

PSYCHOTHERAPEUTISCHE SELBSTERFAHRUNG in der GRUPPE

In einer Epoche, in der Zeit das kostbarste Gut ist und wir von einem zum nächsten Termin laufen, bleibt kaum noch Luft in uns reinzuspüren und unser eigenes Wesen wahrzunehmen. Manchmal verlieren wir uns selbst, unsere Wünsche, Bedürfnisse, Hoffnungen und Ängste aus den Augen. Die Selbsterfahrungsgruppe bietet die Möglichkeit eine kurze Atempause einzulegen und wieder vermehrt mit uns selbst in Kontakt zu kommen. In vertrauensvoller, aufgehobener Atmosphäre gehen wir, psychotherapeutisch begleitet, zentralen Fragen uns selbst betreffend nach. Durch die Auseinandersetzung in einer geschlossenen Gruppe kann zudem ein Gefühl des „Aufgehoben- und Verstanden seins“ vermittelt werden, welches den Prozess positiv unterstützen kann.

Leitung:

Mag. Anja Gutmann, MSc
Psychotherapeutin (Integrative Gestalttherapie)
Klinische- und Gesundheitspsychologin



Manuela Walcher, MSc
Psychotherapeutin (Integrative Gestalttherapie)
Supervisorin



Methode:

Integrative Gestalttherapie

Arbeitseinheiten:

10x 3 Einheiten, jeweils Montag von 17:00-19:30

Termine 2015: 09.03., 23.03., 13.04., 27.04., 11.05., 01.06., 15.06., 29.06., 06.7. (2x3 EH)

Adresse:

Brandhofgasse 3, 8010 Graz

Kosten:

€50 / Abend (3 Einheiten)

Anmeldung

A. Gutmann **T** +43(0) 650 276 75 04, **E** anja.gutmann@inode.at oder

M. Walcher **T** +43(0) 664 437 87 54. **E** manuela.walcher@aon.at

Die Gruppe findet ab einer TeilnehmerInnenzahl von 6 Personen statt.