

„FEELINGS - Wenn Worte fehlen und Bilder sprechen“

Wenn wir im Reinen mit uns sind, können wir unsere Gefühle meistens gut einordnen. Wir wissen, ob wir glücklich, traurig, wütend, ängstlich oder fröhlich sind und können das auch benennen.

Leider haben viele von uns aber mit der Zeit gelernt, manche Gefühle zu unterdrücken. Wir haben erfahren, dass es Gefühle gibt, die im sozialen Miteinander erwünscht und gerne gesehen sind und dass es andere gibt, die wir besser mit uns selbst ausmachen. Wir haben erfahren, dass wir mit „negativen“ Gefühlen wie Wut, Aggression und Eifersucht auf Ablehnung stoßen.

Während wir zunächst damit begonnen haben, schwierige Gefühle vor anderen zu verbergen, sind wir vielleicht irgendwann dazu übergegangen, deren Existenz auch vor uns selbst zu leugnen. Vielleicht, weil sie nicht schön zu fühlen sind. Oder weil sie nicht zu unserem Selbstbild passen.

In zwei aufeinander aufbauenden Workshops können Sie sich wieder unverfälscht, authentisch, körperlich ausdrücken. Während Sie malen, zeichnen oder formen, können Sie ihren Emotionen ein Ventil geben. Ihre Hand wird dabei von Ihren Emotionen selbst bewegt.

Wann? Mittwoch, 20. März 2024 und 03. April 2024

Beginn: 09:00 Uhr

Ende: 12:00 Uhr

Wo? Villa Kunterbunt | Schwemeckerweg 3b | 59494 Soest

Wer? Alle interessierten Frauen ab 16 Jahren; es sind keine Erfahrungen notwendig

Die Veranstaltung ist kostenlos.

Verantwortlich: Larissa Braun (Frauenberatung Soest)

Leitung: Jessica Majer

Anmeldung bei:

Frauenberatung Soest

Tel. 02921 3494177

info@frauenberatung-soest.de