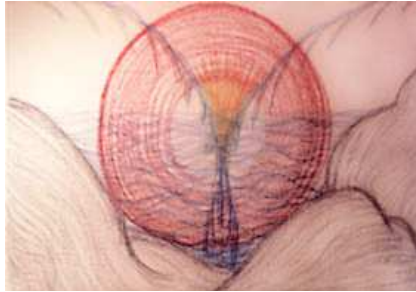


## JAHRESGRUPPE: Kunsttherapeutische Selbsterfahrung

### *Schätze der Seele – auf dem Weg der Individuation in die eigene Mitte finden*



Der Weg der Individuation ist nach C.G. Jung ein Integrations- und Wandlungsprozess mit dem Ziel der Ganzwerdung. Insbesondere in der zweiten Lebenshälfte sind wir aufgefordert, Einseitigkeiten in unserer Entwicklung auszugleichen und uns in eine neue Balance zu bringen.

Die kunsttherapeutische Gruppe bietet Ihnen die Möglichkeit, sich auf die Suche nach verborgenen Quellen Ihrer Kreativität zu begeben und die Bilder und Symbole der Seele mit ihrem Heilungspotential zu entdecken. Der Bezug zum Jahreskreis führt aus der linearen Zeit des „schneller-höher-weiter“ in den inneren Rhythmus und zu den Zyklen der Natur. Die Verbundenheit zu einem größeren Ganzen wird erfahrbar.

#### **Inhaltliche Themen:**

- Der Weg der Individuation entspricht dem archetypischen Grundmuster des Sonnenmythos oder der HELDENREISE mit dem Durchschreiten des Reifungs- und Transformationsprozesses zur Ganzwerdung – durch die Dunkelheit zum Licht, Krisen durchstehen, Abschiede, Tod und Trauer, dem Prozess vertrauen, sich der eigenen Macht und Göttlichkeit bewusst werden
- Wie lebe ich die weibliche und männliche Seite in mir in der jeweiligen Lebensphase? – ANIMUS u. ANIMA-Aspekte
- Welche Anteile sind bis jetzt zu kurz gekommen und welche möchte ich neu kennenlernen und zum Blühen bringen? – abgelehnte Anteile annehmen, eine neue Ausgeglichenheit finden, Selbstfürsorge, innere und äußere Umstrukturierungen, Integration des SCHATTENS
- Was gibt meinem Leben einen Sinn? – Zentrierung, zur inneren Ruhe finden, bei sich selbst ankommen, Entwicklung des wahren SELBST

Die Gruppe beginnt jeweils mit einem kurzem Rundgespräch und einer Inspiration anhand von Kunstpostkarten, Gedichten, Entspannungs- und Körperreisen oder Themen aus der Gruppe für die Gestaltungsphase. Die Teilnehmer können frei gestalten mit Materialien ihrer Wahl, z.B. zeichnen mit Kohle, Pastellkreiden, Ölkreiden, malen mit Aquarellfarben, Gouache, Kleister, Pinsel, modellieren mit Tonerde, Collagen aus verschiedenen Papieren u.a. Materialien, auf kleinen Formaten am Tisch oder groß an der Wand oder am Boden.

Bekräftigungsrituale beziehen alle Sinne mit ein und finden ihren Ausdruck in Tanz, musikalischer Begleitung und dem Entwickeln einer eigenen kleinen Performance zum lebensgroßen Selbstbild als Heldin. Eine gemeinsame Austauschrunde bildet das Ende. Das Miteinander ist getragen von gegenseitiger Wertschätzung und Anteilnahme.



**Ort:** Praxis für kreatives Gestalten, Therapie und Supervision / Coaching

**Beginn:** ab sofort (sofern Anmeldungen vorliegen)

**Zeit:** 2x pro Monat für je 2 Std. (Terminfindung nach Absprache)

**Kosten:** 110 Euro pro Monat inkl. Materialien

Urlaubszeiten werden bei der gemeinsamen Terminvereinbarung und den Kosten berücksichtigt

**TeilnehmerInnen:** Kleingruppe mit max. 6 Personen

**Leitung:** Regina Liedtke / HP Kunsttherapeutin (grad. Mitglied in der DGKT, Mitglied im DFKGT, in der C.G. Jung-Gesellschaft)

**Info / Anm.:** [mail@kreativpraxis-berlin.de](mailto:mail@kreativpraxis-berlin.de) oder 030 – 781 28 99

**Homepage:** [www.kreativpraxis-berlin.de](http://www.kreativpraxis-berlin.de)

Ich freue mich auf Sie!

---

Praxis für kreatives Gestalten, Therapie und Supervision / Coaching

Regina Liedtke

Künstlerhof Alt-Lietzow 12

D - 10587 Berlin-Charlottenburg

Tel.: +49(0)30 - 781 28 99

email: [mail@kreativpraxis-berlin.de](mailto:mail@kreativpraxis-berlin.de)

Homepage: <https://www.kreativpraxis-berlin.de>

Blog "kreativundheilsam": <https://kreativundheilsam.wordpress.com>

Blog "Was macht die Kunst?": <https://liedtkekunstblog.wordpress.com/>

