

PSYCHOTHERAPEUTISCHE JAHRESGRUPPE 2023/2024

Diese gestalttherapeutische Gruppe lädt ein, im Hier & Jetzt anzukommen. Die Gruppe bietet einen sicheren Ort, an dem alle Themen, die im Prozess auftauchen willkommen sind. Dies hilft uns bewusster wahrzunehmen, alte Verhaltensmuster zu erkennen und uns mit unseren Ressourcen und Potenzialen zu verbinden.

Die Gruppenmitglieder dienen dabei mit ihren jeweiligen Erfahrungen und Perspektiven als Unterstützung uns selbst näher kennenzulernen. Die Gruppe schafft einen Rahmen, um mit neuen Herangehensweisen zu experimentieren und Wege hinzu mehr Lebendigkeit, Selbstbestimmung und Beziehungsfähigkeit zu entdecken.

Wir heißen alle Personen ab 18 Jahren, die an Selbsterfahrung und Gruppentherapie interessiert sind, willkommen. Dies inkludiert selbstverständlich Personen aller Geschlechter, sexueller Orientierungen, Kulturen, Ethnizitäten und Religionen sowie Menschen mit körperlichen und psychischen Belastungen. Das Angebot richtet sich an Personen mit und ohne psychotherapeutische Vorerfahrung.

Bei Interesse melden Sie sich gerne telefonisch oder via Email bei uns für ein kostenloses Informationsgespräch.

WIR LADEN DAZU EIN...

- Gefühle zu spüren und auszudrücken
- Bedürfnisse zu erkennen und zu kommunizieren
- Grenzen wahrzunehmen und zu benennen
- Gemeinschaftlichen Halt zu erfahren
- zu experimentieren, wie wir auf andere Menschen zugehen
- wahrzunehmen, was Unterschiede zwischen uns und Gruppenmitgliedern in uns auslösen
- Umgangsformen mit Ängsten und Konflikten zu finden
- uns mit unserem Körper zu verbinden



DANIEL STELZENEDER

Psychotherapeut in Ausbildung
unter Supervision

info@praxis-stelzeneder.at
+4369919080567

METHODEN

- Integrative Gestalttherapie
- prozessorientierte Körperarbeit
- Achtsamkeits- & Visualisierungsübungen
- Aufstellungsarbeit
- Kreativer Ausdruck (Schreiben, Malen, Musik, etc.)

ZEIT

- 2x monatlich von 18:00 - 20:15
- Herbst 2023 - Sommer 2024

ORT

- Jenullgasse 2/16, 1140 Wien

KOSTEN

- 80€ (USt.frei) pro Abend



NINA-CELINE LUCIAK

Psychotherapeutin in Ausbildung
unter Supervision,
Sexualtherapeutin, Yogalehrerin

praxis@ninaluciak.at
+43 677 6300 7904