



Mal- & Gestaltungstherapie - Dienstag

Ist ein psychotherapeutisches Therapieverfahren, das mit dem kreativen Prozess und dem Gespräch über das Bild und die Gestaltung arbeitet.

Therapieziel

Die unbewussten wie auch bewussten Blockaden, Problematiken, Traumata, Persönlichkeitsanteile und die Emotionen durch den gestalterischen Prozess wahrzunehmen, kreativ auszudrücken und dem Erlebten in einem geschützten Rahmen Raum und Zeit geben. Auf diese Weise können Konflikte und Blockaden bearbeitet, wie auch eigene Ressourcen und Stärken aufgebaut werden. Zeitgleich fördert es den Kontakt und die positiven Emotionen und Befindlichkeiten zum Umfeld und im Alltag.

Für wen?

Für alle, die sich entfalten, entspannen und stärken wollen durch den kreativen individuellen Prozess und dem Kontakt und Austausch mit anderen. Eine künstlerische Begabung ist nicht erforderlich. Interesse, Neugier und Motivation sind förderlich. Schweigepflicht gilt für alle Anwesenden.

Methoden

Ausdrucksmalen, Märchen, ITAB-Gruppenmethode: Integrativer Transfer Assoziativen Bilderlebens (ITAB©) von Snezana Janna Serafimoska, www.praxisamweiher.ch

Gruppe

Max. 5 Teilnehmer

Regelmässige Teilnahme an mindestens 8 Terminen ist erforderlich, um anzukommen und Veränderungen wahrzunehmen. Abmeldung bitte 2 Wochen im Voraus.

Tag & Zeit

Dienstags 10:00 – 11:30 Uhr, findet wöchentlich statt

Wo?

Ambulatorium Römerhof, Klosbachstrasse 110, 8032 Zürich

Leitung und Anmeldung:

Nur Kussan, Mal- & Gestaltungstherapeutin

Anmeldung durch Psychotherapeuten oder per Mail: n.kussan@ambulatorium-roemerhof.ch.

Bei Fragen stehe ich gerne jeder Zeit zur Verfügung.