

## AMIRA TÖNIG

Psychotherapeutin  
0699 110 63 536  
praxis@amira-toenig.at  
1090, Nussdorfer Straße 65  
www.amira-tonig.at

## ROBERT ZEUGSWETTER

Psychotherapeut & Coach  
0664 16 80 565  
rz@psychotherapie-zeugswetter.at  
1090, Wasagasse 33/15  
www.psychotherapie-zeugswetter.at

## PRAXIS

Ort: Nussdorfer Straße 65/10, 1090 Wien  
Termine: 1x pro Monat ab 12. Februar 2025  
18:00–19:30  
Kosten: 80.- Euro / 90 Min  
Die Gruppe kommt ab 8 Personen zustande.  
Maximale Gruppengröße 10 Personen.

Anmeldung  
bis 22. Jänner 2025  
per Email

# Erforsche deinen Beziehungsraum

Amira Tönig &  
Robert Zeugswetter  
**GRUPPE**

Du wirst in Zukunft  
Deine Beziehungen  
anders denken, fühlen  
und leben

Lerne **aktiv** und **selbstbewusst** all deine Beziehungen zu gestalten.  
So wirst Du endlich **glücklicher** und **zufriedener** werden.  
Du wirst keine **toxischen** Beziehungen mehr eingehen.

**Dein Nutzen, Teil unserer Gruppe zu sein:**

- Zugehörigkeit ist ein existenzielles Grundbedürfnis
- Das Ich wird am Du – wir lernen von und miteinander
- Aktives und neugieriges Zuhören erfahren und erleben
- Ich spreche. Ich höre mich sprechen. Ich fühle mich.
- Dein Beziehungsraum wird zum Gestaltungsraum für dich



**AMIRA TÖNIG** Ich liebe es Beziehungen zu gestalten und das Beste rauszuholen. Wir sind sehr unglücklich, wenn wir uns in einer unserer Bindungsgemeinschaften nicht verstanden oder gar ausgeschlossen fühlen. Häufig bleiben wir dann wie der Fisch im Wasserglas in diesem Bezugsrahmen hängen und kämpfen darum, den Anschluss wiederzufinden. (Stefanie Stahl, S. 352)

**ROBERT ZEUGSWETTER** Manchmal stört es mich, dass ich nur Wörter spreche. Ich würde gerne heimliche Gedanken und Gefühle sprechen! Vielleicht lässt sich so, wenn auch nur kurz, Kontakt zu den Mitmenschen herstellen. Aber wie sehr ich auch versuche in die Tiefe zu gehen, alles was dann herauskommt ist nur ein Wort. (Marwan Ana, ÖI Beitrag)