

Was ist Gestalttherapie?

Gestalttherapie ist eine Therapieform, eine besondere Weise des Lernens, Lebensphilosophie und innere Haltung von Achtsamkeit, Anerkennung und Würdigung. *Gestalt*, so die Kurzform, unterstützt Menschen in Krisen, bei Wachstums- und Veränderungsprozessen. Sie findet weltweit dort Anwendung, wo Menschen mit Menschen arbeiten.

Woher kommt der Begriff „Gestalt“?

Der Begriff *Gestalt* ist aus der Gestaltpsychologie übernommen und bedeutet so viel wie *Ganzes* oder *Ganzheit*. In der deutschen Sprache ist der Begriff ein Synonym für FORM.

Was macht Gestalttherapie?

Aus der Gestaltpsychologie stammt die Erkenntnis, dass der Mensch seine Wahrnehmungen zu sinnvollen Einheiten, sogenannten *Gestalten*, zusammenfügt.

Gestalttherapie fördert deshalb Ihre Wahrnehmungs-, Kontakt-, Dialog- und Konfliktfähigkeit. Differenzierte Wahrnehmung eröffnet mehr und neue Handlungsoptionen. So wird dann z.B. im Vorgesetzten nicht mehr automatisch der eigene Vater gesehen oder in der Partnerin die eigene Mutter, was stimmigere Verhaltensweisen nach sich zieht.

Was ist Gestaltkunst- & Gestaltkörpertherapie?

Ich nutze in meiner Arbeit die Mittel der Kunst sowie der behutsamen Körper- und Atemarbeit. Natürlich immer nur in Abstimmung mit der Klientin bzw. dem Klienten.

Farben, Formen und Töne drücken wortlos aus, was (noch) nicht benannt werden kann. Sie können szenisch darstellen, was manchmal körperlich schmerzhaft nach Ausdruck sucht oder im Ton die Erde neu begreifen. Körper und Atem fördern Ihr *Bei-sich-sein* und *ein-Zuhause-finden* im eigenen Leib.

„Gestalttherapeutische Gruppen bieten eine ganz eigene Beratungs- und Erfahrungsqualität. *Gestalt*, so die Kurzform, unterstützt die Fähigkeit bei sich zu bleiben UND in Kontakt zu sein mit sich selbst, dem Gegenüber, der Umwelt. Nicht zuletzt bieten Gruppen eine kostengünstige und damit oft schon stressmindernde Alternative zur Einzelberatung. Oder wie kürzlich eine Teilnehmerin sagte: *Die Gruppe ist das Beste was mir passieren konnte.*“

Luitgard Gasser Leben & Raum
GESTALT - Beratung/Supervision/Coaching seit 1993

Am Pappelweiher 32
52066 Aachen
Tel. 0241 / 57 93 51
info@luitgard-gasser.de
www.luitgard-gasser.de

2.Gestalt - Camp 2026

Atlantikinsel Ile de Ré, Frankreich

Für Persönlichkeit & Beruf

Selbsterfahrung, Natur und Erholung

13.06. – 20.06.2026

Early-Bird-Tarif bis 12.11.2025



Verinbaren Sie einen kostenfreien
Kennenlerntermin! Bei Bedarf auch Online.

 Luitgard Gasser
Gestalttherapeutin · Supervisorin
Leben & Raum

2.Gestalt - Camp 2026 Ile de Ré, Atlantikinsel in Frankreich

Kompakte GESTALT – Woche Selbsterfahrung inmitten schönster Natur

„Elefanten versuchen nicht, Giraffen oder Schwalben zu werden. Radieschen versuchen nicht Rote Beete zu werden. Aber wir versuchen zu sein, was wir nicht sind. Wir ersticken an Idealen, die unerreichbar sind oder die nur auf unsere eigenen Kosten erreicht werden können. Wir gehen auf Zehenspitzen, um nur ja nirgendwo anzustoßen und werden schließlich ärgerlich auf unsere Zehen, wenn sie uns wehtun.“ (B.-P. de Roeck, Gras unter meinen Füßen)

Eine ganze Woche Gestaltarbeit ist intensiv: Du erlebst DICH zwischen Abgrenzung und Verbindung, zwischen All-ein-sein und Mit-ein-an-der-sein. Verschiedenste Möglichkeiten also, das Gewahrsein Deiner selbst - Deines Körpers, Deiner Gefühle und Deiner Umwelt - neu und bewusst zu erfahren. Wie in der Jahresgruppe biete ich zahlreiche Möglichkeiten wie den Einbezug von Träumen, Phantasien, gemalten Bildern, Rollenspielen, Körperprozessen, Aufstellungsarbeit ua. ebenso wie das gemeinsame Gespräch in Groß- oder Kleingruppe um Dich darin zu unterstützen, Deine bisherigen Lebens- und Handlungsstrategien zu erkennen, zu überprüfen und zu neuer Stimmigkeit zu fassen.

Die uns umgebende Natur, die langen Sandstrände, das Meer mit Ebbe und Flut, aber auch Spaziergänge und das Radeln geben viele Möglichkeiten, unseren Körper intensiv zu erleben und unsere Sinneswahrnehmung zu sensibilisieren. Die wunderschönen kleinen Dörfer bieten Augen und Leib ästhetische Erholung und werden in die gemeinsame Zeit und ins Tun einbezogen. Das Leitthema der Woche lautet: Wie schaffe ich es, bei mir zu bleiben, also mit mir selbst und meinen Bedürfnissen in Kontakt zu sein und zu bleiben bzw. immer wieder zurückzufinden zu mir selbst - UND - im Kontakt zu sein mit dem Gegenüber? Das kann der Partner sein oder die Kundin, der Mitarbeiter oder die Kollegin sowie das ganze Umfeld

GESTALT sagt: *Kontakt findet an der Grenze statt.* Diese zu kennen, für sie einzutreten und den eigenen Raum mit dem wirklich Eigenen zu füllen und zu gestalten, ist ebenso eine Herausforderung wie die Akzeptanz der Grenzen des Gegenübers. Grundsätzlich hat in der Woche aber Platz, was sich in dieser gemeinsamen Zeit und in diesem Umfeld zeigt.

Noch einmal Bruno-Paul de Roeck: „GESTALT-Therapie ist eine Lebenseinstellung, die praktische Konsequenzen hat. Wachstum ist hier das richtigere Wort. Wachstum: spontaner, lebendiger, glücklicher sein. **Deinen eigenen Kern mehr wertschätzen. Halberledigtes vollenden und neue Schritte riskieren...**“

Es gibt jede Menge weiterer Beweggründe, um an einer GESTALT - Gruppe teilzunehmen. Was auch immer Deine sind, Juliane und ich freuen uns darauf, Dich und Deine Lebens(T)Räume kennenzulernen. Wenn wir uns noch nicht kennen, ist für ein Kennenlerngespräch Voraussetzung für Deine Teilnahme am Camp. Es ist kostenfrei und dauert ca. 30 Minuten. Bitte vereinbare frühzeitig einen Termin, in Präsenz oder Online.

**Herzlich,
Luitgard Gasser, Juliane von Zeschwitz**

Camp – Leitung: Luitgard Gasser. Assistenz: Juliane von Zeschwitz

Zur Terminwahl des Camps:

Der gewählte Termin vermeidet Hochsaison sowie besucher- und kostenintensive Feier- und Ferientage vor Ort. Eine Orientierung an deutschen Ferienzeiten ist deshalb leider nicht möglich.

Ort und Zeitrahmen



GESTALT-Camp deshalb, weil ich den äußeren Rahmen unaufgeregt und schlicht haben möchte. Der mir vertraute Campingplatz *Le Puma* nahe dem Dörfchen *La Couarde* bietet uns die Möglichkeit eines ungestörten Außenbereichs, fast wie ein kleines Dorf nur für uns, bei gleichzeitig kostengünstiger und ruhiger Unterkunft in sogenannten Mobilhomes. Darin gibt es 2 Schlafkammern, 1 Duschbad, 1 separates WC sowie eine Küche mit Essbereich. Wenn sich zwei Teilnehmer ein Mobilhome teilen, beträgt die Wochenmiete ca. 175€ je Person. Bettwäsche, Handtücher und Rad (ca. 45€/Woche) können gegen Gebühr dazu gebucht werden. Du kannst natürlich auch ein Mobilhome für Dich allein mieten, zelten oder mit Deinem eigenen Camper anreisen. Informiere mich bitte rechtzeitig über Deine Wahl. Einmalig: ca. 25-30€ für die individuelle Führung unserer Gruppe durch einen Saunier der Ile de Ré durch die Salinen und incl. Verkostung.

Anreise:

Die Anreise ist von den Teilnehmerinnen selbst zu organisieren. Die Anreise per Zug über Paris nach La Rochelle und mit dem Bus (hält direkt am Camping) auf die Insel hat sehr gut geklappt. Frühzeitige Buchung ab Januar 2026 wird empfohlen. Bei Anreise per Auto bitte ggf. Mitfahrgelegenheiten absprechen. Flughafen in La Rochelle.

Verpflegung:

Selbst organisiert. (Hat zu aller Zufriedenheit bestens geklappt.)

Unsere gemeinsame Zeit beginnt

am Anreisetag, Samstag, den 13. Juni mit einem für die Anreisenden vorbereiteten Buffet. Der Sonntag steht tagsüber zur freien Verfügung, ebenso wie ein weiterer halber Tag am Mittwoch.

Die Gruppe trifft sich dann am Sonntag um 20h zur Absprache des Ablaufes ab Montag 10h. Die Arbeitszeiten beinhalten 6 Zeitstunden je Tag in unterschiedlicher Konstellation.

Die gemeinsame Zeit endet am Freitag, den 19. Juni mit dem Abschlussfest/-dinner nach gemeinsamer Absprache und Vorbereitung. Die genaue Zeitplanung orientiert sich an den äußeren Umständen vor Ort (Wetter, Ebbe u. Flut, usw.) und wird kurzfristig festgelegt.

Der Aufenthalt kann bereits mit der Buchung verlängert werden um einzelne Tage oder Wochen. Bitte mit Anmeldung angeben.

Teilnehmer*innenzahl: mind. 6 – max. 14 Personen

Teilnahmebetrag:

Bei **Anmeldung bis 12.11.25 540€ = Early-Bird-Tarif**, bis 28.02.26 600€ und danach 660€ jeweils 19% MwSt.. inclusive. Hinzu kommen Unterkunft, Kurtaxe à ca. 75ct je Tag, Anteil Selbstverpflegung, Reisekosten, individuelle Ausgaben. Die Lebenshaltungskosten sind ähnlich wie in Aachen.

Anmeldung:

Schriftlich mit dem Anmeldeformular und Überweisung des jeweiligen Teilnahmebetrages. Danach ist Ihr Platz sicher.

Wichtig:

Siehe Vertragsbedingungen auf dem **Anmeldeformular**.

Anmeldeformular

(Zutreffendes bitte ausfüllen)



Name

Straße

PLZ Ort

Telefon

E-Mail

Beruf

Alter

Hiermit melde ich mich verbindlich an zu:

2.GESTALT - Camp vom 13. - 20. Juni 2026, GESTALT für Persönlichkeit & Beruf.

Ich erkläre, dass ich mich in der Lage fühle am GESTALT - Camp teilzunehmen, bereit bin, für mich allein verantwortlich zu sein und ich stelle den Veranstalter von jedweder Haftung frei. Die Teilnahmebedingungen habe ich gelesen und akzeptiere ich. Den Teilnahmebetrag (**EARLY-BIRD-Tarif bis 12.11.25 540€/ bis 28.02.2026 600€ bzw. danach 660€ je incl. 19%Mwst.**) überweise ich fristgerecht auf das Praxiskonto bei der Consors Bank, IBAN DE71 7012 0400 8485 3470 02.

Ort, Datum,
Unterschrift

Vertragsbedingungen zum 2. GESTALT - Camp in Frankreich

GESTALT - Camp für Persönlichkeit & Beruf

1. Anmeldung

Für den Early-Bird-Tarif melden Sie sich mit obigem Formblatt schriftlich bis spätestens 12.11.2025 an. Danach gilt bis 28.02.2026 der Tarif á 600€ incl. 19% Mwst. und danach der Tarif á 660€ incl. 19% Mwst.. Vergessen Sie nicht, das Formblatt zu unterschreiben. Überweisen Sie gleichzeitig den Teilnahmebetrag von 540€ incl. 19%Mwst. (bzw. die je nach Datum fälligen 600€ bzw. 660€) auf das Praxiskonto bei der Consors Bank, IBAN DE 71 7012 0400 8485 3470 02. Nach Eingang von Anmeldung und Teilnahmebetrag ist Ihnen Ihr Teilnahmeplatz sicher.

2. Zahlungsweise Unterkunft

Nach Bestätigung unserer Buchung vor Ort erhalten Sie Ihre Rechnung vom Campingplatz Le Puma. Dieser rechnet je Mobilhome nur mit einem Teilnehmer für beide BewohnerInnen ab. Die Aufteilung regeln die TeilnehmerInnen untereinander.

3. Rücktritt des Teilnehmers/ der Teilnehmerin

Der Rücktritt von der Veranstaltung muss wie die Anmeldung schriftlich erfolgen und ist bis 31.03.2026 möglich. Danach ist Rücktritt nur durch Stellung eines Ersatzteilnehmers/einer Ersatzteilnehmerin möglich. Für späteren Rücktritt wird empfohlen, eine Seminar-rücktrittsversicherung (z.B. HanseMerkur) u./o. eine Reiserücktrittsversicherung (Unterkunft und Fahrtkosten) abzuschließen.

4. Rücktritt durch die Veranstalterin

Falls nicht ausreichend (mind. 6) Anmeldungen bis 12.November 2026 vorliegen (diese Frist setzt uns der Campingplatz aufgrund seiner Planung) oder infolge von Erkrankung nicht stattfinden kann, werden Sie von mir informiert. Bereits gezahlte Teilnahmegebühren werden vollständig erstattet, wenn das Camp nicht stattfinden sollte. Sonstige Schadensersatzansprüche bestehen nicht.

5. Psychotherapie

Falls Sie sich in psychotherapeutischer Einzeltherapie befinden, sprechen Sie Ihre Teilnahme an der Gruppe bitte mit Ihrer Therapeutin / Ihrem Therapeuten ab.

6. Die Selbsterfahrungsgruppe ist KEIN ERSATZ für eine ggf. notwendige psychotherapeutische Behandlung. Diese wird von mir nicht angeboten.