

SELBSTERFAHRUNGSGRUPPE

für Frauen, Männer und Paare



Die Kraft der Gruppe, die Vielfalt und Buntheit der Gemeinschaft ist für die eigene Persönlichkeitsentwicklung besonders wertvoll.

Du kannst dadurch unter anderem erfahren, **wie du auf andere wirkst** und **deinen Platz in einer Gruppe** (Team, Familie, Freunde, ...) **besser verstehen**. Das macht im Alltag (beruflich und privat) klarer und sicherer.

Wir beschäftigen wir uns u.a. mit Themen wie Nähe, Distanz, Autonomie, Beziehung, Konflikten, etc. Alles, was dich beschäftigt aus dem Alltag (privat und beruflich) kann eingebracht werden.

Die regelmäßige Gruppe fördert die **Empathie**, stärkt den **Selbstwert**, erweitert die **Kommunikation**, macht **konfliktfähig** und **kann Kraft für den Alltag** geben.

Organisatorisches:

Zeit: 14-tägig, jeden 1. und 3. Dienstag im Monat, 19:00 - 21:30 Uhr

Ort: praxisRaum, 1030 Wien, Landstraßer Hauptstraße 32/23

TeilnehmerInnen:

- an Selbsterfahrung und Persönlichkeitsentwicklung Interessierte
- alle, die eigene Themen mit der Kraft der Gruppe bearbeiten möchten
- Coaches und LSB in Ausbildung (als Selbsterfahrung anrechenbar)

Methoden: Elemente aus der Integrativen Therapie, Aufstellungsarbeit, Rollenspiele, systemische Tools, kreative und körperorientierte Methoden, Wahrnehmungsübungen und Körperübungen

Anzahl: max. 12 Personen

Kosten: € 50,- pro Person/Abend (2,5 Stunden) - monatlich im Voraus zahlbar

Voraussetzung: für die Teilnahme ist ein Vorgespräch erforderlich (ca. 30 Min., kostenfrei)

Anmeldung: mit Mail oder telefonisch

Gruppenleitung:



Mag. Josef Falk

Psychotherapeut in Ausbildung
unter Supervision, Dipl. Coach,
Supervisor, Trainer

0664 / 498 11 32
office@josef-falk.at



Mag. Cornelia Auerieth

psychologische Beraterin (LSB),
Dipl. Coach, Supervisorin,
Trainerin

0699 / 182 00 452
office.ca@tmo.at

Weitere Informationen zu unseren Angeboten siehe unsere Homepage www.d-c-g.at