

# Bildhaftes (Er-)Leben

EIN GESTALT THERAPEUTISCHES  
SELBSTERFAHRUNGS-  
SEMINAR FÜR FRAUEN

6-7. Juli 2024

Was zeichnet Dich aus?

Was sind die Bilder Deines Lebens?

Wie blickst Du auf Dein jetziges Gesamtkunstwerk?

Welche Elemente fehlen in Deiner Lebensgalerie?

Welches Motiv wiederholt sich?

Gibt es ausreichend Farben in Dir?



# Bildhaftes (Er-)Leben...

Mit malerischen und gestalttherapeutischen Elementen begleiten wir Dich durch das Seminar zu Deiner aktuellen Lebenssituation. Gestalttherapie ist ein humanistisches Therapieverfahren, das auf persönlichem Wachstum und Begegnung mit sich selbst ausgerichtet ist.

Dazu nutzen wir Methoden wie Körperausdruck und Bewegung, Meditationen, Wahrnehmungsübungen und Gespräche. Das Malen wird immer wieder als Ausdrucksmittel in den Prozess mit einfließen.

Es findet von **Sa. 06.07. ab 10 Uhr**  
bis **So. 07.07. bis 16 Uhr** (Übernachtung ist möglich)

in der Praxis *Lebendig im Kontakt*  
Postweg 36, 46145 Oberhausen statt.

Die Teilnahmegebühr beträgt 120 €.

## Wir freuen uns auf deine Anmeldung.

per Mail an: [mail@lebendig-im-kontakt.de](mailto:mail@lebendig-im-kontakt.de)

telefonisch unter: **0170-3251192**



*Lebendig im Kontakt*

**Saskia Meyer**  
Traumafachberaterin  
Gestalttherapeutin



**Maïke Katthöfer**  
Kulturpädagogin  
Gestalttherapeutin i.A.