

Zeit-Räume

Ziel dieser Gruppe ist es, in einer ruhigen Atmosphäre und durch äußere Anregungen (Musik, Geschichte) innere Bilder zu entwickeln, die Teil unserer Seelenlandschaft sind. Diese möchten wir auf Papier bringen und uns darüber austauschen.

Dies geschieht in einem Anfangsritual mit verschiedenen Sinnen:

- Musik hören
- Tee trinken (Heilkräutertee nach Hildegard von Bingen)
- Blumen und Kerzenlicht
- einer Geschichte lauschen (Märchen, Gartengeschichten u. ä.)

Dieser Teil findet mit einer kleinen Gesprächsrunde seinen Abschluss.

Im zweiten Teil der Gruppe werden passend zur Geschichte aus der Kunsttherapie Impulse gegeben, um gestalterisch (malend, zeichnend, schreibend) etwas ins Bild zu bringen. Dies wird von den Therapeutinnen begleitet, die Hilfestellung anbieten und als Gegenüber auch Fragen einbringen. So gestaltet zwar jeder für sich selber auf einem kleinen Zeichenblock, wird aber auch auf Wunsch angesprochen und kann über seine Gedanken berichten.

In einer abschließenden Runde kann das Gemalte den Anderen gezeigt und vorgestellt werden und wird dann im eigenen Ordner mit in die Woche genommen.
