

Was ich vorhabe:

- Ängste und Sorgen teilen
- sich Zeit und Raum zu nehmen
- mit Freude malen und sich entspannen
- neue Kräfte schöpfen und selbst aktiv werden.



Folgender Kurs ist geplant (á 6 Termine jeweils Donnerstag):

Kurs 1: 25. Feb. 2016, 15.00 bis 18.00 Uhr

Kurs 2: 29. Sep. 2016, 15.00 bis 18.00 Uhr

Um Anmeldung wird gebeten.

Wo:
Schleswig-Holsteinischen
Krebsgesellschaft e. V.,
Alter Markt 1 – 2,
24103 Kiel,
Tel: 0431-8001080

Kristine Krzykala
Counselor grad. BVPPT
Kunst- und Gestaltungstherapie,
Traumatherapie, Kiel

Tel.: 04 31 – 38 78 15 03
www.counseling-krzykala.de



Falls Sie einen Einzeltermin wünschen,
vereinbaren Sie einen Termin mit mir.

Lebenskunst

Kunsttherapie und Gespräche bei
Krebserkrankungen



Es ist alles anders geworden oder sind wir es die
anders wurden oder ist alles Andere anders als wir
es sehen

(Rose Ausländer)



Schöne Gedanken- Bunte Farben

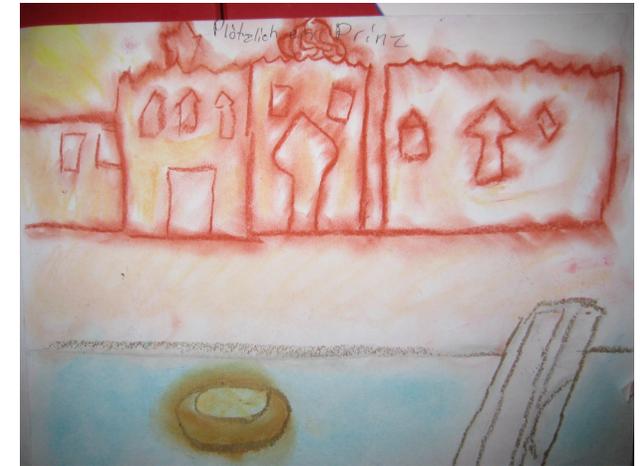
Tauche Deinen Pinsel
in ein Farbenmeer
und male Dir
einen Regenbogen.
Spare nicht an GELB ,
für den Sonnenschein
und vergesse nicht das ROT
für die Liebe.

Male Dir
einen BLAUEN Himmel
und eine GRÜNE Wiese
mit tausend Blumen.

Male Dir kunterbunt
all Deine Träume aus.
Du hast alle Pinsel dieser Welt
in Deiner Hand.

Denn Du
bist für Dein Leben,
Dein eigener
Maler.

(Autor mir unbekannt)



Die Einsatzmöglichkeiten von Kunst-,
Gestaltungs- und Traumatherapie sind sehr
vielfältig. Als häufigste Bereiche sind
folgende zu nennen:

- Krankheitsbewältigung /
Krankheitsverarbeitung (z.B. Krebs)
- psychosomatische Erkrankungen
- persönliche Krisen, Belastungssituationen
und Lebensveränderungen
- Entscheidungsschwierigkeiten
- Persönlichkeitsentwicklung

Kunsttherapie und Gespräche zur Begleitung und Nachsorge bei Krebserkrankungen

Innehalten, zur Ruhe kommen, Zeit und Raum für
sich selbst nehmen im ruhigen und geschützten
Rahmen der Beratungsstelle.

Raum für Gespräche über Sorgen, Ängste, Wut,
Trauer und Verluste an Körper und Seele...
...aber auch über Heilung, Lebensfreude,
Sinnfindung, Zukunft und Veränderungen.

Malend Gefühle zum Ausdruck bringen, mit
leuchtenden Gouachefarben und viel Platz auf
großem Papier. Ohne Druck und Wertung, frei und
spontan, mit Mut machender Begleitung.
Kraft schöpfen, Entspannung finden, Schmerz und
Freude spüren – und wachsen dabei und lebendig
sein...