

**Abendseminar 1 (Ruth Lukatis-Ditterich)**  
**Musiktherapie**

**„Vom Sehnen und Wünschen“**

Sehnen ist wunderbar – doch wie den ersten Schritt finden, der Realisierung einer Sehnsucht näher zu kommen? Wie konkrete Wünsche formulieren und umsetzen? Das Abendseminar bietet die Möglichkeit, sich mit Mitteln Kreativer Therapie mit einem persönlichen Thema zu beschäftigen und auf Entdeckungsreise zu gehen.

**Abendseminar 2 (Ruth Lukatis-Ditterich)**  
**Musiktherapie**

**„Hörbar werden – meine Stimme erheben“**

Menschen möchten hörbar sein, gehört, ja, erhört werden. Dazu müssen sie ihre Stimme erheben, was jedoch nicht immer leichtfällt. In diesem Abendseminar können mit Methoden der leiborientierten Musiktherapie Wege ausprobiert werden, die Stimme zu erheben und hörbar(er) zu werden.

**Abendseminar 3 (Rebecca Thanbichler)**  
**Tanztherapie**

**„Der Herzkreis und der Mut, sich zuzumuten“**

Sich zuzumuten wird oft als etwas Negatives beschrieben. Dabei kommt das ‚mut‘ in dem Wort ‚zumuten‘ von dem indogermanischen ‚muot‘ und hat die Bedeutung ‚Seele‘. Sich mit seiner Seele anderen Menschen zuzuwenden, also sich in diesem positiven Sinne zuzumuten, braucht Mut und Kraft. Die in der Bewegungstherapie bewährte Herzkreisarbeit hilft, den eigenen Weg zu finden, sich zuzumuten.

**Abendseminar 4 (Eva-Maria Lütkemeyer)**  
**Kreative Therapie**

**„Schuldgefühle und innerer Frieden“**

Viele Menschen kennen das Gefühl der Schuld. „Du bist ja selbst schuld!“ oder „Es ist meine Schuld, dass ...!“ sind häufige Sätze, die das Leben begleiten. Was sind die Unterschiede zwischen Schuld, schlechtem Gewissen und Verantwortung? Und wie finde ich

meinen inneren Frieden mit meinem Schuldgefühl? Das Abendseminar bietet die Möglichkeit, sich kreativtherapeutisch diesem Thema zu widmen und einen persönlichen Lösungsweg zu beschreiten.

**Abendseminar 5 (Rebecca Thanbichler)**  
**Tanztherapie**

**„Der Tanz, nach den Sternen zu greifen“**

Wer allzu oft enttäuscht wurde bzw. ins Leere gegriffen hat, tendiert dazu, gar nicht mehr nach den Sternen zu greifen und der Sehnsucht nachzugehen. Wenn wir Menschen versuchen, nach den Sternen zu greifen und unserer Sehnsucht freien Lauf zu lassen, sie praktisch werden zu lassen, dann wissen wir oft nicht, wie das geht. In diesem Leibtanz können Sie Ihren Weg finden und ihn spielerisch erproben.

**Abendseminar 6 (Ruth Lukatis-Ditterich)**  
**Musiktherapie/ Kreative Therapie**

**„Wege aus der Angst“**

Jeder Mensch kennt Angst. Sie kann nützliche Warnung vor Gefahren sein, sie kann aber auch gefangen nehmen und überwältigen. In diesem Abendseminar werden mit Mitteln des Verraumens und des Aktiven Symbolisierens (Angstfresser) kreative Wege des Umgangs mit Ängsten aufgezeigt.

**Abendseminar 7 (Eva-Maria Lütkemeyer)**  
**Kreative Therapie**

**„Das Rad der Sinnhaftigkeit“**

Das Gefühl, Sinnvolles zu tun und sinnvoll zu arbeiten, entlastet. Doch vielen Menschen ist der Sinn dafür abhandengekommen. Im Laufe der Zeit ergibt sich privat und beruflich viel Unsinniges und Widersinniges. Das Sinnhafte und Sinnstiftende wurde überlagert; die Frage nach dem Sinn gerät durch die Routinen des Alltags „aus dem Sinn“. In diesem Abendseminar beschäftigen wir uns mit dem großen und dem kleinen Sinn und gestalten das eigene „Rad der Sinnhaftigkeit“.

**Abendseminar 8 (Eva-Maria Lütkemeyer)**  
**Kreative Therapie**

**„Vom Trauern und loslassen“**

Trauern ist das Gefühl des Loslassens. Trauer kann erleichtern, sie kann aber auch quälen, wenn Menschen in ihr feststecken und keinen Weg aus ihr herausfinden. In diesem Abendseminar wird ein Weg vorgestellt und praktisch erfahrbar, der darin unterstützt, solches Feststecken aufzulösen und Prozesse des Trauerns und Loslassens zu unterstützen. Das Abendseminar bietet die Möglichkeit, sich mit Mitteln kreativer Therapie mit einem persönlichen Thema zu beschäftigen und auf Entdeckungsreise zu gehen.

**Termine dienstags 18.00 - 21.00 Uhr**

Abendseminar 1	07.02.23
Abendseminar 2	07.03.23
Abendseminar 3	04.04.23
Abendseminar 4	09.05.23
Abendseminar 5	06.06.23
Abendseminar 6	05.09.23
Abendseminar 7	10.10.23
Abendseminar 8	07.11.23

**Die Abendseminare können auch einzeln gebucht werden.**

Kosten pro Abend 20,- €

Ort: Praxisgemeinschaft  
Rühmkorffstr. 1  
30163 Hannover

Anmeldung: 0511- 8993333 oder 0170-5563697  
oder: [e.m.luetkemeyer@gmx.de](mailto:e.m.luetkemeyer@gmx.de)



**Eva-Maria Lütkemeyer**

Heilpraktikerin (Psychotherapie)  
Musiktherapeutin, Kreative Leibtherapeutin,  
Traumatherapeutin (zkw-tk/AKLe.v.)  
Regionalverantwortliche für die Region Nord  
der Zukunftswerkstatt *therapie kreativ*  
[www.zukunftswerkstatt-tk.de](http://www.zukunftswerkstatt-tk.de)



**Praxisgemeinschaft**

**Rühmkorffstr. 1**

**30163 Hannover**

**Tel.: 0511-8993333**

[www.luetkemeyer-therapie.de](http://www.luetkemeyer-therapie.de)

[e.m.luetkemeyer@gmx.de](mailto:e.m.luetkemeyer@gmx.de)



**Ruth Lukatis-Ditterich**

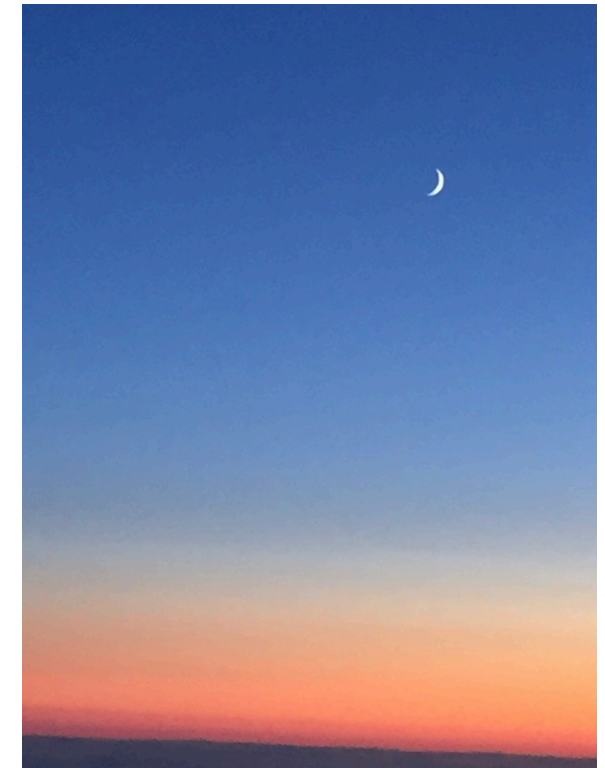
Diplompsychologin  
Psychologische Psychotherapeutin  
Musiktherapeutin (zkw-tk/AKLe.v.)  
Kreative Leibtherapeutin  
Traumatherapeutin  
**Sägemühlenstr. 3**  
**29221 Celle**  
**Tel.: 05141-740658**  
[RLukatis@aol.com](mailto:RLukatis@aol.com)



**Rebecca Thanbichler**

Tanz- und Bewegungstherapeutin  
(zkw-tk/AKL e.v.)  
**Am Reddinger Bruch 4**  
**31559 Haste**  
**Tel.: 0175-2073056**

# Kreativtherapeutische Abendseminare 2023 in Hannover



Die Abendseminare bieten die Möglichkeit, sich mit Mitteln kreativer Therapie mit einem persönlichen Thema zu beschäftigen und auf Entdeckungsreise zu gehen. Gleichzeitig sind sie eine Einführung in die Arbeitsweisen leiborientierter Kunst-, Tanz- und Musiktherapie bzw. Kinder- und Familientherapie.