

Abendgruppe im Herbst

Wege zum Selbst & zur Verbundenheit



**2-wöchige achtsamkeitsbasierte Gruppe
ab Montag, den 15.09.2025**

**Am Ende des Sommers, nach all den Eindrücken
von Reisen und schnellem Alltagsleben, die
Frage: Wo bin ich und was ist wichtig?**

Wir bieten Ihnen mit dieser Gruppe einen Raum und Zeit zum Ankommen bei sich selbst und Übungen an, die Sie aus den alltäglichen Automaten und Gewohnheiten herausführen. Wir nutzen innere Achtsamkeit, um die eigenen Innenwelten zu erforschen, und dort, wo etwas auf Veränderung wartet, neue Möglichkeiten zu entdecken.

Durch unsere Anleitung und ihre Anwesenheit begleiten sich die Teilnehmer*innen auch gegenseitig und unterstützen sich aus einer liebevollen, annehmenden Haltung bei Ihren jeweiligen Prozessen. Einblick und Mitgefühl für die inneren Welten eines Menschen, seine Freuden und Leiden zu erleben, berührt oft auch eigene Themen und bereichert die Beschäftigung mit sich selbst auf eine besondere Art.

Hier gehen wir auch auf Entdeckungsreise zu den Fragen: wie kann ich zu meinen noch unentdeckten Kraftquellen und meiner Lebenslust kommen?

Unsere Gruppe basiert auf achtsamer Selbsterkundung und Methoden der Körperpsychotherapie.

**Sommerliche Grüße,
Astrid & Mike Peacock**

Kosten:

40,-€/Abend / 6 Termine - gesamt 240,00€

Maximale Teilnehmerzahl:

6 Personen

Wann?

Montag 15.09., 29.09., 13.10., 10.11., 24.11., 8.12.
von 18:00 – 20:00 Uhr

Wo?

Praxis für Körperpsychotherapie
Petkuserstraße 22, 12307 Berlin

Gruppenleitung & Kontakt

Astrid Peacock, geboren 1958
Heilpraktikerin für Psychotherapie, Praxis für Körperpsychotherapie in Berlin, Hakomi-Therapeutin, Fortbildung in Traumatherapie und Paartherapie. Arbeitet mit Klienten, Paaren und Gruppen in Berlin.

www.astrid-peacock-therapie.de
kontakt@astrid-peacock-therapie.de
Telefon: 01792229871



Mike Peacock, geboren 1956
Heilpraktiker für Psychotherapie, Praxis für Körperpsychotherapie (Hakomi) in Berlin. Arbeitet mit Klienten und Gruppen. Hospiz Arbeit.

www.peacock-psychotherapie.de
kontakt@peacock-psychotherapie.de
Telefon: 01797897626

