

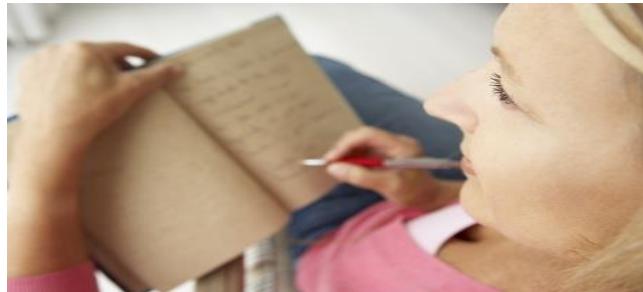


Online-Unterricht

Schreiben als Selbsttherapie

Alles von der Seele schreiben

Schreiben ist die älteste Therapieform, um sich von Kränkungen und Enttäuschungen zu befreien. Viele Menschen haben äusserst schwierige Lebenssituationen nur deshalb überstehen können, weil sie sich alles von der Seele geschrieben haben. Der Prozess des Schreibens eignet sich hervorragend, um Zugang zu verborgenen Gefühlen zu finden, die sich in der Seele eingenistet haben. Mit dem Benennen und alles Bedrückende aus sich heraus schreiben lassen sich schmerzliche Erfahrungen verarbeiten.



Geeignet für alle Frauen	<ul style="list-style-type: none">...die sich mit unerledigten Themenbereichen auseinandersetzen wollen....die endlich einen Schlussstrich unter belastende Erfahrungen setzen wollen....die Schreibmethoden auch in der Beratung anwenden möchten.												
Kurs 630													
Themen	<ul style="list-style-type: none">Geschichte der Schreibtherapie / Die ersten Schreibtherapeuten / Die Entwicklung der Schreibtherapie in der TiefenpsychologieDer heilende Umgang mit Lauten und WortenKräckungsbiographie im RückblickThematische Gliederung der eigenen BiografieTräume schreibend erforschenWahrnehmen und Ausdrücken in SprachskizzenVerbogene Muster der Gefühle entdeckenMetaphern als Wegweiser für neue PerspektivenFreuden-Nischen erforschen und gestaltenDas poetische Selbst als Quelle zur Heilung												
Methode	<ul style="list-style-type: none">Impulsreferate (Vermittlung von Theorie)Schreibinstrumente, kreative SchreibmethodenAustausch und beratende Begleitung												
Donnerstags 13:30 – 17:30 Uhr	<table border="1"><tr><td>26. Okt. 23</td><td>16. Nov. 23</td><td>30. Nov. 23</td><td>14. Dez. 23</td><td>18. Jan. 24</td><td>08.Feb. 24</td></tr><tr><td>22. Feb. 24</td><td>7. März 24</td><td>21. März 24</td><td>11. April 24</td><td>25. April 24</td><td>16. Mai 24</td></tr></table>	26. Okt. 23	16. Nov. 23	30. Nov. 23	14. Dez. 23	18. Jan. 24	08.Feb. 24	22. Feb. 24	7. März 24	21. März 24	11. April 24	25. April 24	16. Mai 24
26. Okt. 23	16. Nov. 23	30. Nov. 23	14. Dez. 23	18. Jan. 24	08.Feb. 24								
22. Feb. 24	7. März 24	21. März 24	11. April 24	25. April 24	16. Mai 24								
Abschluss	Modulzertifikat FSB wird für den Fachtitel SGfB und für den Abschluss Eidg. Diplom psychosoziale Beratung angerechnet.												
Kursleitung	Julia Onken, Rose-Marie Gerber												
Kurskosten	Kurskosten CHF 1900.- / abzüglich CHF 300.- Förderbeitrag des Bildungsfonds für Frauen Selbstkosten CHF 1600.- (oder 4 Raten à CHF 420.-)												