

## Nähe und Distanz

Wir leben heute sehr dicht zusammen und fühlen uns doch oft einsam.  
Wir sehnen uns nach echter Nähe und gelungener Abgrenzung.

Der geschützte Rahmen dieser Gruppe bietet die Möglichkeit, sich im Spiegel der anderen zu erleben. Wir erspüren die eigenen Grenzen und werden uns bewusst, wann wir Nähe zulassen und wann wir uns verschließen. Wir können neue Verhaltensweisen ausprobieren und erfahren durch die unmittelbare Resonanz der anderen Gruppenteilnehmer Unterstützung. Echten Kontakt erleben wir, wenn wir aufrichtig mit uns selbst und anderen sind.

Im behutsamen Prozess mit der Gruppe werden sich Gefühle von Einsamkeit und Getrenntsein verändern.

Neue Gruppen ab Frühjahr 2012:

Termine: Mo./Fr. 19-21 Uhr / Mi. 10-12 Uhr

Jeweils 10 Termine à 2 Std.

Beginntermine bitte telefonisch erfragen (030-78709270)

Ort: Atempraxis Erdmannstraße 12, 10827 Berlin

Kosten: € 300,--, ermäßigt € 250,--

## Gestalttherapeutische und spirituelle Gruppenerfahrung

Foto

Leitung:

Isabel von Roon

HP Psychotherapie, Gestalttherapeutin, Meditations-  
Coach ([www.freies-herz.de](http://www.freies-herz.de))

Assistenz:

Viola Hügerich

HP Psychotherapie, Gestalttherapeutin, Malerin und  
Diplom-Ingenieurin

Die Gruppe findet zunächst an sechs Terminen statt:  
donnerstags 18.30 – 20.30 vom 15.09. bis 20.10.2011.  
Eine Fortführung als thematisch offene Gruppe ist möglich.

Ort: Psychotherapeutische Praxis, BIG,  
Badensche Str. 14, 10715 Berlin, Nähe U-Bhf. Berliner Str.

Kosten: € 180,--, ermäßigt € 150,--

Anmeldung bei Isabel Viramo von Roon

Telefon: 030-78709270

Email: [info@freies-herz.de](mailto:info@freies-herz.de)