



Dr. Silke Wolf
Gestalttherapie

INNEN UND AUSSEN

Jahresgruppe
für **FRAUEN**

Gestalttherapie und Körperprozesse



Dr. Silke Wolf
Gestalttherapie

**Sich im eigenen Körper zu Hause zu fühlen,
ist einerseits herausfordernd und andererseits ein
großer Wunsch für viele Menschen.**

In der **Jahresgruppe** geht es um die Erfahrung, sich
seinem Körper wieder zuzuwenden. Das Wahrneh-
men kleiner Bewegungen, versteckten Äußerungen
und Spannungen, gibt uns Auskunft über alte
Muster, aktuelle Bedürfnisse und Wünsche.

In dieser Gruppe gibt es Raum

- für alle Körperempfindungen, nicht nur für
die ‚richtigen‘,
- sich als Ganzes zu erleben,
- den Körper als Quelle für Informationen über die
eigene Lebensgeschichte zu entdecken und
- um Neues zu entdecken und auszuprobieren und
- Lust und Freude am eigenen Körper zu spüren.

14-tägig mittwochs von 19:15 - 21:30 Uhr
in der Gestalttherapeutischen Praxis
Querstraße 29, 04103 Leipzig.

Anmeldung:

0171 414 46 28 oder koerperprozesse@posteo.de

Ich freue mich auf Sie!

Dr. phil. Silke Wolf

Gestalttherapie und Körperprozesse

www.silke-wolf-gestalttherapie.de

