

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: Dienstag, 14.09.2021, 13 bis 14.00 Uhr**
(Voraussetzung für die Teilnahme ist die Infostunde mit der Gruppenleiterin)
Gruppentermine: 4 x dienstags
21.09. | 28.09. | 05.10. | 12.10.2021
jeweils von 13.00 bis 14.30 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.

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/