

Ilona & Valona –taideterapiaryhmät keväällä 2019
Era Novan Sali, Kasarmikatu 2, Helsinki

Taideterapeutin ohjaamassa prosessissa käytetään taiteiden eri ilmaisumuotoja mm. maalaaminen, musiikki, liike ja kirjoittaminen. Työskentelyssä ei aseteta taiteellisia tavoitteita eikä osallistujilta edellytetä taiteellista osaamista.



Ilona & Valona

TAIDETERAPIARYHMÄT **itsetuntemukseen ja eheyteen**

Tunnetko jonkin kätkeytyvän itseltäsi? Kaipaatko syvempää itsetuntemusta ja eheyttä ?

Taideterapia on luova prosessi, jolle antautuminen auttaa saamaan uusia oivalluksia itsestäsi ja saamaan yhteyden sielunviisauteesi. Taideterapia puhuu värein ja symbolein ja tuo tietoisuuteesi sen, mitä järkeilemällä ei saavuta. Työskentelyn näkökulmana on ajatus, että taideilmaisu on jo sinällään terapiaa, joka käynnistää ratkaisuprosessit rajoittaviin ajattelumalleihin ja kehitysjumeihin.

RYHMÄ 1: Matkalla syvenevään itsetuntemukseen –oivalluksia itsen

8.2.2019, 22.2.2019 ja 8.3.2019 klo 17.30-20.00

Ilmoittaudu pe 1.2.2019 mennessä jaana.te@hotmail.com tai 044 5116188

Ryhmän 1 taideterapiaprosessissa piirretään mm. mandala ja muotopiirroksia sekä vapaa maalaus. Alkutehtävien jälkeen jokaisen osallistujan kanssa neuvotellaan tarpeiden mukaiset yksilölliset työt. Maalaustekniikka: märkää-märälle. Taideterapeutti johdattelee prosessia ja yhteiskeskusteluja.

Ryhmät muodostavat syvenevän jatkumon mutta voit osallistua valintasi mukaan.

RYHMÄ 2: Eheyttä oman sielunviisauden lähteillä

5.4.2019, 3.5.2019 ja 17.5.2019 klo 17.30-20.00

Ilmoittaudu pe 22.3.2019 mennessä jaana.te@hotmail.com tai 044 5116188

Ryhmässä 2 voimistetaan läsnäoloa ja yhteyttä omaan sisäiseen sielunviisauteen. Välineinä käytetään esim. valokuvia ja muita kuvia, mielikuvia ja unikuvi, tarinoita, liikettä ja aistien herättelyä.

OSALLISTUMISMAKSU: 100,-/ryhmä TAI 40,-/krt (sis. alv24%, materiaalit ja ohjaus)

Hyödyt eniten osallistumalla molempien ryhmien kaikkiin kokoontumisiin. Mutta voit ilmoittautua vain yhteen kokoontumiseen tai niin moneen kuin pääset. Saat laskun etukäteen tai voit maksaa käteisellä.

VETÄJÄ: Jaana Terävä/ Kasvun Avain Oy / Ilona & Valona –palvelut.

Taideterapeutti. Ammatillinen opettaja. Ohjaustoiminnan artemomi.

Lisätietoja antaa jaana.te@hotmail.com tai 044 5116188

TERVETULOA ILOON & VALOON

