

**Haluatko tarkastella elämääsi kaunokirjallisuuden avulla?
Kertooko runo joskus tunteistasi enemmän kuin puhutut
sanat?**

**Voisiko elämän tiivistää novelliin?
Jaatko mielelläsi ajatuksiasi ja kokemuksiasi
saman henkisten ihmisten kanssa?**

Tiistaisin 17.1., 31.1., 14.2., 28.2., 14.3., 28.3., 11.4., 25.4.2017

klo 17.30–19.30

Mannerheimintie 93, Helsinki

Sanojen sillalla

Kirjallisuusterapeuttinen kasvuryhmä aikuisille

Tule tutkimaan itseäsi ja elämääsi lukemisen ja kirjoittamisen sekä niistä viriävien keskustelujen innoittamana. Ryhmän tavoitteena on antaa mahdollisuus tunteiden tunnistamiseen ja ilmaisuun ja sitä kautta voimavarojen lisäämiseen.

Taitava kirjoittaja ei tarvitse olla. Kokeilunhalu riittää. Punakynää ei käytetä. Kirjoittajat houkuteltaan kirjoittamaan pienten kirjoitusharjoitusten avulla.

Ryhmään mahtuu kahdeksan jäsentä. Hinta 180 e (sis. alv)

Ohjaajana psykoterapeutti, kirjallisuusterapeutti Silja Mäki/Psykoterapiapalvelu Silja Mäki

Ilmoittautuminen 9.1.2017 mennessä silja.maki@saunalahti.fi tai 050 313 1027

Tietoa muista ryhmistä ja yksilöpsykoterapiasta www.terapiasiljamaki.fi