

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

## Stabilisierungsgruppe

# BILD- UND GESTALT THERAPEUTISCHE SOWIE RESSOURCENORIENTIERTE STABILISIERUNGSGRUPPE

**Leitung** **Dr. Birgit Weidl**, Heilpraktikerin, eingeschränkt auf das Gebiet der Psychotherapie; Bild-, Gestalt- und Traumatherapie (BGT)

**Termin** **Infostunde:** Samstag, 10.10.2020, von 9.00 bis ca. 10.30 Uhr  
(Voraussetzung für die Teilnahme ist die Infostunde mit der Gruppenleiterin)  
**Gruppe:** ab Samstag, 17.10.2020  
**4 x fortlaufend samstags**  
(von 17.10.2020 bis 07.11.2020 einschließlich)  
**jeweils von 9.00 bis 10.30 Uhr**

**Inhalt** Diese Stabilisierungsgruppe ähnelt stark der Klassischen Kunsttherapie. Fokus und Vorgehensweise liegt auf bild- und gestalterischen Elementen und eignet sich ideal zur Ressourcenstärkung und Behandlung von Traumafolgestörungen (Bild-, Gestalt und Traumatherapie – BGT). In unseren gemeinsamen Stunden steht allerdings nicht der therapeutische Aspekt, sondern der ressourcenorientierte und stabilisierende Aspekt im absoluten Vordergrund.

Wenn Sie gerne mit Farbstiften (radierfähig) auf Papier malen und/oder zeichnen und sich auch gerne durch imaginative Verfahren inspirieren lassen, ist dies eine besonders schöne Arbeit, um positive innere Bilder auf Papier zu bringen. Danach können Sie diese auch mit nach Hause nehmen, wenn Sie möchten. Das Erspüren dieser positiven inneren Bilder macht BGT im Speziellen aus.

Sie werden Erfahrungen für sich sammeln, wie z.B. Ihre Selbstkompetenz erleben oder Ihre Fähigkeiten freisetzen sich selbst beruhigen zu können. Dies stärkt die Zuversicht Ihr eigenes Leben zu gestalten. Traumafolgestörung bei den Angehörigen führen.

**Info**

- Da es hier um Ressourcenstärkung und -aufbau sowie um Stabilisierung geht, wird nicht traumakonfrontativ gearbeitet.
- In dieser Gruppe wird darüber informiert, was unter Trauma zu verstehen ist.
- Materialien werden zur Verfügung gestellt.
- Künstlerische Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.
- Diese Gruppe ersetzt keine psychotherapeutische Behandlung, kann aber dazu ergänzend wahrgenommen werden.
- Traumatherapeutische Vorerfahrung ist von Vorteil, jedoch nicht erforderlich.

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

- Ort** THZM, Horemansstraße 8 (Rgb), 80636 München (U-Bahn Rotkreuzplatz)
- Gebühr** 50 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/](http://www.thzm.de/ressourcenorientierte-stabilisierungsgruppen/)