



Schreibworkshop „Sich von der Seele schreiben“



Anne Holling

Dipl.-Pädagogin

Psychoonkologin

Integrative Psychotherapeutin (EAG/FBI, HP, ECP)

Trauerbegleiterin (TDI)

Traumazentrierte Fachberaterin

Von der Seele schreiben

Durch Schreiben haben wir die Chance, Gefühle und Gedanken in Worte zu fassen. Das Innere wird nach außen gebracht, benannt und mitgeteilt. Die schriftliche Auseinandersetzung mit sich und der Umwelt kann entlastend und verändernd wirken. Wünsche, Träume, Hoffnungen, Ängste können ausgedrückt werden.

Lesen wirkt, in dem wir unsere persönliche Themen in Texten wieder finden und uns verstanden fühlen.

Selbstbegegnung und Selbsterkenntnis wird angeregt, aber auch Freude an dem geschriebenen Text.

Wir treffen uns jeweils für 1 1/2 Stunden.

Zu diesem Schreibworkshop lade ich Sie herzlich ein.

Bitte melden Sie sich im Büro des Fördervereins an.