

Neue Kraft bei Trauer und Verlust

Austausch und Unterstützung in der Gruppe

„Trauern lässt uns heilen, mit Liebe eher als mit Schmerz erinnern.“ (Rachel Naomi Remen)

Wir trauern aus verschiedensten Gründen – wenn ein geliebter Mensch stirbt, bei Trennung oder Scheidung vom Partner oder wenn wir unseren Arbeitsplatz, die Wohnung oder eine sicher geglaubte Lebenssituation verlieren.

Trauern ist ein schmerzvoller Prozess. In diesem Schmerz erfahren wir aber auch unsere Bindungs- und Liebesfähigkeit. Dadurch erhalten wir die Chance zur inneren Reifung. Wenn wir Trauer und Abschied mit allen Gefühlen erfahren, die dazugehören, können wir schließlich das Loslassen und Wandeln als Teil des Lebens akzeptieren und neue Perspektiven entwickeln.

Die Trauergruppe wendet sich an Menschen, die den Tod einer nahe stehenden Person betrauern, und unterstützt sie in einer schwierigen Zeit. Im Kontakt, Gespräch und Erfahrungsaustausch mit anderen Trauernden eröffnen sich neue Sichtweisen, damit Sie den Genuss des Augenblicks und die Freude am Leben wieder neu entdecken können.

Die Gruppe trifft sich dienstags von 17 bis 19 Uhr
Ort: Praxis Behaimstr. 10 in Charlottenburg
8 Termine - Erster Termin am 24. Februar 2015
Kostenbeitrag pro Treffen: 10 €
Gruppengröße: bis zu 8 Personen

Vor Ihrer ersten Teilnahme möchte ich gern ein telefonisches Vorgespräch mit Ihnen führen.
Bitte rufen Sie mich an unter 0173-235 96 36 oder 030-784 81 72.

Birgit Knappe

Heilpraktikerin für Psychotherapie, Trauerbegleiterin,
Künstlerin, Kunstpädagogin

Praxis: Behaimstraße 10, 10585 Berlin
030-784 81 72 0173 – 235 96 36

Kreativ arbeiten

zur Bewältigung von Lebenskrisen

Zurück ins Leben!

Schwere Verluste oder eine Lebenskrise bedeuten immer eine Ausnahmesituation. Oft fällt man in ein tiefes Loch der Starre und Hoffnungslosigkeit, aus dem es scheinbar keinen Ausweg gibt. In diesem Kurs möchte ich Sie einladen, in Kontakt zu kommen mit Stein, einem der ältesten und lebendigsten Materialien unseres Universums... Sie können beobachten, nachspüren, fühlen, arbeiten mit Hammer, Meißel und Schleifstein. Sie erleben, was der Stein Ihnen in Ihrer speziellen Situation gibt. Sie dürfen loslassen, im geschützten Raum sprechen – aber vor allem ihre Trauer, ihre Wut und andere Gefühle in den Stein „einarbeiten“. Dabei wird eine sehr persönliche Skulptur entstehen, die nach dem Kurs im Alltag immer wieder das erlebte Gefühl in Ihnen wachrufen kann: Die eigene Kraft spüren, neue Hoffnung schöpfen, Freude empfinden. Einzel- und Gruppengespräche begleiten die kreative Arbeit. Bis zu 5 Teilnehmer, Übernachtung in der Villa Wunderlich

Freitag 10. Juli, 15^{oo}, bis Samstag 11. Juli 2015, 18^{oo}

Vor Ihrer Teilnahme möchte ich gern ein telefonisches Vorgespräch mit Ihnen führen. Bitte rufen Sie mich an unter 0173-235 96 36 oder 030-784 81 72.

Ich suche Dich und finde mich – eine Spurensuche in Stein

Ein Spaziergang auf dem Friedhof – ich schlendere, genieße die Stille, die gute Luft, das Rauschen der Bäume. Ich lese Grabsteininschriften und versuche, Lebensbilder daraus zu erkennen... Haben Sie schon solche Friedhofsspaziergänge unternommen? Und haben Sie dabei auch die Erfahrung gemacht, dass die eingravierten Lebensdaten und anonymen Trauersymbolen nichts über das gelebte Leben eines Menschen aussagen?

In diesem Kurs möchte ich Sie anregen, über Ihr eigenes Leben zu reflektieren: Was war und ist wichtig? Wo waren Einschnitte? Was soll bleiben? Wie sehe ich mich? Eine Biografiearbeit in Stein. Dabei erarbeiten Sie Ihre ganz persönliche Skulptur, begleitet von klärenden oder auch stützenden Gesprächen.

Bis zu 5 Teilnehmer, Übernachtung in der Villa Wunderlich

Freitag 25.9., 15^{oo} bis Samstag 26.9.2015, 18^{oo}

je Kurs: 200 € inklusive Werkzeugnutzung und Material zuzüglich Übernachtungskosten

Ort: Atelier Birgit Knappe - "Villa Wunderlich"

Am Anger 3, 14552 Fresdorf/ Michendorf

Info + Anmeldung: 0173-235 96 36 od. 030-784 81 72

www.knappe-kunst.de

www.villa-wunderlich.de