

Kunstzinnige therapie of begeleiding



Atelier Aventurijn

Praktijk voor kunstzinnige therapie beeldend

Kunstzinnige therapie voor kinderen :

- omgaan met hooggevoeligheid
- moeite met het uiten van emoties (van teruggetrokken zijn tot het hebben van woedeaanvallen)
- last van (faal)angst
- weinig zelfvertrouwen of een negatief zelfbeeld
- té gespannen zijn
- bedplassen
-

Soms is niet duidelijk wat er aan de hand is. Vooral jonge kinderen kunnen vaak nog geen woorden geven aan wat ze voelen. Het kunstzinnig werken wordt gebruikt als communicatiemiddel tussen het kind en mij. Het kind kan zo leren woorden te geven aan dat wat het beleeft of voelt.

Ook *ouder-kind* sessies kunnen prettig en heel verhelderend zijn voor ouder en kind.

Kunstzinnige therapie voor volwassenen en ouderen:

- omgaan met hooggevoeligheid
- moeite om bij je gevoel te komen
- weinig zelfvertrouwen en/of een negatief zelfbeeld
- gevoelens van machteloosheid
- moeite met ervaren van grenzen
- moeite met eigen richting vinden of focus
- leren omgaan met een verlies (van innerlijk kind, dierbare, gezondheid, werk)
- oververmoeidheid
- burn-out
- spanningen en/of angsten
- depressieve gevoelens
-

Kunstzinnige begeleiding voor volwassenen:

Voor diegene die een persoonlijke ontwikkelings-, of ondersteuningsvraag heeft op persoonlijk vlak of werkgerelateerd.

Ook voor mensen met autisme, psychische last en Niet Aangeboren Hersenletsel die willen werken aan persoonlijke begeleidingsdoelen. Begeleiding kan individueel of in groepsverband plaatsvinden. Bij begeleiding in een groep (zie ook Zorgatelier) dient men in een groep te kunnen functioneren.

Mogelijke begeleidingsdoelen:

- Ontspanning, genieten, sociaal contact en elkaar inspireren
- Ontdekken van eigen kwaliteiten en talenten en deze leren inzetten.
- Het aanspreken van gezonde kracht en eigenheid
- Het vergroten van je zelfvertrouwen en/of eigen regie
- Het stimuleren van je zelfredzaamheid
- Leren structureren en overzicht houden, je niet verliezen in details

- Oefenen in het maken van keuzes
- Leren verdelen of richten van je aandacht
- Het hebben van een eigen activiteit buiten de deur waarnaar je kunt uitkijken
- Stimuleren van een positieve kijk op de zin en de betekenis van het eigen leven
- Stimuleren van zintuiglijke waarneming
- Hersengymnastiek
- Ontlasting van mantelzorg
-

Kunstzinnige begeleiding voor ouderen:

Voor ouderen is doorgaans begeleiding de aangewezen methode.

Begeleiding kan individueel of in groepsverband (zie ook Zorgatelier) plaatsvinden. Dit kan bij Atelier Aventurijn maar ook op locatie. Voor begeleiding in een groep dient men in een groep te kunnen functioneren.

Mogelijke begeleidingsdoelen:

- Ontspanning, genieten, sociaal contact en elkaar inspireren
- Een eigen wekelijkse activiteit buiten de deur waarnaar je kunt uitkijken
- Ontlasting van mantelzorg
- Ondersteuning in het proces van ouder worden (bv bij beginnende dementie of parkinson)
- Het aanspreken van je eigen gezonde kracht
- Het aanspreken van eigenheid en het vergroten van je zelfvertrouwen
- Stimuleren van een positieve kijk op de zin en de betekenis van het eigen leven
- Zintuiglijke waarneming stimuleren
- Hersengymnastiek
-