

# Weitergehen

Übergänge gestalten  
Wandel bewusst erleben

GESTALT THERAPEUTISCHES  
INTENSIVWOCHENENDE

VERÄNDERUNG GEHÖRT ZUM LEBEN –  
DOCH OFT TREFFEN UNS UMBRÜCHE  
ÜBERRASCHEND, FORDERN UNS  
HERAUS UND WERFEN FRAGEN AUF:

WER BIN ICH JETZT?

WO STEHE ICH?

UND WIE WILL ICH WEITERGEHEN?

**20.-22.03.2026**

**GESTALTINSTITUT IN KONTAKT, MARBURG**



Lebensumbrüche - ob geplant oder unerwartet - verändern das Leben oft grundlegend. Ein neuer Arbeitsplatz, eine Trennung, Kinder werden geboren oder gehen aus dem Haus, eine Erkrankung oder ein persönlicher Reifeschritt.

Momente, in denen sich das Vertraute ändert und Gewissheiten in Frage stehen. Das Wochenende lädt dazu ein, diesen Fragen zu begegnen und den weiteren Weg zu erforschen.

Unsere Arbeit basiert auf der Gestalttherapie, die ein ganzheitliches Erleben in den Mittelpunkt stellt.

Kreative Methoden unterstützen dich dabei, verborgene Themen zu erkennen, neue Perspektiven zu entwickeln und positive Veränderungen anzustoßen. Dabei begegnen dir Elemente der Körperarbeit, Wahrnehmungs- und Achtsamkeitsübungen, Bewegung, Ausdruck und kleine Rituale. Es ist keine Vorerfahrung nötig.

Das Wochenende findet teilweise unter Supervision von Kathrin Otten (Fortbildungsleiterin für Gestalttherapie) statt.

### **Zeitlicher Rahmen und Seminarort:**

Freitag, 20.03.2026, 18 Uhr - Sonntag, 22.03.2026, ca. 14 Uhr  
In der Badestube 33, 35039 Marburg (Übernachtung möglich)

**Kosten:** 150 € (Ermäßigung nach Absprache)

### **Wer begleitet dich?**

Rebekka Zygan  
Künstlerin  
Gestalttherapeutin i.A.

Ralf Tonner-Zech  
Chemie-Professor  
Gestalttherapeut i.A.



### **Anmeldung und Fragen:**

Schreibe uns gerne unter [erleben.gestalten@gmail.com](mailto:erleben.gestalten@gmail.com), wir melden uns und verabreden ein telefonisches Kennenlernen.