungen in Trauma-, Krisentherapie (BSP) und Paartherapie (Imago mit Hedy Schleifer, USA)

Anmeldung auf www.battistich.at/imago, per Mail an peter@battistich.at oder unter + 43 676 305 78 12
Ort: Online oder im Institut für Paar- und Familientherapie, 1010 Wien, Rathausstraße 11



ERFAHRUNGEN MIT IMAGO PAARE ERZÄHLEN

In dieser Rubrik erzählen Paare von ihren Erfahrungen mit einer Imago Paartherapie oder -beratung, indem sie Fragen beantworten, die das Redaktionsteam zusammengestellt und Imago Therapeut*innen/ Paarberater*innen zur Weitergabe zur Verfügung gestellt hat.

Simone und Stephan wurden nach einem Imago Paarworkshop bei Sabine und Roland Bösel von Michael Hutter interviewt.



Was war für euch der Anlass, mit einer Imago Paartherapie zu beginnen?

Simone: Ich war bei einem Imago Vortrag von Sabine und Roland Bösel in Ulm und war so fasziniert, dass ich Stephan vorgeschlagen habe, gemeinsam einen Imago Workshop zu besuchen. Ich wollte unserer langjährigen Beziehung – wir sind seit 28 Jahren ein Paar und seit 18 Jahren verheiratet – neuen Schwung und mehr Tiefe verleihen.

Stephan: Ich habe darauf vertraut, dass Simones Vorschlag etwas Gutes ist. Ich wollte uns noch besser kennenlernen und mich selbst mehr spüren.

Wie seht ihr einander jetzt anders als früher?

Simone: Wir begegnen einander auf einer anderen Ebene. Ich kann Stephan und unsere Beziehung besser verstehen und auch wie Verletzungen aus seiner Kindheit in unsere Beziehung hineinspielen. Mich haben seine Tränen beim Workshop sehr berührt. Ich spüre ihn mehr.

Stephan: Ich kann verstärkt Emotionen zulassen und verstehe außerdem, woher sie kommen. Zudem kann ich Simones Verlastängste besser wahrnehmen und mit ihrer Geschichte in Verbindung bringen.

Welches Grundprinzip von Imago hat euch am meisten beeinflusst?

Wir haben noch mehr verstanden und nicht nur unbewusst gespürt, warum wir einander ausgewählt haben. Die klare Struktur des Imago Dialogs ist sehr hilfreich, Neues zu entdecken und gemeinsam zu wachsen.

Euer berührendster Moment?

Stephan: Mich hat es sehr berührt, bei einem Dialog das kleine Mädchen Simone mit all ihren Sorgen und Ängsten um ihren Vater zu erleben. Für mich ist nun verständlicher, warum sie sich so um meine Gesundheit sorgt, was häufig ein Streitthema bei uns war.

Simone: Mich hat es schwer beeindruckt und tief berührt, dass Stephan am Ende des Workshops öffentlich gesagt hat, dass er weitermachen möchte und mir/uns eine ganze Imago Woche auf Zakyntos schenkt.

Wem würdet ihr Imago empfehlen?

Wir würden Imago tatsächlich allen Paaren empfehlen, sowohl jenen, die die Verbindung zueinander verloren haben, als auch jenen, die sie wieder stärken möchten, solchen, die Verletzungen aus der Kindheit aufarbeiten möchten, und solchen, die aktuelle Konflikte haben und weitere gegenseitige Verletzungen vermeiden wollen.

Was würdet ihr Paaren empfehlen, die überlegen mit einer Imago Paartherapie zu beginnen?

Sich zu informieren, ganz unverbindlich auf einen Vortragsabend zu gehen, ein Buch darüber zu lesen und dann nach dem Motto: „Reinspringen! – Es lohnt sich!“ durchzustrarten.

Seid ihr damit einverstanden, euren Beitrag mit eigenem Namen und Foto oder anonym zu veröffentlichen?

So viel wollen wir verraten: Wir heißen Simone und Stephan, haben zwei tolle Jungs (13 und 16 Jahre alt) und wohnen in München.



Wir machen Ihre Steuererklärung ...

... und Sie widmen sich voll und ganz Ihren Klienten.

HFP
Steuerberater

Jede/r Berater*in hat ein Fachgebiet!

Während Sie sich Ihren Klienten widmen, erstellen wir Ihre Steuererklärung samt Einnahmen-Ausgaben-Rechnung und unterstützen Sie bei Ihren Sozialversicherungsangelegenheiten, bei der Geltendmachung Ihrer steuerlichen Begünstigungen und möglichen Förderanträgen.

Das spart Ihnen Zeit, Nerven und Geld!



Gerne können Sie mich für ein kostenloses halbstündiges Erstgespräch kontaktieren.

Mag. Andrea Klausner
andrea.klausner@hfp.at
+43 1 716 05-729
1030 Wien | Beatrixgasse 32

www.hfp.at

HFP ist Steuerberater und Sponsor der Imago Gesellschaft Österreich.

Beziehungswärme
in der Vor-Weihnachtszeit

6. bis 11. Dez. 2021
Villa Sonnwend im
Nationalpark Kalkalpen

In diesem Seminar laden wir Paare ein,
...sich dem gemeinsamen Bild ihrer
Beziehung zu nähern,
...in Bewegung zu kommen,
...sich in IMAGO-Dialogen einander
anzuvertrauen und
Wärme in Ihre Beziehung zu bringen.



Frühlingspreis
bis 31.5.



Gudrun Müller & Thomas Mitterstöger
Trainerin, Bewegungsanalytikerin
Psychotherapeut in Ausbildung unter
Supervision, Katathym Imaginative PT
Imago Professional Facilitator

Info & Anmeldung: www.gudrunmueller.at www.mitterstoeger.at

IMAGO Ausbildungen

mit Evelin und Klaus Brehm

IMAGO Clinical Track für Psychotherapie (auch mit PartnerIn)

IMAGO Professional Facilitator für Training, Coaching, etc.

Lebens- und Sozialberatung, die Berufsausbildung für Beratung



Termine für kostenlose Infoabende,
ausführliche Informationen und
Anmeldunterlagen finden Sie im
Internet unter: www.brehms.eu

brehms⁺ imago
paartherapie und mehr

Staudgasse 7 1180 Wien Tel.+43(1)9426152 www.brehms.eu



ELTERN SEIN, PAAR BLEIBEN

WIE DIE LIEBE ZWISCHEN WINDELEIMERN UND ELTERNSPRECHTAGEN LEBENDIG BLEIBT

TEXT SABINE UND ROLAND BÖSEL

Kinder verändern die Welt, am meisten unsere eigene. Wenn sich eine Paarbeziehung um ein Kind erweitert und sich die Aufgaben der Elternschaft zu denen des Berufs gesellen, vergessen viele Paare darauf, ein Paar zu sein. Mit Folgen, die wir am besten vorher verhindern, währenddessen mildern oder zur Not nachher beheben. Fix ist: Kinder kriegt man als Paar nicht, weil es so einfach ist – und wer die Liebe lebendig halten oder neu entfachen will, muss sie als Aktivität begreifen, nicht als Zustand.

Werden Menschen befragt, was ein glückliches Leben ausmacht, rangiert die Antwort rund um das Führen einer harmonischen Beziehung ganz oben. Nicht weit dahinter kommt das Thema, Kinder zu haben, eine

Familie zu gründen. Auf den ersten Blick sehen Partnerschaft und Familiengründung nach der idealen Wunschkombination aus, nach einer gemeinsamen Sache, nach etwas, das zusammenpasst. Wie praktisch! Doch die wahre Gemeinsamkeit zwischen dem Führen einer Paarbeziehung und dem Begleiten von Kindern ins Leben liegt darin, dass beides niemand je wirklich gelernt hat. Dass niemand vorbereitet ist, dass wir, haben wir auch vielleicht eine bislang „gute“ Beziehung geführt, nicht im Ansatz wissen, was wirklich auf uns zukommt, wenn wir ein Kind bekommen.

Wie ein Baby die Verwandten zu Monstern macht

Als Paartherapeut*innen scheuen wir uns nicht, aus unseren eigenen mittlerweile 43

Jahren Beziehung zu erzählen. Wieso wir sehr genau wissen, was die Ankunft eines ersten Kindes in einer Situation anstrengender Umstände bedeutet? Das kam so: Als exakt zu Beginn unseres dritten Ehejahres unser erster Sohn geboren wurde, hatten wir schon enorme Turbulenzen hinter uns und uns vielfach die Frage gestellt, ob es nicht besser für uns wäre, getrennte Wege zu gehen. Es war in einer Paartherapie, so nach etwa zehn Sitzungen, dass wir erkannt haben, dass das ewige Sich-Trennen und sich dann wieder zu vereinen auch bedeutet, füreinander maximal passend und zugleich maximal unpassend zu sein. Ja, und kaum hatten wir das geklärt, kam also das gewünschte Kind.

Ob wir verrückt seien, wurden wir gefragt, als wir eine ambulante Geburt anstrebten. Oder verantwortungslos, oder alles davon – und da

war sie wieder: die unheimlich anstrengende Macht des Familiensystems, dessen Projektionen man schon als Einzelperson ausgesetzt ist. Als Paar noch viel mehr und als Eltern plötzlich in einem Ausmaß, das man nicht erwartet hat. Mit der Elternschaft spitzt sich erstaunlich zu, was aus gut bekannten Kreisen Neues auf uns einstürmt.

Grenzschutz zwischen Windeln

Eltern zu werden lässt sich erstaunlicherweise gut mathematisch illustrieren, denn ein bisschen ist das wie bei der Mengenlehre: Wenn man um das Paar einen Kreis zieht, kommt dann ein zweiter Kreis dazu, in dem nicht nur das Paar ist, sondern auch das Kind. Dann ein weiterer Kreis mit Schnittmenge: die Familie. Weitere Kreise für Freunde, berufliche Kontakte und so weiter. Und da braucht es als Paar eine klare Grenze. Eine Grenze um den eigenen Kreis, den innersten. Die Verteidigung des Paarkreises kann den jungen Eltern ganz schön viel abverlangen. Sie müssen sich wehren gegen Menschen, die sich bemüßigt fühlen, ihnen zu erklären, was richtig ist, was falsch und was zu gefährlich. Plötzlich finden sich beide Ursprungsfamiliensysteme ein und betrachten den jeweiligen Jungelternanteil als die Speerspitze der eigenen Familie, die die jeweiligen Werte hochhalten soll. Man gibt Tipps, mischt sich ein, erschlägt mit Rat – und schon ist das frischgebackene Elternpaar nur noch damit beschäftigt, sein eigenes, kleines, neu erblühendes Familiensystem zu verteidigen.

Wenn die Grenze des Kreises um das Paar verschwommen ist, wenn sie – von außen (Verwandte) oder von innen (einem/einer der Partner*innen) – gebrochen oder verletzt wird, dann kann es sein, dass das ganze System schon im Moment der Geburt des Kindes oder sogar schon einige Zeit davor kippt. Dass also der Paarkreis kaputt ist und nur noch der Kreis um das Elternsein übrig bleibt. Dass, auf gut Deutsch, die Liebe im ersten Windeleimer versenkt wird und beim letzten Elternsprechtag nur mit viel Einsatz wieder hervorgeholt werden kann.

Die Krux an der Geschichte ist auch, dass für viele Paare in einer relativ kurzen Zeitspanne viel zusammenkommt: ein Paar zu werden, zu heiraten, Eltern zu werden, sich beruflich etwas aufzubauen, sich ein Wohnumfeld zu erschaffen oder gar ein Haus zu bauen. Man nennt diese üblicherweise zehn bis 15 Jahre auch die Rushhour des Lebens, und das ist eine fordernde Zeit – und es bleibt eine, auch wenn man sie noch so gut geplant hat. Weil sich das Leben auch nicht so recht planen lässt und die ursprünglichen Familiensys-

teme immer wieder hineinwirken. Weil die eigenen Eltern vielleicht älter und kränker werden, man sich um einen Bruder oder eine Schwester sorgt, kurzum: Irgendwas ist immer.

Hat noch irgendjemand Sex?

Eine Geburt ist ein emotionales Großereignis, ein Erdbeben und eine enorme Leistung, die eine Frau erbringt. Es sei den Vätern gesagt: Man darf ruhig Respekt haben vor dieser Leistung.

Eine Geburt ist ein Wunder der Natur, aber eines, nach dem viele Frauen oft auch ein ganzes Jahr brauchen, um sich davon zu erholen. Es kann ein ganzes Jahr benötigen, bevor eine Frau wieder bereit ist für Sexualität.

Warum es wichtig ist, als Paar über die Sexualität oder ihr Fehlen zu sprechen? Weil es den Druck rausnimmt, wenn klar ist, dass die Frau sich von der Geburt erholen muss und sich nicht deshalb sexuell zurückhält, weil ihr Partner/ihre Partnerin auf einmal abgemeldet oder für sie nicht mehr attraktiv wäre.

Eine Lösung für die Zeit vor einer neuen Phase mit Sexualität: Gemeinsam beschließen, dass noch gewartet wird und sich der Vorfreude widmen, sich also bewusst gemeinsam darauf freuen, dass es nach einiger Zeit wieder Sex geben wird.

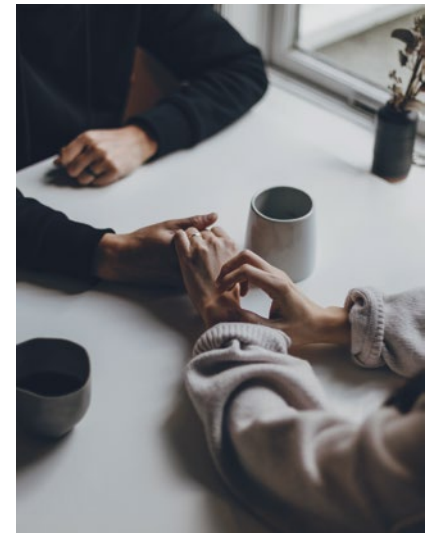
Mit Kindern verändert sich die Sexualität generell – nicht nur der Geburt wegen, auch der Fokus ändert sich. Da ist wichtig zu schauen, was es braucht. Vielleicht ist einmal nur kuscheln angesagt. Vielleicht ist in einer anderen Phase, so nach 20 gemeinsamen Jahren und drei Kindern, auf einmal Entwicklung dran, etwa das Experimentieren mit neuen Formen der Sexualität. Wobei das Neue auch nur bedeuten kann, erotische Spielzeuge zu kaufen oder sich an einem ungewöhnlichen Ort zu vergnügen.

Auch in der besten Partnerschaft kann es Phasen ohne Sexualität geben. Die Frage ist dann einfach: Spreche ich darüber oder verdränge ich es? Die Lösung, das Ziel ist, die Sexualität aktiv mit der Zeit wieder in die Partnerschaft zu bringen.

Fixe Paarzeit oder: Wer ist hier wessen Affäre?

Heutzutage kommen tatsächlich oft Paare während einer Schwangerschaft schon prophylaktisch zu uns in Paartherapie. Sie tun das, weil sie wissen: Es kommt in dieser Zeit darauf an, etwas zu tun, um gut gerüstet zu sein. Sie wollen während der intensiven Zeit mit dem Baby ihre Beziehung im Auge behalten und sich ihr bewusst widmen.

Doch auch zuhause und ohne therapeutische



Wir brauchen als Paar Dates miteinander, für immer.
„Ja, der Tag war schwierig, aber morgen haben wir ja wieder unser Date.“

Begleitung lässt sich über bestimmte Schritte und die Stärkung eines Bewusstseins für die Paarbeziehung sehr viel Gutes bewirken. Wer zu Eltern wird, kann sich zum Beispiel mit einem Ritual helfen, mit dem Ablegen eines Gelübdes. Man gelobt einander, ein Paar zu bleiben. Wir haben dem Thema in unserem neuen Buch „Liebe, wie geht's?“ aus guten Gründen ein eigenes Kapitel gewidmet, aber in aller Kürze erklärt: Wenn die Wochen und Monate voll der Endorphine vorbei sind, sagt man sich: „So, jetzt haben wir diesen neuen Erdenbürger, diese neue Erdenbürgerin ins Leben geholt und jetzt pflegen wir auch wieder unsere Paarbeziehung und wir stellen uns die Frage: Was braucht es dafür? Und genau das machen wir dann.“

Was immer funktioniert und besonders wichtig ist: Ein Paar braucht Paarzeit. Reine Paarzeit, abseits der Elternschaft, ohne Kinder. Eine fixe Paarzeit, mindestens einen Abend in der Woche, zu etablieren, klingt zunächst wenig romantisch oder spontan – aber dafür ist es etwas, worauf man sich freuen kann. Und der/die Babysitter*in muss nur einmal und dann gleich für jeden Donnerstag organisiert werden. Spontaneität ist übrigens keine Voraussetzung für aufregende Erlebnisse. Wir führen zu diesem Einwand gerne ins Feld: Wenn jemand eine heimliche Affäre hat, sind die Treffen meist auch gut geplant und dennoch aufregend. Warum also nicht eine Art „Affäre“ als Paar miteinander leben?



Wer kein Dorf hat, mache sich eines: Ein Paar braucht Paarzeit ohne Kinder.

Wir brauchen als Paar Dates miteinander, für immer. Und wenn dann keiner der beiden und keines der Kinder krank ist, also wenn nicht halb die Welt untergeht, sind diese Termine einzuhalten. Die Botschaft ist: Ja, wir sind Eltern, und vielleicht kleben auf uns noch die Essensreste des Abendmahls des Kindes, aber wir säubern und stylen uns wieder und gehen dann miteinander aus. Worum es geht, ist Raum zu schaffen, in dem die Paarbeziehung möglich ist. Wer die ganze Zeit neben dem Kind sitzt, das aufwachen könnte, hat diesen Raum nicht.

Wenn diese Dates fixiert sind, profitiert das Paar auch von der Vorfreude. „Ja, der Tag war schwierig, aber morgen haben wir ja wieder unser Date“. Bestärkende Anrufe oder einander Textnachrichten zum Thema zu schicken, kann viel Wertschätzung und Vorfreude vermitteln, so nach dem Modell „Ich freue mich schon auf morgen Abend

und ich werde das Hemd anziehen, das du mir geschenkt hast, Schatz“.

Als Paartherapeut*innen werden wir niemals müde zu betonen: Liebe ist eine Aktivität, keine Beschreibung eines Zustands.

Sich einfach mal helfen lassen

Paare und Eltern tun gut daran, sich Unterstützung zu gönnen. Es gibt da so ein schönes afrikanisches Sprichwort, das besagt: Um Kinder zu kriegen, braucht es zwei, um die Kinder zu erziehen, ein ganzes Dorf. Wer kein Dorf hat, mache sich eines: aus Freund*innen, anderen Eltern zwecks wechselseitiger Unterstützung, aus dem bestgeeigneten Teil der Verwandtschaft, aus Babysitter*in und einer Haushaltshilfe, die in der Regel auch finanziell günstiger kommt als die Paartherapie später. Eine Paartherapie kann natürlich ebenfalls sinnvoll oder gar nötig sein. Immer gilt: Dranbleiben macht einen großen Teil gelingender Partnerschaften aus. Dazu ist es ein ewiges Lernen – und am Ende ist es immer auch ein Quäntchen Glück, das es braucht, und das wir jedem Leser, jeder Leserin hier von Herzen wünschen.



© Fotostudio Liewehr

Dr.ⁱⁿ Sabine Bösel

Psychologin, Psychotherapeutin, Weiterbildungen in Imago (Paartherapie, Paarworkshops)

Roland Bösel

Psychotherapeut, Weiterbildungen in Imago (Paartherapie, Paarworkshops)

A-1080 Wien, Maria-Treu-Gasse 1
Tel. 01 402170010

www.boesels.at

Sabine und Roland Bösel leben seit über 40 Jahren in Beziehung, haben drei Kinder und betreiben seit den 1990er Jahren eine psychotherapeutische Praxis, in der sie vorwiegend Paare begleiten und Imago Paarworkshops veranstalten. Sie sind die Entwickler*innen des Generationen- und des Geschwisterworkshops und Autor*innen des Bestsellers *Leih mir dein Ohr und ich schenk dir mein Herz*. Ihr 2. Buch *Warum haben Eltern keinen Beipackzettel?* ist in Deutschland auch als Taschenbuch mit dem Titel *Warum bist du immer so?* erschienen. 2020 veröffentlichten die beiden bereits ihr 3. Buch *Liebe, wie geht's? 52 Impulse für gelingende Beziehungen*.

Imago in der Pädagogik

Weil psychosoziale gesunde Bildung das Leben wertvoller macht

„Habe ich dich gehört?“
Das Imago-KULTur-Buch für Kinder, Familien und die pädagogische Arbeit.



Ilka Wiegrefe



Viktor Bauenfeind

Ausgezeichnet mit L.E.O.-Award und Kinderrechtspreis



Institut für Gewaltprävention und Beziehungskultur
www.team-praesent.at

wir bilden empathische Zukunft

BÜCHER ECKE



„So viel Liebe wie du brauchst“ Der Wegbegleiter für eine erfüllte Beziehung

von Harville Hendrix, Ph.D. und
Helen LaKelly Hunt, Ph.D.

Renate Götz Verlag, Dörfles 2021
ISBN 978-3-902625-79-3
Preis: 22 Euro

Das erste Imago Buch wurde zum
30-Jahr-Jubiläum vollständig
überarbeitet und erweitert!

Das erste und grundlegende Imago Buch.
Erschienen im Jahr 1988 wurde es zu einem
Orientierungsplan, der unzähligen Paaren
den Weg zu einer liebevollen und bewussten
Partnerschaft eröffnete.

Zum 30-Jahr-Jubiläum wurde dieses Buch
von Helen und Harville gänzlich neu über-
arbeitet und an die veränderte, nach Gleich-
wertigkeit und Gleichwürdigkeit strebende
Situation von Frauen und Männern in un-
serer Gesellschaft adaptiert. Neue wissen-
schaftliche Publikationen und Erkenntnisse
wurden integriert, neue Quellen zitiert.

Helen und Harville gelangten über den tur-
bulenten Weg ihrer eigenen Partnerschaft
zur Erkenntnis, wie wesentlich es ist, die
Partnerschaft von negativen Gedanken, von
jeglicher Kritik und von Vorwürfen zu be-
freien. Der Schwerpunkt „Null Negativität
– für einen sicheren und bewusst gestalteten
Paar-Zwischenraum“ und mehrere neu ent-
wickelte Übungen wirken punktgenau und
höchst effektiv.

Helen und Harvilles berufliche und persön-
liche Erfahrungen manifestieren sich klarer
und stärker – ihre Worte gehen unter die
Haut und treffen oft mitten ins Herz.

Das Buch wurde bereits in mehr als 50
Sprachen übersetzt, kürzlich erschien die
deutsche Übersetzung zur überarbeiteten
und ergänzten 30-Jahr-Ausgabe.



„Ohne Wenn und Aber“ Zur Liebe fürs Leben – für Singles und Paare

von Harville Hendrix, Ph.D.

Renate Götz Verlag
ISBN 978-3-902625-00-7
Preis: 17,90 Euro

Dieses Imago Buch steht zu Unrecht
manchmal ein wenig im Schatten seiner
„Buch-Schwestern“. Es ist die ideale Beglei-
tung und eine gute Vertiefung für die hier im
Imago Spiegel und auf der Website der IGÖ
angebotenen Imago Single-Workshops.
Dieses Buch deckt versteckte Mechanismen
der Partner*innensuche auf sowie die Ur-
sachen mancher damit verbundenen Enttä-
schungen.

Ohne Wenn und Aber enthält großartige
Übungen zur Selbst-Reflexion, zur Erweite-
rung des Horizonts und zum Setzen echter
Wachstumsschritte. Wie auch immer Ihre
Beziehungen in der Vergangenheit verlau-
fen sind – Sie können aktiv werden, um in
Zukunft weitaus bessere Chancen zu ha-
ben. Wer von einer liebevollen und erfüllten
Partnerschaft träumt, möge diese Vision nie
aufgeben!

Nicht nur für Singles, sondern auch für
Paare in jeder Phase ihrer Partnerschaft
ist dieses Buch eine Fundgrube an Er-
kenntnissen und bereichernden Impul-
sen.



Harville Hendrix, PhD, und
Helen LaKelly Hunt, PhD

www.harvilleandhelen.com

Harville Hendrix und Helen LaKel-
ly Hunt sind die Begründer*innen
der Imago Therapie und The-
orie. Sie sind international be-
kannte Paartherapeut*innen,
Ausbildner*innen, Vortragende
und Autor*innen von mehr als 10
Büchern.

Helen und Harville haben jeweils
zwei erwachsene Kinder aus erster
Ehe und zwei gemeinsame Kinder.

Die Übungsanleitungen

beider Bücher lassen sich über einen Link
in angenehmer A4-Größe ausdrucken.

Alle Bücher von Harville Hendrix und
Helen LaKelly Hunt sind in deutscher
Sprache im Renate Götz Verlag erhältlich.

Weitere Infos finden Sie unter:
www.rgverlag.com

PSYCHOTHERAPEUT*INNEN/PSYCHOLOG*INNEN MIT WEITERBILDUNG IN IMAGO

ÖSTERREICH

WIEN



Isabella Auinger-Schneider (i.Z.)

Psychotherapeutin in Ausbildung unter Supervision (Integrative Gestalttherapie)

A-1120 Wien, Münchenstraße 14-16/2/11
A-2640 Gloggnitz, Johannesfelsengasse 3/5 (NÖ)
+43 (0) 664 926 17 68
isabella@auinger-schneider.at
auinger-schneider.at



Astrid Amann, MSc

Psychotherapeutin (Psychodrama)

A-1060 Wien, Loquaipplatz 9/3/10
+43 (0) 676 616 7037
astrid@amannundamann.org
amannundamann.org



Dr. Astrid Bartolot-Zips

Klinische und Gesundheitspsychologin, Psychotherapeutin, (Psychodrama)

A-1010 Wien, Mahlerstraße 7/19
A-2325 Pellendorf bei Himberg, Teichgasse 3
+43 (0) 699 18049436
office@astrid-zips.at
astrid-zips.at



Dr. Dominik Batthyány

Psychotherapeut (Existenzanalyse und Logotherapie)

A-1070 Wien, Kirchengasse 43
+43 (0) 676 88088391
batthyany@gmx.at
psychotherapie-batthyany.at
sfu.ac.at/verhaltenssucht



Dr. Peter Battistich

Klinischer und Gesundheitspsychologe, Psychotherapeut (Systemische Familientherapie, körperorientierte Gestalttherapie)

A-1010 Wien, Rathausstraße 11
+43 (0) 676 305 78 12
battistich.at/imago



Roland Bösel

Psychotherapeut (Integrative Gestalttherapie)

A-1080 Wien, Maria Treu Gasse 1/5
+43 (0) 1 402 17 00 10
beziehungsweise-gluecklich@boesels.at
boesels.at



Dr. Sabine Bösel

Psychotherapeutin (Systemische Familientherapie), Klinische und Gesundheitspsychologin

A-1080 Wien, Maria Treu Gasse 1/5
+43 (0) 1 402 17 00 10
beziehungsweise-gluecklich@boesels.at
boesels.at



Mag. Evelin Brehm

Psychotherapeutin (Psychoanalyse)

A-1180 Wien, Staudgasse 7
+43 (0) 1 942 61 52
evelin@brehmsimago.eu
brehmsimago.eu



Mag. (FH) Klaus Brehm

Psychotherapeut (EAP)

A-1180 Wien, Staudgasse 7
+43 (0) 1 942 61 52
klaus@brehmsimago.eu
brehmsimago.eu



Julia Brodacz, MSc

Psychotherapeutin (Integrative Therapie)

A-1070 Wien, Lerchenfelderstraße 113/3
+43 (0) 650 224 8442
julia@brodacz.at
therapie.brodacz.at



Cornelia Cubasch-König, MSc

Psychotherapeutin (Integrative Therapie)

A-1050 Wien, Grüngasse 13
+43 (0) 660 167 05 75
cornelia@cubasch.com
cubasch.com



Mag. Anna Maria Diem (i.Z.)

Psychotherapeutin (Psychoanalyse)

A-1050 Wien, Ziegelofengasse 33/6
+43 (0) 676 374 7720
psychotherapie@annamariadiem.at
annamariadiem.at



Dr. med. Charles Hershkowitz

Facharzt für Psychiatrie, Imago Relationship Therapist, English/deutsch

A-1190 Wien, Hofzeile 16/5
+43 (0) 660 458 9212
+43 (0) 680 200 55 92
info@paarcoaching.wien
couples-coaching-vienna.com
paarcoaching.wien



Mag. Christoph Koder

Psychotherapeut (Systemische Familientherapie)

A-1040 Wien, Brahmplatz 4/13
+43 (0) 664 140 40 20
office@humane-balance.at
humane-balance.at



Maria König-Eichhorn

Psychotherapeutin (Systemische Familientherapie)

A-1130 Wien, Friedenszeile 50
A-9170 Ferlach, Görttschach 11
+43 (0) 664 311 62 78
maria_koenigeichhorn@yahoo.de
beziehungsweise.net



Barbara Kratochwil, MSc

Psychotherapeutin (Integrative Therapie)

Wien/Niederösterreich
barbara_kratochwil@yahoo.de
barbara-kratochwil.at



Eva-Pia Laskowsky

Psychotherapeutin (Systemische Familientherapie)

A-1090 Wien, Währingerstraße 68/16
A-2103 Langenzersdorf, Schulstraße 94 (NÖ)
+43 (0) 664 4427043
eva-pia.laskowsky@aon.at
laskowsky.at



Mag. Karl Lippert

Personenzentrierter Psychotherapeut

A-1090 Wien, Berggasse 8/19
+43 (0) 676 6864250
klip@aon.at
imago-paartherapie.at



Dr. Claudia Luciak-Donsberger

Psychotherapeutin (Systemische Familientherapie), Klinische und Gesundheitspsychologin

A-1140 Wien, Freyenthurmstraße 1/1/1
+43 (0) 699 120 083 24
claudialuciakdonsberger@gmail.com
imagodialog.com



Dr. Mikael Luciak

Psychotherapeut

A-1140 Wien, Freyenthurmstraße 1/1/1
mikael.luciak@univie.ac.at
imagodialog.com



Mag. Dr. Ria Menses

Psychotherapeutin (Psychodrama), Klinische und Gesundheitspsychologin

A-1030 Wien, Salmgasse 5/6
+43 (0) 1 31 93 579
info@riamenses.at
riamenses.at



DSA Irene Penz, MSc

Systemische Psychotherapeutin, Dipl. Sozialarbeiterin

A-1150 Wien, Preysinggasse 48/12
+43 (0) 699 106 092 00
office@irenepenz.at
irenepenz.at



Werner Pitzal

Psychotherapeut (EAP)

1140 Wien, Diesterweggasse 2/7
+43 (0) 676 313 8806
office@pitzal.at
pitzal.at

Die vollständige Liste praktizierender IGÖ-Mitglieder finden Sie auf imagoaustria.at/expertinnen

Die hier angeführte Liste von Psychotherapeut*innen/Psycholog*innen mit Weiterbildung in Imago wurde auf Basis freiwilliger Kostenbeiträge erstellt.

**Mag.ª Susanne Pointner**

Psychotherapeutin
(Existenzanalyse),
Psychologin

A-1140 Wien, Einwanggasse 23/12
+43 (0) 664 183 39 84
praxis@susanne-pointner.at
susanne-pointner.at

**Mag.ª Anna Reinfeld**

Psychotherapeutin
(Integrative Gestalt-
therapie)

A-1230 Wien,
Perchtoldsdorferstraße 11/22
+43 (0) 664 2018010
reinfeld@anna-reinfeld.at
anna-reinfeld.at

**Mag.ª Maria Richter-Zima**

Psychotherapeutin
(Systemische Familien-
therapie)

A-1130 Wien, Wattmanngasse 7/6
A-2531 Gaaden, Skodagasse 11 (NÖ)
+43 (0) 660/651 56 38
info@mariarichterzima.com
mariarichterzima.com

**Prof.ª Dr.ª Gerti Senger**

Klinische und Ges-
undheitspsychologin,
Psychotherapeutin
(Verhaltenstherapie)

A-1190 Wien, Strehlgasse 32
+43 (0) 1 479 12 38
+43 (0) 676 4632814
gerti-senger.at

**Dr. Ines Stamm**

Personenzentrier-
te Psychotherapie,
allgemein beeidete und
gerichtlich zertifizierte
Sachverständige

A-1030 Wien, Matthäusgasse 13/1
A-1030 Wien, Radetzkystraße 4/6
+43 (0) 664 2437878
info@stamm-psychotherapie.at
stamm-psychotherapie.at

**Gertraude Thalndorfer-Steinbauer**

Psychotherapeutin
(Integrative Gestalt-
therapie)

A-1070 Wien, Westbahnstraße 38/11
+43 (0) 699 1140 1747
praxis@selbstentfaltung.org
selbstentfaltung.org

**Mag.ª Michaela Tomek**

Psychotherapeutin
(Systemische Familien-
therapie)

A-1170 Wien, Heigerleinstraße 55/16
+43 (0) 680 3300 588
praxis.tomek@gmail.com
psychotherapie-tomek.at

**Eva Vukovics**

Psychotherapeutin
(Körperorientierte
Psychotherapie), WB
Trauma- und Sexual-
therapie

A-1020 Wien, Castellezgasse 16/8
+43 (0) 699 12 11 14 56
eva.vuk@chello.at
psyonline.at/vukovics_eva

**Mag. Peter Wally** (i.Z.)

Psychotherapeut
(Systemische Familien-
therapie)

A-1100 Wien, Mannhartgasse 10/31
+43 (0) 664 424 1899
peter.wally@gmx.at
peterwally.at

NIEDERÖSTERREICH**Martin Crillovich-Cocoglia, MSc**

Psychotherapeut
(Systemische
Familientherapie)

A-3500 Krems,
Edmund-Hofbauer-Straße 20
+43 (0) 676 311 8642
crillovich@atmos.or.at
quantum-living.com

**Elisabeth Gugler** (i.Z.)

Psychotherapeutin
(Integrative Gestaltthe-
rapie)

A-3351 Weistrach, Pfarrsiedlung 9
+43 (0) 676 739 3220
gugler@therapie-am-hof.at
therapie-am-hof.at

**Dr. Michael Hutter**

Klinischer und
Gesundheits-
psychologe

A-3040 Neulengbach,
Hauptpl. 20/1b
+43 (0) 664/462 65 41
michaelh@begegnungspraxis.at
begegnungspraxis.at

**Mag. Erwin Jäggle**

Psychotherapeut
(Systemische
Familientherapie)

A-2340 Mödling,
Friedrich-Schiller-Straße 65
A-2721 Bad Fischau, Institutgasse 11
+43 (0) 676 491 24 59
erwin.jaeggel@myimago.at
myimago.at

**Psychotherapeut*innen/
Psycholog*innen mit Weiterbil-
dung in Imago** haben den Imago
Clinical Track abgeschlossen.

**Gabriele Kalmar** (i.Z.)

Psychotherapeutin in
Ausbildung unter Su-
pervision (Integrative
Gestalttherapie)

A-3650 Pöggstall,
Rogendorferstraße 17
+43 (0) 681 10 59 47 46
kalmar.gabriele@gmail.com
paartherapie-melk.at

**Ing.ª Mag.ª Claudia Pommer**

Psychotherapeutin
(Verhaltenstherapie),
Psychologin, WB
Sexualtherapie

Gesund im Zentrum,
A-3100 St. Pölten, Kremsergasse 7
+43 (0) 699 110 803 83
c.pommer@gmx.at
psychotherapie-pommer.at

**Mag.ª Eva Renoldner-Gansch**

Psychotherapeutin
(Systemische
Familientherapie)

A-3580 Horn, Im Naturpark 7
+43 (0) 664 27 42 481
eva.renoldner@aon.at
psyonline.at/renoldner-gansch

**Franz Ritter, MAS, MSc**

Psychotherapeut
(Bioenergetik, Gestalt)

A-2620 Neunkirchen, Breitergasse 6
+43 (0) 664 320 06 88
franz.ritter@naikan.com
imagozeit.at

**Mag. David Trallori**

Klinischer Psychologe,
Gesundheitspsychologe
und Psychothera-
peut (Psychodrama)

A-2700 Wiener Neustadt,
Kesslergasse 1
+43 (0) 676 6603130
praxis@david-trallori
david-trallori.at

**Eva Wessely**

Psychotherapeutin
(Dynamische Grup-
penpsychotherapie und
Körperorientierte
Psychotherapie)

A-3400 Kierling,
Hauptstraße 53/2/12
A-1080 Wien, TZ 8,
Maria Treu Gasse 1
+43 (0) 650 250 00 25
eva@partner-imago.at
partner-imago.at

i.Z. steht bei all jenen Imago
Expert*innen, die einen Nachweis
für eine von der Imago Gesellschaft
Österreich anerkannte Imago Fort-
bildung erbracht haben (gültig im
laufenden und nachfolgenden Jahr).

**Dr. Georg Wögerbauer**

Psychotherapeut
(Bioenergetische
Analyse), Arzt für
Allgemeinmedizin

A-3753 Kloster Pernegg, Pernegg 1
+43 (0) 2913 218 40
georg@woegerbauer.at
georg.woegerbauer.at

**Sigrid Wögerbauer**

Psychotherapeutin
(Gestalttheoretische
Psychotherapie)

A-3753 Kloster Pernegg, Pernegg 1
+43 (0) 2913 218 40
sigrid@woegerbauer.at
georg.woegerbauer.at

OBERÖSTERREICH**Mag.ª Elisabeth Gatt-Iro**

Klinische und Gesund-
heitspsychologin,
Psychotherapeutin
(Körperorientierte
Psychotherapie)

A-4020 Linz, Tummelplatz 15
+43 (0) 664/144 97 46
e.gatt-iro@challengeoflove.at
challengeoflove.at

**Mag.ª Elisabeth Golubich**

Klinische und Gesund-
heitspsychologin

A-4813 Altmünster,
Am Huemerhof 53
+43 (0) 650 860 850 6
elisabeth.golubich@gmx.at

**Marianne Haidinger**

Psychotherapeutin
(EMDR, Existenzanaly-
se und Logotherapie)

A-4400 Garsten (Christkindl),
Wögererweg 15
+43 (0) 699 120 473 71
mahaid@gmx.at

**Mag.ª Marianne Kunz**

Psychotherapeutin,
(Bioenergetische Ana-
lyse), Weiterbildung in
Tikkun und EcCT

A-4020 Linz, Hessenplatz 8
+43 (0) 664 1937757
m@psychotherapie-kunz.at
psychotherapie-kunz.at

i.Z.: in Zertifizierung

WB: Weiterbildung

PSYCHOTHERAPEUT*INNEN/PSYCHOLOG*INNEN MIT WEITERBILDUNG IN IMAGO

ÖSTERREICH



Mag. Walter Leeb

Psychotherapeut
(Systemische
Familientherapie)

A-4152 Sarleinsbach, Am Südhang 1
+43 (0) 699 107 31 178
w.leeb@gmx.at



Ursula Pröll-List, MSc. (i. Z.)

Psychotherapeutin (In-
tegrative Therapie), WB
Kinder- und Jugend-
psychotherapie

A-4040 Linz, Spazenhofstraße 22
A-4020 Linz, Hauptplatz 4
+43 (0) 676 7109710
proellist@gmx.at



Mag. Astrid Schallauer

Klinische und Gesund-
heitspsychologin, WB
Kinder- Jugend- und
Familienpsychologie

A-4111 Walding, Lifehausstraße 24
+43 (0) 677 63685436
schallauer@claritas.at
claritas.at



Christine Schallauer

Psychotherapeutin
(Transaktionsanaly-
tische Psychotherapie)

A-4111 Walding, Lifehausstraße 24
+43 (0) 7234 832 20
christine_schallauer@hotmail.com
beziehungsarbeit.at



Dr. Maximilian Schallauer

Psychotherapeut,
Klinischer und Gesund-
heitspsychologe

A-4111 Walding, Lifehausstraße 24
+43 (0) 7234 832 20
dr.schallauer@beziehungsarbeit.at
beziehungsarbeit.at

TIROL



Dr. Bettina Fraisl

Klinische und Ge-
sundheitspsychologin,
Psychotherapeutin
(Psychodrama)

A-6020 Innsbruck, Claudiastraße 14
+43 (0) 664 917 57 76
willkommen@bettina-fraisl.at
bettina-fraisl.at



Mag. Brigitta Pöschl

Psychotherapeutin
(Psychoanalyse)

A-6020 Innsbruck, Tempelstraße 14
+43 (0) 699 11 32 71 06
Brigitta.Poeschl@aon.at
psyonline.at/poeschl_brigitta

STEIERMARK



Dr. Günther Bitzer-Gavornik

Psychotherapeut
(Integrative Gestalt-
therapie und Integrati-
ve Therapie)

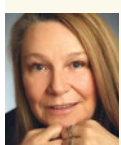
A-8010 Graz, Schillerstraße 6
+43 (0) 664/18 22 773
bitzer-gavornik@institut-impuls.at
institut-impuls.at



Dr. Christine Csamay

Klinische und
Gesundheits-
psychologin

A-8020 Graz, Prankergasse 3
A-7431 Bad Tatzmannsdorf,
St. Martin Straße 12 (Bgl.)
+43 (0) 664/421 74 68
office@christine-csamay.at
christine-csamay.at



Dr. Martina Gavornik

Psychotherapeutin
(Integrative Gestalt-
therapie)

A-8010 Graz, Schillerstraße 6
+43 (0) 664 530 55 96
martina.gavornik@institut-impuls.at
institut-impuls.at

VORARLBERG



Helena Pawloff

Psychotherapeutin
(Konzentrierte
Bewegungstherapie)

A-6800 Feldkirch, Herrengasse 9
A-4310 Mauthausen, Parkstr. 23 (OÖ)
+43 (0) 664 300 11 33
info@lemniskate.at
lemniskate.at

BURGENLAND



Valéria Dr. Bodóné Horváth

Diplomierte Sexual-
therapeutin und
Sozialpädagogin

A-7051 Großhöflein, Koglgasse 12
HUN-1088 Budapest,
Puskin u. 14-16, Ungarn
Tel. +43 (0) 650 440 13 00
valeria.bodo@paar-therapie.eu
paar-therapie.eu



Irmtraud Langer, MSc

Psychotherapeutin
(Psychodrama)

A-7000 Eisenstadt,
Krautgartenweg 3
+43 (0) 680 312 08 62
info@irmtraudlanger.at
irmtraudlanger.at

Die vollständige Liste praktizierender IGÖ-Mitglieder
finden Sie auf: imagoaustria.at/expertinnen

HEILPRAKTIKERINNEN FÜR PSYCHOTHERAPIE MIT WEITERBILDUNG IN IMAGO

DEUTSCHLAND



Davine Bonowski

Heilpraktikerin für
Psychotherapie (HPG)

D-49078 Osnabrück,
Uhlandstrasse 17a
+49 (0)1707190361
praxis@beziehungsraum.eu
beziehungsraum.eu



Nicole Graggo (i.Z.)

Heilpraktikerin für
Psychotherapie (HPG)

D-93049 Regensburg,
Wittelsbacherstraße 6
+49 (0)176 8214 3337
mail@nicolegraggo.de
nicolegraggo.de



Melanie Haselow

Heilpraktikerin für
Psychotherapie (HPG)

D-85665 Moosach,
Höglsteig 4
+49 (0) 8093 903837
info@melaniehaselow.de
imago-muenchen.de



Rebekka Meyboden

Heilpraktikerin für
Psychotherapie, Em-
bodiment fokussierte
Psychologie, PEP (Dr.


M.Bohne)
D-28870, Fischerhude,
Am Mühlenberg 9
+49 (0) 4293 789 716
info@rebekka-meyboden.de
imago-bremen.de

Eine vollständige Liste der Imago Therapeut*innen
IN DEUTSCHLAND finden Sie auf: imago-deutschland.de

Die hier angeführte Liste von Heilpraktikerinnen für Psychotherapie
mit Weiterbildung in Imago wurde auf Basis freiwilliger Kostenbeiträge
erstellt.


WIEN



Mag.^a (FH) Manuela Baierl 
Psychologische Beraterin, Job-Coaching & Karriereberatung


A-1170 Wien, Rosenackerstraße 58/8
+43 (0) 660 66 250 65
hello@inspirationframework.com
inspirationframework.com/ipf



Lea Simone Bogner 
Lebens- und Sozialberaterin, Coaching, Polarität in der Paarbeziehung, Stimmtraining

A-1090 Wien, Porzellangasse 10/21
+43 (0) 650 721 1503
lea@couplemaps.com
leasimone.at



Ingrid Dorfmeister 
Lebens- und Sozialberaterin, Einzelberatung, Paarberatung

A-1040 Wien, Soul Sisters, Goldeggasse 2/11
+43 (0) 664 277 24 29
dorfmeister@lebensseminare.at
lebensseminare.at



Mag.^a Elvira Just (i.Z.)
Lebens- und Sozialberaterin in Ausbildung unter Supervision, Unternehmensberaterin

A-1040 Wien, Goldeggasse 2/11
+43 (0) 676 378 70 43
elvira.just@just-consult.at



Ananda Michels
Psychologische Beraterin, Psychokinesiologin, Dipl. Coach, Dipl. Trainerin

A-1180 Wien, Theresiengasse 33/3
+43 (0) 660 37 87 989
praxis@ananda-michels.com



DI Thomas Mitterstöger 
Psychotherapeut in Ausbildung unter Supervision (Katathym Imaginative PT)


A-1070 Wien, Lerchenfelder Str. 113/3
A-1100 Wien, Männerberatung, Erlachgasse 95/5
+43 (0) 681 20 575 212
thomas@mitterstoeger.at
mitterstoeger.at



Martin Rotter 
Dipl. Lebens- und Sozialberater, Transformationsberater, Trainer, Coach

A-1160 Wien, Arnehtgasse 13
+43 (0) 664 839 43 65
martin@rotter-beratung.at
rotter-beratung.at



Sonja Rotter 
Lebens- und Sozialberaterin, Paarberatung, Lifecoaching

A-1150 Wien, Preysinggasse 48/12
+43 (0) 650 500 60 70
sonja.rotter@imago-coaching.at
imago-coaching.at




Ilka Wiegrefe
Psychosoziale Beraterin, Gewaltprävention & Beziehungskultur in der Schule

A-1140 Wien, Heideweg 8
+43 (0) 1 416 93 23
info@team-praesent.at
team-praesent.at
schulen-loesen-mobbing.at

NIEDERÖSTERREICH



Erika Bradavka 
Supervisorin für Imago Professional Facilitators, Dipl. Ehe- Familien- und Lebensberaterin

A-3040 Neulengbach, Hauptpl. 20/1b
+43 (0) 664 279 24 47
erikab@begegnungspraxis.at
begegnungspraxis.at



Hilde Fehr
Selbstwert-, Single- & Paar-Coach, Dipl. Lebens- und Sozialberaterin

A-3701 Großweikersdorf, Hornerstraße 3
A-1050 Wien, Krongasse 11
+43 (0) 660 871 1701
office@hildefehr.com
hildefehr.com



Birgit-Billy Hold
Lebens- und Sozialberaterin, dipl. Traumapädagogin, Heilmasseurin, Familientrauerbegleiterin

A-2483 Weigelsdorf Michael Moserstr. 36
+43 (0) 664 9430412
birgit.hold@institut-lamano.at
institut-lamano.at



Peter Hold
Dipl. Lebens- und Sozialberater


A-2483 Weigelsdorf Michael Moserstr.36
+43(0) 664 4943480
peter.hold@institut-lamano.at



Michael Schneider
Begleitung und Coaching von Personen in helfenden Berufen

A-2640 Gloggnitz, Johannesfelsengasse 3/5
A-1120 Wien, Belghofergasse 55/6 (Wien)
+43 (0) 664 9702929
michael.schneider2303@gmx.net



Ursula Sova 
Psychologische Beraterin, Unternehmensberaterin und Naturerfahrungs-Trainerin


A-3423 St. Andrä-Wördern, Praxisgemeinschaft Alte Werkstatt, Lehnergasse 17
+43 (0) 699 1050 8687
mail@ursulasova.at
ursulasova.at



Susanne Wagner
Dipl. Lebens- und Sozialberaterin, Bowen Master Practitioner

A-3233 Kilb, Kettenreith 2
+43 (0) 676 840376333
termin@wagnersusanne.at
wagnersusanne.at



Helene Wandl 
Lebens- und Sozialberaterin, Einzel- und Paarberatung, Energietikerin, Radionikerin

A-3420 Kritzendorf, Feldstraße 105
+43 2243 28458
+43 (0) 676 5265071
helene.wandl@gmx.at
selbstentfaltung.net

SALZBURG



Mag. Christoph Ortner (i.Z.)
Unternehmensberater, Wirtschaftscoach, Übergabexperte der WKS

A-5020 Salzburg, Wiesbauerstraße 10/15
+43 (0) 0660 616 3099
info@feedbackgmbh.com


OBERÖSTERREICH



Andrea Artmayr
Dipl. Lebens- und Sozialberaterin, Polarität in der Paarbeziehung, Coaching, Mediation

A-4600 Wels, Schafwiesenstrasse 131
+43 (0) 676 7782686
andrea.artmayr@couplemaps.com
couplemaps.com



Mag. Dr. Stefan Gatt 
Imago Paarworkshop Presenter & Facilitator, Coach für Teams, Führungskräfte, Männer und Beziehungen

A-4020 Linz, Tummelplatz 15
+43 (0) 664 210 50 95
office@challengeoflove.at
gatt-ce.at

KÄRNTEN



Mag.^a Marion Mörtl, MA
Psychologische Beratung, Imago & Achtsamkeitscoach, Einzel-, Paar- und Gruppenbegleitung

A-9020 Klagenfurt, Sponheimerstraße 7
+43 (0) 650 284 9201
praxis@marionmoertl.com
marionmoertl.com

STEIERMARK



Friedrich Ferstl
Lebens- und Sozialberater, Sozial- und Berufspädagoge, Supervisor, Coach

A-8114 Friesach bei Graz, Haritzweg 12
Tel. +43 (0) 664 41 62 027
iz.ferstl@gmail.com
izyourlife.com

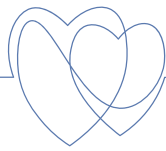
Imago Berater*in

Lebens- und Sozialberater*in mit abgeschlossener Ausbildung zur/zum zertifizierten Imago (Paar) Berater*in sowie Imago Professional Facilitator.

Imago Professional Facilitator

Bezeichnung für Menschen mit unterschiedlichem Berufshintergrund, die im Rahmen des Imago Professional Facilitator Trainings zertifiziert wurden, um Imago in ihrem jeweiligen Berufsfeld auszuüben.

i.Z.: in Zertifizierung



IMAGO WORKSHOPS

Die Imago Workshops für Paare oder Singles mit geprüften und zertifizierten Workshopleiter*innen

In den Single- oder Paarworkshops hören Sie Vorträge, sehen Demonstrationen über neue Formen der Kommunikation, werden auf Fantasie Reisen begleitet und erfahren, welche Auswirkungen Ihre persönliche Geschichte auf Ihre Beziehung hat. Und Sie lernen, was Sie tun können, um glücklich in Beziehung zu leben. Geprüfte und zertifizierte Workshopleiter*innen garantieren Vertraulichkeit und Sicherheit in jedem Original „So viel Liebe, wie du brauchst“ Imago Workshop für Paare und im Imago Workshop „Die Liebe, die du suchst“ für Singles.

TERMINE PAARWORKSHOPS

Dr.ⁱⁿ Sabine & Roland Bösel	+43 (0) 1 402 17 00-10 www.boesels.at	18.–20. Juni 2021 01.–03. Oktober 2021 19.–21. November 2021 21.–23. Jänner 2022	Reichenau/Rax (NÖ) Reichenau/Rax (NÖ) Reichenau/Rax (NÖ) Reichenau/Rax (NÖ)
Mag.^a Evelin & Mag. (FH) Klaus Brehm	+43 (0) 1 942 61 52 www.brehmsimago.eu	25.–27. Juni 2021 01.–03. Oktober 2021 10.–12. Dezember 2021 11.–13. Februar 2022 22.–24. April 2022	Wien Wien Wien Wien
Cubasch-König Cornelia, MSc & Peter Cubasch, MSc	+43 (0) 660 167 05 75 www.cubasch.com	30. Juli –01. August 2021	Bad Dürrenberg/Salzburg
Dr.ⁱⁿ Bettina Fraisl & Dr. Clemens Benedikt	+43 (0) 664 917 57 76 www.bettina-fraisl.at	15.–17. Oktober 2021	Innsbruck/Tirol
Mag.^a Elisabeth Gatt-Iro & Mag. Dr. Stefan Gatt	+43 (0) 664 144 97 46 www.challengeoflove.at	22.–24. Oktober 2021 26.–28. November 2021	St. Johann am Wimberg/OÖ St. Johann am Wimberg/OÖ
Mag. Erwin Jäggle	+43 (0) 676 491 24 59 www.myimago.at	11.–13. Juni 2021 18.–20. Juni 2021 24.–26. September 2021 19.–21. November 2021 01.–03. Juli 2022	Seitenstetten/NÖ Wiener Neustadt/NÖ Wiener Neustadt/NÖ Tainach/Kärnten Seitenstetten/NÖ
Christine & Dr. Maximilian Schallauer	+43 (0) 7234 83 220 www.beziehungsarbeit.at	28.–30. Mai 2021 19.–21. November 2021 04.–06. Februar 2022 20.–22. Mai 2022	Waxenberg bei Linz/OÖ Waxenberg bei Linz/OÖ Waxenberg bei Linz/OÖ Waxenberg bei Linz/OÖ

TERMINE SINGLEWORKSHOPS

Mag.^a Evelin & Mag. (FH) Klaus Brehm	+43 (0) 1 942 61 52 www.brehmsimago.eu	09.–10. Oktober 2021	Wien
Cubasch-König Cornelia, MSc & Peter Cubasch, MSc	+43 (0) 660 167 05 75 www.cubasch.com	04.–06. Juni 2021	Wien
Mag. Erwin Jäggle	+43 (0) 676 491 24 59 www.myimago.at	11.–12. September 2021 16.–17. Oktober 2021 28.–30. Jänner 2022	Wiener Neustadt/NÖ Tainach/Kärnten Seitenstetten/NÖ