



SELBSTERFAHRUNGSGRUPPE

Selbsterfahrung in Langenfeld:

Mittwochs, 14-täglich, 19:00 – 21:00 Uhr
Poststraße 19, 40764 Langenfeld (Praxis IPSE)

Ein kostenfreier Schnupperabend bietet Interessenten die Gelegenheit, die Gruppe, die Leitung und das Konzept kennen zu lernen.

Möchten Sie beziehungs- und konfliktfähiger werden? Oder aussteigen aus Ihrem Gedankenkarussell oder negativen Verhaltensmustern?

Die Teilnahme an einer Selbsterfahrungsgruppe kann dies ändern. Sie besteht aus 6–8 Teilnehmenden und der Leitung, die sich 14-täglich an einem festen Ort und Termin treffen.

Der geschützte Rahmen der Gruppe bietet Gelegenheit, eigene Lebensthemen zu bearbeiten. So begleiten die Teilnehmenden einander in wechselseitiger Anteilnahme und Anteilgabe.

Das Gruppenkonzept basiert auf einem beziehungsorientierten, tiefenpsychologischen Grundansatz. Andere psychotherapeutische Konzepte fließen mit ein.

Wer teilnimmt, äußert, welche Änderungen er in seinem Leben vornehmen möchte. So bleibt jederzeit überprüfbar, worum es geht. Der Ausstieg aus destruktiven Lebensmustern kann beginnen...

Konditionen und Anmeldung

Ein kostenfreier Schnupperabend bietet Interessenten die Gelegenheit, die Gruppe, die Leitung und das Konzept kennen zu lernen.

Wer weitermachen möchte, verpflichtet sich grundsätzlich zu einer regelmäßigen Teilnahme und zahlt pro Sitzung 35 €. Die Folgetermine (Wochentag, Uhrzeit) werden in der Gruppe vereinbart. Am Ende jedes Quartals wird geklärt, wer weiter teilnimmt oder aussteigen möchte.



Bei Interesse und Anmeldung :

www.ipse-contact.de / Tel: 021 73 - 39 55 27

Feedbacks aus früheren Gruppen

»Durch die Offenheit der anderen in der Gruppenarbeit entdecke ich Parallelen zu meiner eigenen Lebensgeschichte und erlebe dadurch auch selber Veränderung. Bei eigenen Anliegen kann ich mich auf den Rückhalt der Gruppe immer verlassen.«

»Ich kann meine Themen in dem mir eigenen Tempo und der mir eigenen Art bearbeiten. Immer kann ich mich auf den Rückhalt der Gruppe verlassen.«

»Zu wissen, dass es den Ort gibt, an dem ich mit meinen großen und kleine Themen willkommen bin, ist sehr entlastend. Zu erleben, dass tiefe Verletzungen heilen können, ist sehr ermutigend.«

»In der Gruppe habe ich einen geschützten Raum mit Gleichgesinnten. Hier kann ich sein wie ich bin – ohne Maske – ohne eine Rolle spielen zu müssen. Ich bekomme ehrlich und behutsam mein Verhalten gespiegelt. Ich erlebe positive Veränderung durch Aufarbeitung meiner Vergangenheit.«



Leitung

Stephan Noesser

Jg. 1962, Dipl.-Theologe, Transaktionsanalytiker (DGTA), European Certificate of Psychotherapy (EAP), seit 20 Jahren Leitung therapeutischer Gruppen; Leitung von IPSE (Institut für Psychotherapie, Spiritualität und Erwachsenenbildung)