

**Ganzheitliches Paartraining  
Paarseminare  
Familiendialoge**



**Elke Christiane Post  
Martin Post**



# UNSER INHALT

- S. 1** Einleitung - Wozu ein Paartraining?
- S. 3-6** Methoden
- S. 7-8** Wann ist das Paartraining geeignet?
- S. 9** Inhalte - Paartraining
- S. 10** Anwendungsformen
- S. 11-17** Seminarangebote
- S. 19** Initiationsrituale
- S. 20-21** Rituale
- S. 22** Regelmäßige Veranstaltungen
- S. 23** Arbeiten nach den Dynamiken des L(i)ebens
- S. 25** Unsere AGB's
- S. 26** Wie und wo Sie uns finden
- S. 27-28** Wer sind wir? - Elke & Martin Post
- S. 29** Werte, die zählen

## WOZU EIN PAARTRAINING?

Paarbeziehungen sind eine große Herausforderung. Wir verhalten uns gegenseitig so, wie wir es eigentlich nicht wollen, aber irgendetwas in uns selbst drängt uns dann, sich entweder aus der emotionalen Nähe zurück zu ziehen oder fordernd zu werden. Es ist ganz normal, dass Paare einen negativen Zyklus entwickeln. Doch niemand spricht darüber, dass es anderen Paaren genauso geht. Und niemand spricht über die Hoffnungslosigkeit, Verletzungen, Sehnsüchte und Krisen. Wir sind für Sie da, hören Ihnen zu und unterstützen Sie mit unseren eigenen Erfahrungen, unserem Mitgefühl und unserer Fachkompetenz.

**„WIR FREUEN UNS SEHR AUF SIE!“**



**„ICH WILL DIR NAH  
SEIN UND MICH  
MIT DIR EINIGEN.“**

*H.&H. Müller-Walbrodt*

# WIR BEGLEITEN SIE MIT

GELASSENHEIT

AUSDAUER

(EIGEN-) ERFAHRUNG

HUMOR

HERZ & WÄRME

UNTERSCHIEDLICHEN METHODEN

VERTRAUEN

LANGJÄHRIGER KOMPETENZ

ÜBUNGEN ZUR WAHREN, TIEFEN, EHRLICHEN NÄHE

ARBEITSMATERIALIEN FÜR ZUHAUSE & LITERATUREMPFEHLUNGEN

KREATIVEN TECHNIKEN, HEILENDEM TANZ

MUSIK & ATMUNG, ENERGIE & KÖRPERÜBUNGEN

**Die Paarberatung soll Sie unterstützen,  
Ihre Beziehung in eine von Liebe  
getragene Partnerschaft zu verwandeln.**

**„STREIT ENTSTEHT, WENN MINDESTENS  
EIN PARTNER NICHT PRÄSENT IST.“**

*E. Post*

# METHODEN, DIE WIR IM EINZELNEN VERWENDEN

## **EFT – Emotionsfokussierte Paartherapie**

EFT ist eine sehr wirkungsvolle Methode, entwickelt von Sue Johnson, um bei Paaren den emotionalen Kontakt und die Bindung zueinander wieder herzustellen. Hierbei spielen die emotionale Zugänglichkeit und Herzöffnung eine große Rolle, ohne dass negative Kindheitserlebnisse im Vordergrund stehen. Die Partner lernen, miteinander reaktionsfähig und zugewandt zu sein. Dyfunktionale Interaktionen werden bewusst gemacht, Bindungsverletzungen werden angeschaut und geheilt und die Partner lernen ihre Bedürfnisse zu erkennen und gegenseitig zu äußern.

---

## **Aufstellungsarbeit**

In einer Aufstellung können Zusammenhänge aus einem System (Familie, Firma, Körper) sichtbar gemacht, Verstrickungen aufgelöst und belastende negative Muster verabschiedet werden.

Zu diesem Thema finden Sie auf dem Youtube-Kanal von Elke Post noch weitere Informationen.

---

## **NLP (Neurolinguistisches Programmieren)**

Ziel des NLP ist es, die eigenen Verhaltensweisen und Lebensstrategien bewusst zu machen und diese lösungsorientiert aus einem Spektrum von individuellen Möglichkeiten situationsabhängig auswählen zu können.

---

## **Innere Kind Arbeit**

In der inneren Kind Arbeit beschäftigen wir uns mit unserem jüngeren Selbst, dem Schattenanteil (Schattenkind) und dem lichten Teil (Sonnenkind). Diese inneren Kinder haben ein Eigenleben, vor allem in der Partnerschaft. Wir lernen sie kennen, verstehen, achten und heilen.

---

## **Gelungene Kommunikation – Gewaltfreie Kommunikation**

Die Gewaltfreie Kommunikation soll Menschen ermöglichen, so miteinander umzugehen, dass der Kommunikationsfluss zu mehr Vertrauen und Freude im Leben führt. GFK kann in diesem Sinne sowohl bei der Kommunikation im Alltag als auch bei der friedlichen Konfliktlösung im persönlichen, beruflichen oder politischen Kontext hilfreich sein. Im Vordergrund steht nicht, andere Menschen zu einem bestimmten Handeln zu bewegen, sondern eine wertschätzende Beziehung zu entwickeln, die mehr Kooperation und gemeinsame Kreativität im Zusammenleben ermöglicht.

---

## **Achtsamkeit, Präsenzübungen**

Achtsamkeit ist eine Qualität des menschlichen Bewusstseins, eine besondere Form von Aufmerksamkeit. Es handelt sich dabei um einen klaren Bewusstseinszustand, der es erlaubt, jede innere und äußere Erfahrung im gegenwärtigen Moment vorurteilsfrei zu registrieren und zuzulassen. Mit zunehmender Achtsamkeit reduzieren sich gewohnheitsmäßige, automatische und unbewusste Reaktionen auf das gegenwärtige Erleben, was zu situationsadäquatem, authentischem und selbstbewusstem Handeln führt. Dieses setzen wir mit alltagsrelevanten Übungen für das Thema Partnerschaft und Familienleben um.

## Heilhalten nach E.C.Post

Heilhalten ist eine Methode, wie man sich durch gegenseitiges Halten Trost spendet, sowie Sicherheit und Geborgenheit vermittelt. Die Methode ist einfach, weil sie uns zu den Ursprüngen führt, die wir alle in uns haben oder vielleicht noch entdecken können. Jeder Mensch hat in der Tiefe seiner Seele das Bedürfnis, gehalten, berührt, gesehen und akzeptiert zu werden. Das passiert ganz von selbst beim Heilhalten. Das Heilhalten kann jeder ohne Vorkenntnisse ausführen. Unsere Aufgabe ist es, durch kleine Unterstützungen die Nähe miteinander zum Fließen zu bringen. Wir schaffen durch unsere Achtsamkeit und Präsenz anderen Menschen den Raum für Annahme, Hingabe und Dankbarkeit. Das Heilhalten ist eine ideale Methode, um aus dem Denken heraus und rein ins Gefühl zu kommen. Paare können Heilhalten bei uns lernen und bei sich zu Hause anwenden.



## Tantra

Tantra ist eine Lebensphilosophie, die alles einschließt und nichts auslöst oder tabuisiert. Tantra ist ein spiritueller Weg ohne Dogmen oder Glaubensbekenntnisse – alles hat im Tantra seinen Raum. Tantra ist körperorientiert und thematisiert die Pole des Männlichen und Weiblichen auf Augenhöhe.

---

## EMDR

EMDR steht für Eye Movement Desensitization and Reprocessing, ein komplexes psychotherapeutisches Verfahren, das seit Mitte der 90er Jahre überaus erfolgreich in der Trauma-Therapie eingesetzt wird. Es arbeitet mit bilateraler Stimulation, d.h. Stimulation beider Gehirnhälften, primär über Augenbewegungen, aber zunehmend auch unter Einbindung des gesamten Körpers. Mit EMDR werden Traumata aufgelöst, ohne in die Tiefe der jeweiligen Situationen gehen zu müssen.

---

## Energiearbeit Reiki

Reiki ist die universelle Kraft, die in allem Lebendigen fließt und auf der Grundlage der Liebe basiert. Reiki ist eine sanfte, ganzheitliche Heilungsmethode. Sie wird durch das Auflegen der Hände übertragen und kann für jeden Menschen durch eine Einweihung aktiviert werden. Paare können sich gegenseitig Reiki geben oder wir geben Ihnen als Paar eine gemeinsame Reikisitzung.

---

NEU

## Familiendialoge & Familientherapie

In der Familienbegleitung werden positive Veränderungen zwischen den Familienmitgliedern der Familie angestrebt. Dabei wird die Entwicklung von Verständnis und Empathie füreinander ein wesentlicher Faktor für das Funktionieren des familiären Systems (Triade) und das Wohlergehen aller Familienmitglieder sein. Wir achten bei der Familienbegleitung darauf, dass wir jedem Mitglied wieder die Position ermöglichen, die ihm innewohnt. Dabei arbeiten wir mit den Dynamiken des L(i)ebens (siehe auch Seite 23), sowie nach V. Satir und mit speziellen Gesprächsabfolgen. Als besonderes Angebot können wir als Familie mit Ihnen als Familie arbeiten.



# WANN IST DAS PAARTRAINING FÜR SIE GEEIGNET?

## 1. Für bestehende (langjährige) Partnerschaften, wenn...

- Liebe fehlt.
- Anerkennung fehlt.
- Eifersucht eine Rolle spielt.
- Einer der Partner krank ist.
- Sie sich mit Ihrem Partner oft streiten.
- Sie beide aneinander vorbei leben.
- Eine Patchworkfamilie Sie überfordert.
- Die Kinder zu viel Raum einnehmen.
- Geben und Nehmen nicht im Einklang sind.
- Wut in der Partnerschaft eine Rolle spielt.
- Sie sich nicht trauen, Ihre Wünsche, Bedürfnisse oder Vorstellungen dem anderen  
Gegenüber zu äußern oder Sie sich diese selbst nicht eingestehen können.
- Ihre Sexualität erfüllter sein könnte und körperliche Nähe fehlt.
- Sie das Verständnis füreinander schwer aufbringen können.
- Ungewollte Kinderlosigkeit Starre hinterlässt.
- Sie kraftlos in der Beziehung sind.
- Hilfslosigkeit entsteht
- Nähe fehlt.

**„ERHALTET EURE SCHMETTERLINGSGEFÜHLE  
FÜR EINANDER.“**

*E. Post*

## 2. Für neue Partnerschaften, wenn...

- ♡ Sie gerade einen Partner kennengelernt haben und eine achtsame, bewusste Basis für die neue Partnerschaft schaffen möchten.
- ♡ Sie die Muster der Vergangenheit verabschieden wollen, die zur Trennung der alten Partnerschaft geführt haben.

## 3. Als Single, wenn...

- ♡ Sie sich bewusst auf eine neue Partnerschaft vorbereiten möchten, um eine gewünschte und passende Person für eine zukünftige Partnerschaft anzuziehen.



**„SIND LIEBE UND LIEBENDER ERST EINMAL  
EINS GEWORDEN, SIND BEIDE BEIDES,  
GEBENDER UND GABE.“**

*Rumi*

# INHALTE UNSERES GANZHEITLICHEN PAARTRAININGS

Neue verlässliche Kommunikationsräume schaffen:  
sich trauen, wichtige und heikle Themen anzusprechen

---

Sind Geben und Nehmen im Einklang? Einen Ausgleich finden!

---

Erkennen, wann, wie und warum Sie aus der Nähe gehen (müssen):  
Übungen zum Nähe- und Distanzverhalten, dem „Ebbe & Flut“-Spiel

---

Bewusstmachen, wann Sie Intimität vermeiden aufgrund von Verlust-  
oder Bindungsängsten: Lernen, wie Ängste überwunden werden können

---

Sind Sie auf Augenhöhe oder ist einer Mutter/Vater  
und der Andere das Kind? Was läuft schief und wie können  
die Dynamiken des L(i)ebens wiederhergestellt werden?

---

Das eigene Innere Kind an die Hand nehmen  
und mit dem Inneren Kind des Partners mitfühlen

---

Entwickeln von gemeinsamen Visionen und Projekten

---

Sich in ALLEN echten Gefühlen zeigen und zwischen  
alten Emotionen und wahren Gefühlen unterscheiden lernen

---

Helfersyndrom und Schützen wollen: Zwei Unarten in der Partnerschaft.  
Hintergründe, wie das entsteht und wie Sie dem widerstehen können

---

Neues Entfachen von körperlicher Anziehung durch die Verteilung  
von männlichen und weiblichen Anteilen bei beiden Partnern

---

Den vorhandenen Beziehungs-Teufelskreislauf  
verstehen und ihn neu choreografieren

# UNSERE ANWENDUNGSFORMEN

EINZELCOACHING

PAARCOACHING

SEMINARE, AUCH INHOUSE

AUFSTELLUNGSABENDE

RETREATS

FERNCOACHING PER SKYPE & TELEFON

Ziel des Paartrainings ist die ehrliche und tiefe Auseinandersetzung allein und miteinander, die einen Einigungsprozess in Gang setzt, neuen Eros entstehen lässt, so dass wahre Liebe fließen kann.



„EINS-SEIN UND DABEI ZWEI BLEIBEN.“

*E. Post*

# UNSERE SEMINARANGEBOTE

bitte auf der Webseite [www.impuls-fortbildung.de](http://www.impuls-fortbildung.de) informieren, teilweise auf Anfrage oder auch inhouse. Sprechen Sie uns gerne an.

## 1. Hold-me-tight® Seminar: Emotionsfokussierte Paartherapie (2 - 3 Tage)

---

„Ich sage ja zu dir.“ Ein Seminar, um tiefe Verbindung zu schaffen, Vertrauen zu gewinnen, Probleme aus dem Weg zu räumen und sich ehrlich, offen und aufmerksam zu begegnen. Dieses Seminar basiert auf der Emotionsfokussierten Paartherapie (EFT) nach Sue Johnson, eine evaluierte Methode mit sieben Paargesprächen und ist nur für Paare geeignet, die sich entschieden haben, trotz Schwierigkeiten gemeinsam weiterzugehen.

## 2. Partnerschafts-Erholungswochenende in der Natur in Groß Thurow, Nordwestmecklenburg (2 Tage)

---

Ein Wochenende in wunderschöner Natur, um neue Beziehungssamen zu säen, um sich miteinander zu erholen (und nicht voneinander) und die gemeinsamen Früchte zu ernten. Wir werden viel in die Natur gehen und lauschen, was sie uns lehrt. 2 Tage, um vom Alltag und den negativen Mustern herunterzufahren. Als Paar miteinander in der Nähe sein, miteinander zu lernen, sich gegenseitig zu stärken, Spaß zu haben u.v.m. Wir werden vor Ort die Kraftplätze nutzen und auf Wunsch ein großes abendliches Feuer machen, wo alte Paarstrukturen entsorgt werden können.



### 3. Elternsein – die Spielregeln in der Familie / Patchworkfamilie

---

Bei diesem Seminar lernen alle Beteiligten, wo ein guter Platz für sie ist und was sie jeweils tun können, um kraftvoll, glücklich und gesund zu sein. Die Grundlage hierfür ist das profilax®-Modell und die Dynamiken des L(i)ebens nach E.C.Post.



### 4. Beratungskompetenz für therapeutische Begleiter\*innen bei Partnerschaftskonflikten (2 - 3 Tage)

---

Dieses Seminar zeigt die wichtigsten Probleme eines Paares auf, macht die Phasen deutlich, die ein Paar durchläuft, kennzeichnet die Dynamiken, die Schwierigkeiten bereiten und gibt den Teilnehmer\*innen klare Richtlinien und Verhaltensweisen, damit professionell umzugehen. Jede\*r Teilnehmer\*in kann neben der beratenden Funktion im Beruf durchaus auch privat von den Inhalten des Seminars profitieren. Das Seminar wird Ihnen Grundsätzliches zum Thema Partnerschaft vermitteln. Verschiedene Modelle für das Verständnis bei Paarproblemen werden vorgestellt und Lösungswege für die Betroffenen aufgezeigt. Als letztes werden die Verhaltensrichtlinien für den Therapeuten/Coach angesprochen und praktisch umgesetzt.

**„INSTINKTIV SPÜREN WIR, DASS KEINE  
ANDERE ERFAHRUNG UNSER LEBEN – ODER  
UNSER GLÜCK, UNSER WOHLBEFINDEN –  
JEMALS STÄRKER BEEINFLUSSEN WIRD,  
ALS ERFOLGREICH ZU LIEBEN UND  
WIEDERGELIEBT ZU WERDEN.“**

*S. Johnson*

## 5. Spirituelle Partnerschaft im Alltag geerdet leben (4 - 5 Tage)

---

Eine spirituelle Partnerschaft zu leben heißt: tiefe, radikale Ehrlichkeit, Intensität, Bewusstheit und Achtsamkeit. Das Wichtigste ist jedoch die wahre Nähe, der erste Schritt, um sich selbst und den anderen bedingungslos zu lieben. Doch die wahre Nähe zu halten und damit die Beziehung zur eigenen endgültigen Heilung zu nutzen, ist im Alltag, der von Ängsten, alten Emotionen, Verletzungen und Verstrickungen geprägt ist, schwierig. In diesem praktisch orientierten Seminar werden wir uns den verschiedenen Paardynamiken, systemischen Hintergründen, ge- und misslungener Paarkommunikation u.v.m. widmen. Durch ein Feuerritual werden wir die jahrhundertealten karmischen Paarmuster und Ahnenprogramme auflösen. Außerdem werden wir Herzöffnungsübungen in der Natur praktizieren. Die Einweihung in die heilige Beziehung der neuen Energie durch Jeshua und Maria Magdalena bilden den Seminarhöhepunkt. Die Teilnehmer nehmen viele Anregungen und Materialien mit, um zu Hause mit dem Gelernten fortzufahren.



## 6. Als Paar und in der Partnerschaft Revue passieren (1 Tag)

---

An diesem Tag werden wir uns zurückbesinnen, wie das Jahr als Paar geprägt war. Jedes Paar legt miteinander eine Lebensstraße und kann durch Leid und Freude der gemeinsamen Jahresereignisse mit allen Sinnen hindurch schreiten.



## 7. Als Paar Visionen entwickeln (1 Tag)

---

Eine gemeinsame Zukunft und erfüllte Projekte helfen dem Paar, in seine Kraft zu kommen. An diesem Tag werden wir Sie unterstützen, Visionen zu entwickeln, die Sie verbinden können. Wir werden mit speziellen Techniken dafür sorgen, dass auch der erste Schritt der Vision und die konkrete Manifestation der gemeinsamen Zukunft gesichert ist. Hierbei werden wir viel Spaß haben.

**„DIE SEXUALITÄT IST DER KLEBER  
ZWISCHEN DEN PARTNERN.“**

*E.Post*



## **8. Aufstellungsabende für Paare bzw. das Thema Partnerschaft**

---

Regelmäßig im Internet unter [www.impuls-fortbildung.de](http://www.impuls-fortbildung.de)

Wer kennt das nicht: Eine Situation ist herausfordernd, wir fühlen uns unverstanden oder verletzt und reagieren mit Kampf, Flucht oder Erstarrung. In diesem Seminar beschäftigen wir uns mit den neurobiologischen Hintergründen dieses Phänomens und erschließen uns einen Zugang zu einem alternativen Wunschverhalten. Außerdem lernen die Teilnehmer\*innen in diesem Seminar ihre Emotionen und Gefühle wahrzunehmen und zu unterscheiden. Alle Inhalte sind auch für die Anwendung mit anderen Menschen geeignet. Wir werden uns praktisch mit dem Thema Wut, Trauer, Angst, Scham beschäftigen und wie man diese in eine soziale Kraft umwandeln kann. Das Ziel ist die Freude und Leichtigkeit einzuladen und gemeinsam als Paar zu leben.

**„ERST VERLASSEN WIR UNS SELBST UND WERFEN  
DANN DEM PARTNER VOR, ER WÜRDEN UNS  
NICHT ANGEMESSEN BEACHTEN.“**

*H. Matthaei*

## **9. Aufstellungsabend zum Loslassen alter Muster**

---

Regelmäßig im Internet unter [www.impuls-fortbildung.de](http://www.impuls-fortbildung.de)

Alle Paare entwickeln irgendwann einmal Dynamiken, die nicht förderlich für die Liebe und Nähe sind. Meistens ereilen uns diese Muster aus früheren Tagen. Sie dienen als Schutzstrategien, sind aber im Kontext mit der Partnerschaft hinderlich. An diesem Abend gibt es die Möglichkeit, diese Muster aufzulösen, als Paar, einzelner Partner oder auch als Single.

## 10. Beziehungstraining (1-3 Tage)

---

Wir haben nirgendwo gelernt, wie BeZIEHUNG geht. Wenn wir ein Paar sind, beziehen wir uns automatisch aufeinander. Aber das entwickelt sich häufig eher als ein „Ziehen“ in eine Richtung. Eine balancierte harmonische Beziehung will gelernt sein. Ein praktisches Seminar oder auch als Paarsession möglich.



## 11. Fühlen und gefühlt werden (2-3 Tage)

---

Regelmäßig im Internet unter [www.impuls-fortbildung.de](http://www.impuls-fortbildung.de)

Systemische Verstrickungen beherrschen und bestimmen unsere Partnerschaften. Wie beeinflusst unsere Herkunftsfamilie unsere Partnerschaft? Um in eine gesunde, kraftvolle Beziehung zu gehen, ist es sehr erleichternd und förderlich, sich die alten Ahnenprogramme aus der Ursprungsfamilie anzuschauen und Verstrickungen zu lösen. Hierdurch kommen die Partner in eine ungeahnte Kraft, um Leichtigkeit und Lebendigkeit in Partnerschaft und Familie leben zu können. Das Ziel der Arbeit ist, dass Ängste vor Nähe, Verletzung und Verlust der Liebe ursächlich umgewandelt werden können, um Neues gemeinsam zu installieren. Auch Singles sind willkommen.

## BEISPIEL FÜR EIN PAARTHEMA

Ein Partner hat Probleme, in die körperliche Nähe zu gehen und der Andere hat Probleme, in die emotionale Nähe zu gehen. Beide bauen sich Hintertüren ein, um vor der Nähe zu fliehen. Darin sind sie sehr vielfältig Arbeit, Außenbeziehung, Lesen, Fernsehen, Essen, extreme Selbstbefriedigung. Beide haben Angst vor der Liebe.

### 12. Heilhalten (1-2 Tage)

---

Heilhalten ist eine Therapiemethode, wie man sich durch gegenseitiges Halten Trost spendet, Sicherheit und Geborgenheit vermittelt. In diesem Seminar werden einerseits theoretische und historische Hintergründe zum Thema Halten, Berührung und Körperarbeit gelernt, andererseits viele praktische Impulse gegeben, wie, wann, wo, mit wem und mit was Heilhalten funktioniert. Das Seminar wird durch therapeutische Anwendungen im Bereich Traumata, Burn-out, Beziehungskonflikte, Innere Kind Arbeit u.v.m. ergänzt. In der Partnerschaft ist es eine wunderbare Möglichkeit, zu einer tiefen und wahren Nähe miteinander zu kommen.

### 13. Sehen und gesehen werden, hören und gehört werden, fühlen und gefühlt werden (2 Tage)

---

In der Partnerschaft kommunizieren wir oft aneinander vorbei. In diesem Seminar wollen wir mit Übungen der Achtsamkeit und den Methoden der Gewaltfreien Kommunikation sowie der genauen Vorgehensweise des NLP praktisches Werkzeug für den Alltag als Paar erarbeiten. Raus aus dem Verurteilen, rein in die sinnliche Wahrnehmung!



# INITIATIONSRITUALE FÜR DAS ERWACHSEN WERDEN UND DAS ERWACHSEN SEIN

## „DIE GEBURT DES MANNES“: MANN WERDEN

---

In diesem besonderen Seminar wird die Initiation zum Mann nachempfunden mit Aufstellungs- und schamanischer Ritualarbeit. Es geht um die liebevolle Loslösung von der Mutter, die Kontaktaufnahme zum Vater und den männlichen Ahnen und schließlich um die männliche Kraft zu seiner geliebten Frau mit geheiltem inneren Kind. Je nach Wetterlage werden Teile draußen stattfinden. Das Ritual findet über Nacht statt und kann mit der eigenen Partnerin durchgeführt werden. Dieses Ritual kann ab 9 Jahren / bis ins hohe Alter gebucht werden.

## „DIE GEBURT DER FRAU“: FRAU WERDEN

---

In diesem besonderen Seminar wird die Initiation zur Frau nachempfunden mit Aufstellungs- und schamanischer Ritualarbeit. Das Mädchen lernt die stützende Kraft der Eltern liebevoll anzunehmen. Die Mutter (eine Stellvertreterin oder die leibliche) führt sie in die Gemeinschaft der Frauen ein und begleitet sie bei dem Übergang vom Mädchen zur jungen Frau. Anschließend begegnet sie ihrem geliebten Mann mit geheiltem Inneren Kind.

Dieses Seminar kann ab 11 Jahren / bis in hohe Alter durchgeführt werden.

## „DIE PAARGEBURT“: PAAR WERDEN MIT DER HEILIGEN HOCHZEIT

---

Als Kombination zu den anderen beiden Seminaren können dann der geborene Mann und die geborene Frau die heilige Hochzeit feiern. Hierbei geht es um verbindliche Nähe und radikale Ehrlichkeit. Ein tiefes und intensives Erlebnis für beide.

**„WENN DIE ARBEIT BEIM MANN ZUR  
GELIEBTEN WIRD, WIRD DIE FRAU  
ZUR MUTTER DES MANNES.“**

*E. Post*

# LEBENSRIITUALE

## VERGEBUNGSRIITUAL ZWISCHEN MANN UND FRAU

---

Wir haben zwischen den Geschlechtern viel aufzuräumen, denn viele Jahrhunderte litten wir unter dem anderen Geschlecht, vor allem die Frauen unter den Männern. Wir bekriegten uns gegenseitig. Bei diesem Ritual wollen wir das beenden und Krieg, Vergewaltigung, Lüge, Bedürftigkeit und Intrige endgültig vergeben.



## TRENNUNGSRIITUAL: „WÜRDIG ABSCHIED NEHMEN – ENT-SCHULDEN“, VERZEIHEN & VERGEBEN

---

Wenn Sie sich entschieden haben, Ihre Partnerschaft aufzulösen, ist es wichtig, die Kraft, die Sie gemeinsam hatten, zu würdigen, vor allem, wenn Sie schon lange ein Paar waren und Kinder haben. Sie lösen die Partnerschaft auf, aber nicht die Elternschaft. Diese neue Basis kann der Beginn einer Freundschaft sein. Seien Sie sich eine Stütze im Alltag, auch wenn jeder seinen eigenen partnerschaftlichen Weg geht. Das Ritual hilft Ihnen, alles Alte energetisch zu trennen ohne Schmerz und Leid, jeder kann nun allein wachsen, ohne „Rosenkrieg“.

## DIE STRASSE DES LEBENS – SYSTEMISCH-BIOGRAFISCHE SYMBOLARBEIT (1 TAG)

---

Die Straße des Lebens ist ein Geschenk, das Sie sich gemeinsam als Paar machen. Dieses Ritual ist eine detaillierte biografische Zeitlinienarbeit, wo über Symbole einmal in das geschaut wird, was in Ihrem Leben alles passiert ist, was Sie beglückt, bewegt, erfüllt hat, wo Krisen und Glücksmomente waren. Bei dieser Arbeit werden sich vielleicht auch noch offenstehende Themen, Wiederholungen und Ressourcen zeigen, die dann für die Zukunftsplanung und Vision eine große Rolle spielen. Innerhalb dieses Prozesses können die aufkommenden Themen über eine Aufstellungsarbeit auf der Basis des profilax®-Modells und der Dynamiken des L(i)ebens aufgelöst und geheilt werden. Das Setting findet in einem geschützten Rahmen statt.

## HOCHZEITSRITUAL

---

Sie möchten keine gewöhnliche Hochzeit sondern wollen ein einmalig kraftvolles und unvergessenes Fest? Sie möchten vor dem Hochzeitstermin gemeinsam begleitet und auf mögliche Themen, die mit dem Ja-Wort auftauchen, wie Ängste, alte Probleme mit ehemaligen Partnern, Eifersucht u.ä. liebevoll, achtsam und ehrlich begleitet werden? Dann ist dieses Ritual etwas für Sie. Unsere Schwerpunkte sind hierbei, die Ahnen mit einzubeziehen, diese zu achten und zu würdigen, und die Widerstände hierzu aufzuarbeiten. Außerdem wollen wir in der gemeinsamen Vorbereitung den Teufelskreislauf, der sich manchmal in der Paardynamik eingeschlichen hat, enttarnen und neu choreografieren, damit sich die Eheleute auf Augenhöhe begegnen und in ihre jeweilige Verantwortung gehen können. Sprechen Sie uns gerne an.

## WOHLFÜHLRITUAL

---

Wenn Sie etwas ganz Besonderes wünschen, oder Ihrer Liebsten/Ihrem Liebsten ein Geschenk machen wollen, können wir Sie als Paar verwöhnen mit einer gemeinsamen Klangschalenbehandlung, einer Reikisitzung oder einer Kristalllegung.

# REGELMÄßIGE VERANSTALTUNGEN

## FRAUENTEMPELKREIS MIT E. C. POST

---

Dieser Frauentempelkreis richtet sich an alle Frauen, die die weibliche Energie suchen und sich im Weiblichen unterstützen und nähren lassen wollen. Wir werden uns alle paar Monate in einem Frauenkreis verschiedenen Alters (ab 12 Jahre) treffen, um uns mit uns zu beschäftigen und uns selbst und anderen Frauen etwas Gutes zu tun. Jeder Frauentempelkreis bietet uns als Frau einen Raum, indem wir uns öffnen und gegenseitig unterstützen können. Jedes Treffen wird unter einem Motto stehen, es wird aber trotzdem genug Zeit sein, sich frei auszutauschen, zuzuhören, sich gegenseitig berühren wer will, miteinander zu essen und zu tanzen. Die Themen des Frauentempelkreises können sehr unterschiedlich sein und richten sich nach den Teilnehmerinnen: weibliche Sexualität, Partnerschaft, Selbstliebe, Gewalterfahrung, Nachnahrung, Wechsel-Zeiten, Kinder bekommen, Mutter sein, Selbstwahrnehmung und sich selbst fühlen, innere und äußere Schönheit, Figur-"Probleme", die Tochter und der fehlende Papa oder die abwesende Mutter, Schwester sein, ... was immer Sie mitbringen, ist willkommen.

Termine auf Anfrage.

## MÄNNERGESPRÄCHE MIT M. POST

---

Männergespräche ist ein regelmäßiges Treffen eines Männerkreises zum Austausch und verbinden. Hierbei geht es um Themen wie Ersatz-Partner der Mutter sein, Liebe durch Leistung, die Trennung von den väterlichen Ahnen, Gefühle zeigen, Spiritualität leben, sich als (Ehe-) Mann gutfühlen, ein prä-senter Vater sein, Sexualität, Männerfreundschaft, Schuldgefühle u.v.m.

Termine auf Anfrage.



# WIR ARBEITEN NACH DEN DYNAMIKEN DES L(I)EBENS

## 1. HIERARCHIE

---

Der, der vorher da war, hat Vorrang, d.h. er hat mehr Verantwortung, mehr Rechte und mehr Pflichten. Energetisch ist er größer.  
Ein Paar ist ebenbürtig und auf Augenhöhe.

## 2. GEBEN UND NEHMEN

---

Eltern geben, Kinder nehmen. Bei Paaren muss Geben und Nehmen im Einklang aber nicht im Gleichklang sein, sonst fühlt sich der, der zu viel nimmt, schuldig und verlässt die Beziehung.

## 3. AUSSCHLUSS

---

Der, der ausgeschlossen wird, wird von einem Nachfolgenden, meist aus dem gleichen System und meist mit gleichem Geschlecht, vertreten. Ausschluss kann heißen, dass eine Person vom System abgelehnt, verstoßen oder ignoriert wird, oder dass ihr ein schweres Schicksal widerfahren ist, wo alle wegschauen (müssen).

Das Leben folgt Ordnungen, die uns teils bewusst und teils unbewusst sind und der Rückgewinnung der wahren freien Liebe dienen. Wenn die Dynamiken des L(i)ebens nicht eingehalten werden oder wir gegen sie verstoßen, bindet das Energie, wo die Liebe fehlt und es dadurch Störfelder bezüglich Beziehungen, des beruflichen Erfolges und der Gesundheit gibt. Das Glück geht verloren. Eine nachfolgende Person (z.B. Tochter) darf nichts für die Eltern tragen, übernehmen oder ausgleichen. Das führt zu Störfeldern des gesamten Systems, vor allem aber für die beiden betroffenen Personen.

**„WIR FREUEN UNS SEHR AUF SIE!“**

**Elke Christiane Post  
Martin Post**



# UNSERE AGB'S

## KONTAKT

Wenn Sie unsere Arbeitsweise kennenlernen möchten, buchen Sie gerne eine Sitzung. Mailen Sie uns kurz Ihr Anliegen, Ihre Telefonnummer und Zeiten, in denen Sie erreichbar sind oder wir können auch telefonieren. Wir melden uns bei Ihnen.

## DAUER DER PAAR - ODER EINZELSITZUNGEN

Was die Dauer der Beratung und die Häufigkeit der Sitzungen betrifft, stellen wir uns auf Sie ein, denn beides hängt von Ihrer individuellen Situation, von Ihrem Ziel und von Ihren zeitlichen Ressourcen ab. Sie können sich von uns z.B. in einer Krisensituation unterstützen lassen, in der es darum geht, einen akuten Konflikt zu lösen. Sie können sich aber auch bei der tiefergehenden Erforschung der emotionalen Hintergründe Ihrer Situation längerfristig begleiten lassen.

## VERSCHWIEGENHEIT

Es ist für uns selbstverständlich, dass wir unbedingte Verschwiegenheit über Inhalte der gesamten Beratung sowie über Ihre persönlichen Daten wahren.

## INVESTITION

Je nach Angebot. Bitte anfragen.

## TERMINE ABSAGEN

Wenn Sie einmal eine Sitzung absagen müssen, so informieren Sie uns bitte mindestens 48 Stunden im Voraus. Ansonsten müssen wir Ihnen die nicht wahrgenommene Sitzung in Rechnung stellen. Bei Seminaren gelten die aktuellen AGB's.

## **ORTE DER ANGEBOTE**

22767 Hamburg-Altona, Norderreihe 63

19205 Groß Thurow, Kneaser Str. 14

Kraftplätze

Inhouse

Retreats: Portugal, England, Ägypten, Bali, Österreich & Azoren

## **ANMELDUNG FÜR SEMINARE**

imPuls-Fortbildung, Große Brunnenstraße 1, 22763 Hamburg,

[info@impuls-fortbildung.de](mailto:info@impuls-fortbildung.de)

[www.impuls-fortbildung.de](http://www.impuls-fortbildung.de)

[www.wirundwir.com](http://www.wirundwir.com)

## **ANSCHRIFT**

Große Brunnenstraße 1, 22763 Hamburg

Tel: 040/3905093

Fax: 040/3905094

ELKE CHRISTIANE POST: [therapie@ergo-post.de](mailto:therapie@ergo-post.de) / +49 172 4225011

MARTIN POST: [info@musicia.de](mailto:info@musicia.de) / +49 172 2933005

## ELKE CHRISTIANE POST



*Jg. 1963, verheiratet mit Martin, 2 Kinder*

Nach dem Abitur und einem Auslandsaufenthalt in Canada machte ich eine Ausbildung zur Ergotherapeutin, Abschluss 1986. Ich arbeitete in verschiedenen Fachkliniken in leitender Stellung, Schwerpunkt Neurologie und Geriatrie. 1998 eröffnete ich meine eigene Praxis in Hamburg, 2005 und 2008 jeweils eine weitere. Seit 1986 halte ich Seminare im In- und Ausland und unterrichte das therapeutische Team. Ich bin Autorin verschiedener Fachartikel und Bücher. NLP praktiziere ich mit Leidenschaft seit 1987, im Jahr 2000 wurde ich NLP-Lehrtrainerin, DVNLP, und bilde seitdem im Neuro Linguistischen Programmieren aus. 1998 entstand mein eigenes Therapiemodell profilax®, welches von mir seither weiterentwickelt und gelehrt wird. 2005 wurde das Modell wissenschaftlich validiert. Privat liebe ich die Natur, tanze und lese gerne, gehe gerne spazieren und liebe es, mit meiner Familie Zeit zu verbringen.

### **BEHANDLUNGSSCHWERPUNKTE VON ELKE C. POST**

Begleitung von Lebens- und Heilungsprozessen mit NLP und nach dem profilax®-Modell, anatomische Analysen, systemische Aufstellungsarbeit, Arbeit mit den inneren persönlichen Anteilen, Coaching und Supervision, schamanische Heilarbeit (Huna) und spirituelles Heilen, Energiearbeit (Reiki), NLP-Ausbildungen (DVNLP), Ausbildung zum profilax®-Trainer und zur körper- & emotionsfokussierten Aufstellungsarbeit, Klangmassage (P.Hess), Kristallarbeit und Kristallheilung, Traumabehandlungen (EMDR), Heilhalten, Paartraining nach Elke C. Post, EFT-Paartherapie und Beziehung coaching.

## MARTIN POST



*Jg. 1964, verheiratet mit Elke, 2 Kinder*

Nach dem Abitur studierte ich Opern- und Oratoriengesang und schloss mein Studium als Diplom- Musiklehrer ab. Ich unterrichtete 15 Jahre lang Gesang an der Musikhochschule Bremen. Parallel dazu machte ich eine Ausbildung zum Fachwirt für Finanzberatung (IHK) und übernahm die Geschäftsführung der ergotherapeutischen Praxis von Elke. Durch die vielseitigen Erfahrungen konnte ich andere Menschen in Existenz- und Unternehmungsberatung begleiten. Zudem gründeten Elke und ich 1999 das Fortbildungsinstitut imPuls, welches ich als Geschäftsführer betreue. In den letzten Jahren habe ich mich zusätzlich in NLP ausbilden lassen, bin mittlerweile NLP- Lehrtrainer, DVNLP, und leite mit Elke zusammen die NLP- Ausbildungen. Außerdem führte mich mein Weg auch in die ganzheitliche Richtung, und ich eignete mir das profilax®- Modell an, welches Elke seit 1998 entwickelt und lehrt.

Gemeinsam haben wir die Paartherapieausbildung zur emotionsfokussierten Paartherapie (EFT) absolviert, die wir jeweils einzeln, aber auch gemeinsam anbieten Privat liebe ich es, meine Liebsten zu bekochen und zu verwöhnen, schmökere gern in einem historischen Roman und spiele leidenschaftlich Volleyball.

PAARSEMINAR

LIEBE

LACHEN

LEBEN

GÖTTLICHE LIEBE LEIDENSCHAFT

PAARVISION

PARTNERSCHAFT BELEBEN

ZEIT FÜR DIE LIEBE

GÖTTLICHE SEXUALITÄT

SCHMETTERLINGE WECKEN

GEMEINSAME VISION ALS PAAR

HEILENDER SEX

EROTIK

ERFÜLLUNG

PAARBERATUNG

PAARTRAINING

LIEBEN

LUST

## MARTIN POST



*Jg. 1964, verheiratet mit Elke, 2 Kinder*

Nach dem Abitur studierte ich Opern- und Oratoriengesang und schloss mein Studium als Diplom- Musiklehrer ab. Ich unterrichtete 15 Jahre lang Gesang an der Musikhochschule Bremen. Parallel dazu machte ich eine Ausbildung zum Fachwirt für Finanzberatung (IHK) und übernahm die Geschäftsführung der ergotherapeutischen Praxis von Elke. Durch die vielseitigen Erfahrungen konnte ich andere Menschen in Existenz- und Unternehmungsberatung begleiten. Zudem gründeten Elke und ich 1999 das Fortbildungsinstitut imPuls, welches ich als Geschäftsführer betreue. In den letzten Jahren habe ich mich zusätzlich in NLP ausbilden lassen, bin mittlerweile NLP- Lehrtrainer, DVNLP, und leite mit Elke zusammen die NLP- Ausbildungen. Außerdem führte mich mein Weg auch in die ganzheitliche Richtung, und ich eignete mir das profilax®- Modell an, welches Elke seit 1998 entwickelt und lehrt.

Gemeinsam haben wir die Paartherapieausbildung zur emotionsfokussierten Paartherapie (EFT) absolviert, die wir jeweils einzeln, aber auch gemeinsam anbieten Privat liebe ich es, meine Liebsten zu bekochen und zu verwöhnen, schmökere gern in einem historischen Roman und spiele leidenschaftlich Volleyball.



PAARSEMINAR

LIEBE

LACHEN

LEBEN

GÖTTLICHE LIEBE LEIDENSCHAFT

PAARVISION

PARTNERSCHAFT BELEBEN

ZEIT FÜR DIE LIEBE

GÖTTLICHE SEXUALITÄT

SCHMETTERLINGE WECKEN

GEMEINSAME VISION ALS PAAR

HEILENDER SEX

EROTIK

ERFÜLLUNG

PAARBERATUNG

PAARTRAINING

LIEBEN

LUST

## UNSERE PAARGESCHICHTE

1984 führten uns unsere Seelen zusammen, wir heirateten 1990 und bekamen unsere beiden Kinder Joana und Julian. Viele Jahre haben wir gemeinsame Existenzen aufgebaut, Firmen gegründet, das Haus renoviert, Kinder versorgt, mit Herz und Seele gearbeitet. In dieser Zeit haben wir nicht bemerkt, dass wir zu viel unsere eigenen Wege gegangen waren, auch mit Außenbeziehungen, uns selbst verwirklicht aber als Paar verloren hatten. 2012 haben wir uns dann als Paar schweren Herzens getrennt. Die nächsten 5 Jahre gaben wir unser Bestes mit Eifersucht, Schuldgefühlen, Verletzungen und Trauer über das Verlorene hinwegzukommen, gleichzeitig gemeinsam Eltern zu bleiben.

Jeder von uns ging in dieser Zeit andere partnerschaftliche Wege. Doch in 2016 führten unsere Seelen uns wieder zusammen. Das erste, was sich zeigte, war nicht das Verliebtsein, sondern die Themen, die wir fast 30 Jahre nicht angeschaut hatten. Doch diesmal wollten wir diese Widerstände überwinden und holten uns professionelle Hilfe. Wir heirateten ein 2. Mal in einer wunderschönen Naturzeremonie und sind jeden Tag füreinander dankbar. All diese freud- und leidvollen Erfahrungen lassen wir in unsere Partnerschaft einfließen und möchten Ihnen Mut machen, dass es zu jeder Zeit einen Weg zueinander geht.

Von 

**Elke Christiane Post**  
**Martin Post**

