

Ausdrucksmalen- Malen als Lebensspur

Für Frauen, die....

- gerne malen
- ihre Gefühle selbst regulieren könne
- Spaß und Freude an Farben haben
- gruppenfähig sind
- gern experimentieren
- etwas Neues lernen möchten
- gern etwas über sich selbst erfahren
- pünktlich, regelmäßig und zuverlässig an 10 Terminen teilnehmen

Wir bieten Ihnen...

Eine Spur des eigenen Lebens hinterlassen oder die eigenen Spuren des Lebens entdecken – sich selbst auf die Spur kommen. Dazu lädt diese Art des Malens ein. Beim Malen eines Bildes begeben Sie sich auf eine Entdeckungsreise. Es gilt, kleine manchmal größere Abenteuer zu bestehen, Risiken einzugehen und Spaß, Freude und Erfolg zu empfinden.

Dabei können Sie ungeahnte Fähigkeiten und Potentiale von sich selbst aufspüren und neue Wege und Lösungen für sich selbst und Ihr Leben finden.

Gefördert werden hierbei Ihr Selbstbewusstsein, das Durchhaltevermögen, die Flexibilität, Ihre Lebendigkeit und Stolz auf Ihr gemaltes Bild. Künstlerische Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

Welche Ziele werden verfolgt?

- Erweiterung der Handlungskompetenz
- Verbesserung der Ausdrucksmöglichkeiten
- Mehr Ankommen im „Hier und Jetzt“
- Erweiterung der eigenen kreativen Möglichkeiten
- Wahrnehmen von Gefühlen

In dieser Gruppe fallen zusätzlich 2 € Materialkosten an