

Bildhaftes (Er-)Leben

EIN GESTALT THERAPEUTISCHES
SELBSTERFAHRUNGSSEMINAR
FÜR FRAUEN

24-26. JANUAR 2025

*für deinen bunten Start ins
neue Jahr*

Was zeichnet Dich aus?

Was sind die Bilder Deines Lebens?

Welche Elemente fehlen in Deiner Lebensgalerie für das
anstehende Jahr?

Wie blickst Du auf Dein jetziges Gesamtkunstwerk?

Welches Motiv wiederholt sich (besser nicht)?

Gibt es gerade ausreichend Farben in Dir?



Bildhaftes (Er-)Leben...

Mit malerischen und gestalttherapeutischen Elementen begleiten wir Dich durch das Seminar zu Deiner aktuellen Lebenssituation zum Jahresanfang. 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 (ohne künstlerischen Anspruch) wird immer wieder als Ausdrucksmittel mit einfließen.

Es findet von **Fr. 24.01.25 ab 19 Uhr**

bis **So. 26.01.25 bis 14 Uhr** (Übernachtung ist vor Ort möglich)

in der Praxis *Lebendig im Kontakt*

Postweg 36, 46145 Oberhausen statt.

Die Teilnahmegebühr beträgt 180-250 € nach Selbsteinschätzung.

Wir freuen uns auf deine Anmeldung.

per Mail an: mail@lebendig-im-kontakt.de oder

gestalt-raum@gmx.de

telefonisch unter: **0170-3251192**



Lebendig im Kontakt

Saskia Meyer

Traumafachberaterin

Gestalttherapeutin



Maike Katthöfer

Kulturpädagogin

Gestalttherapeutin i.A.

gestalt-raum@gmx.de