

Trauma **Hilfe** Zentrum München e. V. (THZM):

Stabilisierungsgruppe

STABILISIERUNG DURCH GESTALTERISCHES TUN

- Leitung** **Maria Heller**, Dipl.-Kunsttherapeutin (FH), Traumafachberaterin(DeGPT), Psychotherapie (HPG)
- Termin** **Infostunde: 07.09.2021**
Gruppe: ab 14.09.2021
7x fortlaufend dienstags
jeweils von 15.30 bis 17.00 Uhr
- Inhalt** In der Stabilisierungsgruppe mit Kunst haben Menschen mit Traumafolgestörungen die Möglichkeit, die Freude am Gestalten ohne Leistungsdruck zu entdecken und zu pflegen. Der Umgang mit Farben, Stiften und anderen Materialien kann Türen zu verborgenen Kraftquellen öffnen und die eigene Selbstwirksamkeit neu stärken. Angeregt durch kleine Impulse ergeben sich spielerische Möglichkeiten, die Aufmerksamkeit ganz auf den Gestaltungsprozess zu lenken, sich zu beruhigen und die Selbststeuerung zu aktivieren.
- Die beglückende Erfahrung des kreativen Gestaltens macht den Weg frei zu mehr Sicherheit ins eigenständige Handeln, zu mehr Vertrauen in die eigenen Fähigkeiten und vielleicht auch zu neuen Ideen, das eigene Leben individuell zu gestalten.
- Im Mittelpunkt des Angebots steht die Aktivierung der Ressourcen und die persönliche Stabilisierung. Es wird nicht traumakonfrontativ gearbeitet.
- Das Leben kann trotz traumatischer Ereignisse in der Vergangenheit viele kleine Schätze bereithalten. Diese gilt es zu entdecken.
- Info** Diese Stabilisierungsgruppe ersetzt keine psychotherapeutische Behandlung, kann aber ergänzend dazu wahrgenommen werden. Künstlerische Vorkenntnisse sind nicht erforderlich. Material wird zur Verfügung gestellt
- Ort** THZM, Horemansstraße 8 (Rgb), 80636 München (U-Bahn Rotkreuzplatz)
- Gebühr** 85 Euro (inkl. Infostunde), ermäßigt 15 Euro (inkl. Infostunde)
Eine Ermäßigung ist auf Anfrage und bei Nachweis der Bedürftigkeit möglich. Bitte informieren Sie uns bei der Anmeldung darüber. Spätere Änderungen können leider nicht angenommen werden. Die Anmeldung ist verbindlich mit der Anmeldebestätigung des THZM.
- Anmeldung** www.thzm.de/ressourcenorientierte-stabilisierungsgruppen/