

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

Stabilisierungsgruppe **RESSOURCENORIENTIERTE STABILISIERUNGSARBEIT AUS DER BILD-, GESTALT- UND TRAUMATHERAPIE (BGT)**

- Leitung** **Dr. Birgit Weidl**, Heilpraktikerin, eingeschränkt auf das Gebiet Psychotherapie; Bild-, Gestalt- und Traumatherapeutin (BGT), EMDR -Traumatherapeutin
- Termin** **Persönliches Info-Gespräch vor Ort:**
Samstag, 17.09.2022, von 16.00 bis 17.00 Uhr
Gruppentermine: 8 x samstags
08.10. | 15.10. | 22.10. | 05.11. | 19.11. | 26.11. | 03.12. | 10.12.2022
jeweils von 16.00 bis 17.30 Uhr
- Inhalt** Fokus und Vorgehensweise dieser Stabilisierungsgruppe liegen auf Bild- und gestalterischen Elementen. Sie eignen sich ideal zur Ressourcenstärkung und Stabilisierung bei Traumafolgestörungen. Die Inhalte kommen direkt aus der Bild-, Gestalt- und Traumatherapie (BGT). Der therapeutische Aspekt ist hier nicht enthalten. Mit Farbstiften (radierfähig) malen/zeichnen Sie auf Papier. Meistens wird das einzelne Thema pro Termin durch eine imaginative Technik inspiriert und angeleitet. Dies ist eine besonders schöne Art & Weise, um positive innere Bilder auf Papier zu bringen. Ihre Bilder können Sie auch mit nach Hause nehmen, wenn Sie möchten. Das Erspüren dieser positiven, inneren Bilder macht BGT im Speziellen aus. Sie können Erfahrungen für sich sammeln, wie z.B.: Ihre Selbstkompetenz zu erleben oder Ihre Fähigkeiten freizusetzen, sich selbst beruhigen zu können. Oder etwa wieder Zugang zu eigenen, positiven Gefühlen zu bekommen. Es ist auch möglich den Körper/Körperstellen wieder besser spüren zu können. Dies stärkt die Zuversicht Ihr eigenes Leben gestalten zu können. Außerdem in dieser Stabilisierungsgruppe enthalten ist: Psychoedukation.
- Ort** THZM, Horemansstraße 8 (Rgb), 80636 München (U-Bahn Rotkreuzplatz)
- Gebühr** 100 Euro (inkl. Infostunde) / 40 Euro ermäßigt (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/