

Gestalttherapeutische Jahresgruppe



Komm dir selbst auf die Spur
und lerne dich und deine Muster
besser kennen.

Die Selbsterfahrungsgruppe soll dich
unterstützen Einblicke in das eigene Erle-
ben und Verhalten zu sammeln und dir
persönlichen Wachstum ermöglichen:

Entdecke und verstehe persönliche
Muster und Lebensthemen,

Finde heraus, wie andere dich
wahrnehmen,

Erlebe Gruppendynamik und erforsche, wie
du diese aktiv mitgestalten kannst,

Lerne dein Erleben im Kontakt mit anderen
zu überprüfen und biografisch einzuordnen,

Nutze die Gruppe, um spielerisch
Handlungsalternativen zu entwickeln und
auszuprobieren,

Mache neue Erfahrungen im Kontakt mit
anderen Menschen und tausche dich in
geschützter Atmosphäre über deine
Erlebenswelt aus.

Nimm an **15 Terminen**
über 10 Monate an einer
gestalttherapeutisch geleiteten
Selbsterfahrungsgruppe teil.

Start ist im Oktober 2024.

Die Gruppe wird geleitet
und begleitet durch:
Christin Wiggerhauser &
Jonathan Mamo-Wilhelmy

Kontakt:
c.wiggerhauser@posteo.de
j.mamo@posteo.de

Mehr Informationen:
[https://www.gestalttherapie-wellengang.de/
angebote/gestalt-jahresgruppe/](https://www.gestalttherapie-wellengang.de/angebote/gestalt-jahresgruppe/)