



Ich, Du, Wir - Vom Wunsch nach Autonomie und Zugehörigkeit

Ein 2-Tagesworkshop mit DR. GHAZALEH BAILEY

Grundgedanke: Viele Paare schwanken zwischen dem Bedürfnis nach Nähe/Zugehörigkeit und dem Wunsch nach Autonomie/Freiheit. Diese beiden Wünsche können in Konflikt zueinander stehen und erfordern eine ständige Aushandlung, um ein Gleichgewicht zu finden, das die eigene Identität, Verbundenheit und Sicherheit fördert.

Dieses Ausbalancieren ist eine lebenslange Herausforderung: In unterschiedlichen Lebensphasen – vom Verlieben über Zusammenziehen, Elternwerden, berufliche Veränderungen bis zu Krisen – verschiebt sich die Balance immer wieder.

In diesem Spannungsfeld ringen Menschen um Identität, Grenzen und Verbundenheit, oft mit wiederkehrenden Eskalationsmustern.

Der Workshop macht diese Dynamik greifbar und zeigt, wie Gegensätze nicht zum Machtkampf werden, sondern zur Ressource für Intimität, Wachstum und gemeinsame Stabilität.

- Inhalte:**
- Zugehörigkeit vs. Autonomie
 - Identität in Beziehungen: Selbstdefinition, Grenzen, Werte und Bedürfnisse sichtbar machen
 - Zugang zu primären Emotionen, Reframing, korrigierende Bindungserfahrungen
 - Arbeit mit Scham, Kritik, Rückzug und Perfektionismus; Deeskalation in Hochspannung
 - Kommunikation & Repair: Ausdruck von Bedürfnissen, Validierung, strukturierte Dialoge
 - Selbst- und Co-Regulation

- Ziele:**
- Wiederkehrende interaktionelle Muster schnell erkennen, benennen und gemeinsam kartieren
 - Balance zwischen Verbundenheit und Autonomie fördern; tragfähige Grenzen etablieren
 - Emotionskompetenz stärken: Wahrnehmen, Ausdrücken, Regulieren – individuell und dyadisch
 - Deeskalation & Sicherheit: Leitplanken für Krisenmomente
 - Struktur & Prozess: Sitzungsdesign (inkl. gezielter Einzelanteile innerhalb der Paartherapie) und Fallkonzeption

Zielgruppe: Berater*innen, psychotherapeutische Fachkräfte die mit Paaren arbeiten oder beabsichtigen, dies zu tun.



Ich, Du, Wir - Vom Wunsch nach Autonomie und Zugehörigkeit

Ein 2-Tagesworkshop mit DR. GHAZALEH BAILEY

Leitung:



Dr. Ghazaleh Bailey
Emotionsfokussierte Einzel-und Paartherapeutin, Emotionsfokussierte Supervisorin, Systemische Einzel- und Paartherapeutin, Lehrtherapeutin

Datum:

16.-17. November 2026

Zeit:

Montag und Dienstag von 09:30 Uhr bis 17:00 Uhr

Kosten:

380.- Euro

Kontakt:

isiberlin - Institut für Systemische Impulse
Sybelstr.9 | 10629 Berlin
Fon: 030/449 62 92
info@isiberlin.de | www.isiberlin.de



Ich, Du, Wir - Vom Wunsch nach Autonomie und Zugehörigkeit

Ein 2-Tagesworkshop mit DR. GHAZALEH BAILEY

Anmeldung:

Die Anmeldung erfolgt über die [Webseite](#) oder den Code:



Nach Anmeldung erhalten Sie eine Bestätigung per Mail.

Ca. vier Wochen vor dem Workshop erhalten Sie die Einladung mit allen Details zum Workshop, ebenfalls per Mail.

Zahlungsmodalitäten:

Bei Anmeldung wird eine Verwaltungsgebühr von 50 Euro sofort fällig. Die restlichen Teilnahmegebühren (330 Euro) sind etwa einen Monat vor dem Workshop zu zahlen.

Stornobedingungen:

- Kostenfreie Stornierung bis vier Wochen vor Workshopbeginn.
- Bis eine Woche vorher: 50 % Erstattung der Teilnahmegebühren.
- Danach ist keine Erstattung mehr möglich.
- Die Verwaltungsgebühr bleibt in jedem Fall bestehen.

Hinweis:

Bei weniger als 10 Teilnehmenden behalten wir uns vor, den Workshop abzusagen. In diesem Fall erhalten Sie sämtliche gezahlten Gebühren, einschließlich der Verwaltungsgebühr, zurück.