



my home is my castle

Kunsttherapeutische Selbsterfahrung in vier Modulen für trans Menschen, die sich in der Frühphase ihrer Transition befinden

Ziel der Selbsterfahrung ist, sich zusammen mit anderen trans Menschen auf den Weg der persönlichen Identitätsfindung zu machen. Dazu bietet sich die kreative Auseinandersetzung mit dem Thema **Raum** an.

In einem geschützten und kunsttherapeutisch begleiteten Rahmen werden Fragestellungen und Anliegen rund um die Transition kreativ bearbeitet.

Für die Teilnahme sind keine künstlerischen Vorkenntnisse nötig. Deine Neugier Dich auf kreatives Gestalten einzulassen und Dein Wunsch, Dich mit dem Entstandenen auseinanderzusetzen, genügen.

Ort

Tagesklinik Sonnenbrugg
Klinik Sonnenhalde AG
Bruggstr. 12b,
4153 Reinach/BL

Zeit

Jeweils Samstags 11.00Uhr-17.00Uhr
mit einem kleinen, feinen Lunch

- 1. Modul: 29. Oktober 2022
- 2. Modul: 12. November 2022
- 3. Modul: 26. November 2022
- 4. Modul: 10. Dezember 2022

Gruppengrösse

Maximal 6 Teilnehmer:innen

Anmeldung

Website
www.myhometrainsprojekt.ch

„Die Hand ist das Werkzeug meiner Seele.“

Indianisches Sprichwort

Ich lade dich zu einem kreativ-künstlerischen Prozess ein. Du darfst Deine Hände als wertvolle Werkzeuge nutzen, um neue Erfahrungen mit dem Thema „**eigener Raum**“ zu machen.

Du fragst Dich möglicherweise, wie Dir der kreativ-künstlerische Prozess nützlich sein kann und was Dich erwartet. Dazu Folgendes:

In der Kunsttherapie sind die Hände das zentrale Ausdrucksmittel. Sie gestalten, ein Spielraum entsteht.

Deine Hände führen Dich und dadurch kannst Du dich selber spüren, aufkommende Fragen klären und deinen eigenen Weg finden.

Dein kreatives Schaffen kann Dir neue Ein- und Ausblicke eröffnen.

Info

Wenn Dich dieses Angebot interessiert, Dir das Gruppenangebot aber nicht entspricht, besteht die Möglichkeit, Dich kunsttherapeutisch im Einzelsetting zu begleiten.

Interessierte trans Menschen die in der Transition schon weiter fortgeschritten sind oder diese abgeschlossen haben, können sich gerne melden. Bei genügend Interessierten werde ich einen weiteren Kurs anbieten.

Kursleitung

Gabriela Jaroš, Kunsttherapeutin ED, seit 1989 praktizierend in diversen psychiatrischen Kliniken, Grafikerin.

Seit 2002 Kunsttherapeutin in der Tagesklinik Sonnenhalde. Seit 2008 zusätzlich in eigener Praxis tätig. Spezialgebiet: Psychische Traumaverarbeitung in Bildprozessen mittels LOM (Lösungsorientiertes Malen).

vier Module

„my home is my castle“ beinhaltet vier Module. Du arbeitest kreativ mit künstlerischen Materialien und bist bereit Deinen Suchprozess zu reflektieren. Auf diesem Weg begleite ich Dich mit gezielten kreativen Impulsen. Alle Gruppenteilnehmenden arbeiten an ihren persönlichen Prozessen. Durch das Teilen des Erlebten entstehen über das Gespräch kreative Kontakte mit trans Menschen. In einer vertrauensvollen Atmosphäre und im geschützten Rahmen kannst Du neue Zugänge zu Dir selbst erleben.

Die vier aufeinanderfolgenden Module beinhalten:

Modul 1:

Mein Aussenraum
Dreidimensionales Gestalten

Modul 2:

Mein Innenraum
Malen

Modul 3:

Mein Mittelpunkt
Dreidimensionales Gestalten

Modul 4:

Mein Lebensraum
in der Gemeinschaft
Bildnerisches Gestalten, Körperarbeit

Ich freue mich auf Dich und alle, die sich auf diesen Prozess einlassen wollen!

Kosten

Fr. 100.- inkl. Material, pro Modul
insgesamt Fr. 400.-

Bei fehlenden finanziellen Mitteln besteht die Möglichkeit der Unterstützung durch einen Spendefond.