

Dein Schreiblicht

DEINE SCHREIBREISE ZU DIR SELBST IN DER ZEIT DER RAUHNÄCHTE

Schenke dir im Übergang zwischen den Jahren Zeit, dich mit dir selbst zu verabreden und entdecke dabei schreibend deine innere Magie.

Stell dir vor, in dir gibt es ein funkelndes Schreiblicht, das innig verbunden ist mit deinem Herz, deinen Wünschen und deiner inneren Weisheit. Es wartet nur darauf, von dir entdeckt zu werden, damit es eines tun kann: Dich durch die vor uns liegende Zeit zu begleiten, durch die besonderen Tage und Nächte zwischen den Jahren. Die Zeit der Rauhnächte bringt eine besondere Qualität der Ruhe und Stille mit sich und damit die Möglichkeit zur Reflexion über das, was uns wirklich wichtig ist im Leben. Eine Art Innhalten, wodurch sich der Zauber der Begegnung mit dir selbst entfalten kann. So ermöglichst du es dir, dich zu orientieren und für Klarheit zu sorgen, wo es Klarheit braucht, und dem Raum zu schenken, was im neuen Jahr wirklich-wirklich Raum bekommen soll.

Was erwartet dich auf deiner Schreibreise?

- ♥ Du lernst dein inneres Schreiblicht kennen und kannst Klarheit, Kraft und sanften Mut für die vor dir liegende Zeit schöpfen.
- ♥ Du hast die Möglichkeit, zu Beginn und am Ende deiner Schreibreise einen Online-Abend voller angeleiteter Schreibinspirationen mit deinen Schreiblicht-Weggefährte*innen zu verbringen.
- ♥ Vom 25. Dezember bis zum 05. Jänner erhältst du 12 Schreibimpulse für deine tägliche Inspiration in dein Emailpostfach.

Lass dein Schreiblicht leuchten!

Am 23. Dezember 2025 treffen wir uns zu einem gemeinsamen Schreibabend, an dem wir vor Weihnachten durchatmen können und uns für die kommenden Tage vorbereiten. Wir werfen einen Blick zurück auf das vergangene Jahr, einen Blick ins Jetzt und einen Blick in die Zukunft: Was war, was ist, was wird? Du lernst dein Schreiblicht kennen, bereitest das Rauhnachtritual der „13 Segen“ vor und hast die Möglichkeit, Anker für deine ganz persönliche, magische Schreibreise zu setzen.

Tägliche Inspiration vom 25. Dezember 2025 bis zum 05. Jänner 2026: Für jede Rauhnacht erhältst du einen Schreibimpuls zu einem spezifischen Thema. Dir werden Themen wie Mut, Ruhe, Klarheit, Gesundheit und viele mehr begegnen, die du mit kreativen Methoden aus der Schatzkiste des Journal Writings erforschen kannst. Du ermöglichst dir in diesen Tagen ein Langsamer-Drehen der Zeit und eine ruhige, innere Ausrichtung mit neuen Erkenntnissen für das frisch vor dir liegende Jahr.

Am Abend des 06. Jänners 2026 treffen wir uns zu unserem zweiten, gemeinsamen Schreibabend. Wir werden das Rauhnachtritual der „13 Segen“ beenden und herausfinden, welche Erkenntnisse du mit ins Neue Jahr nehmen möchtest und was sich dein Schreiblicht für dich wünscht.



**2 ONLINETREFFEN
12 SCHREIBIMPULSE
FÜR DIE MAGIE IN DIR**

Von Dezember 2025 bis Jänner
2026.

Alle organisatorischen Details findest
du auf der nächsten Seite.

Du bist herzlich willkommen!

Für deine Schreibreise packen wir ein...

In deinem Reisegepäck findest du Methoden des kreativen und biografischen Schreibens und des Journal Schreibens. Diese kombinieren wir mit Erkenntnissen aus der Gesundheitspsychologie und einer Praxis der Achtsamkeit.

Das geschriebene Wort wird uns auf diesem Weg begleiten und uns in eine tiefere Form der Verbindlichkeit und Echtheit mit uns selbst bringen.

Die gemeinsame Zeit während der Online-Treffen bietet in einem geschützten und angeleiteten Rahmen Platz, sich mit sich selbst zu treffen, dabei Gemeinschaft zu erleben und sich mit sich selbst und anderen zu verbinden und zu reflektieren.

Achtsames Umgehen miteinander, Selbstmitgefühl und Selbstfürsorge stehen im Zentrum.

Stillness is not about focusing on nothingness. It's about creating an emotional clearing to allow ourselves to feel, think, dream and question. (Brené Brown)



Organisatorisches



Onlinetreffen:

Unsere Gruppe findet online über meinen Zoom-Raum statt.

Am Tag des Gruppentreffens bekommen alle Teilnehmer*innen einen Einstiegslink per Mail zugesendet. Wir treffen uns zu folgenden Terminen jeweils von 18 Uhr bis 20 Uhr.

- * Dienstag, 23. 12.2025
- * Dienstag, 06. 01. 2026

Vom 25. Dezember 2025 bis 05. Jänner 2026:

- * 12 Schreibimpulse zur täglichen Inspiration per Mail direkt in dein Emailpostfach.

Kosten: 120 Euro.

Die Rechnung erhältst du nach der Anmeldung per Mail.

Anmeldung und Kontakt

Ich freue mich auf die gemeinsame Zeit!

Um Voranmeldung wird bis zum 22. Dezember 2025 gebeten.

Mag.^a Daniela Burtscher

Praxis für Klinische Psychologie und Gesundheitspsychologie

Kornmarktstraße 9/Top 7

T: +43 650 3706904

M: praxis@danielaburtscher.at

