



MARIE VON VILLIEZ
GESTALT THERAPIE

Online- Jahresgruppe

Verbunden über Kreativität
März bis Dezember 2023



Infoblatt zum Kurs „Verbunden über Kreativität“ März - Dezember 2023

Der Kurs, den ich entwickelt habe, dient der Aktivierung unserer Kreativität und orientiert sich am Jahreskreislauf der Natur. Kreativität zu leben setzt Lebensfreude frei, schöpferisch tätig zu sein erinnert uns daran, dass wir einen hohen Gestaltungsspielraum haben. Die Naturkreisläufe bewusster zu erleben tut uns gut, denn wir sind ein Teil davon.

Die regelmäßige Pflege von Kreativität dient hier in erster Linie der Selbstfürsorge. Es ist nicht produktorientiert, sondern prozessorientiert. Wir werden mit inneren Bildern arbeiten und das setzt auch immer Entwicklungen in Gang. Eine psychische Stabilität ist als Grundlage daher wichtig. Der Kurs ersetzt keine Therapie. Wenn größerer Bedarf nach Begleitung entsteht, biete ich Einzelstunden an oder ihr seid selbst versorgt. Die Gruppe ist Inspiration, Begleitung, Austausch und die Möglichkeit einen Fremdblick auf den eigenen Prozess zu bekommen, was sehr wertvoll sein kann. Die Bereitschaft sich auf eine Gruppe einzulassen ist hilfreich.

Einige von Euch wollen die Übungen gegebenenfalls für ihre eigene Arbeit nutzen. Ihr könnt Euch gerne Notizen machen, Ideen übernehmen und es wird auch eine Literaturliste am Ende an Euch gesendet. Das Skript selbst, sowie die Imaginationen und Übungen werde ich nicht verschicken. Die Gruppe dient der eigenen Erfahrung, es ist keine Ausbildung. Falls jemand nicht teilnehmen kann, werde ich die Übung per Audio oder per mail zum Nachholen versenden.

Und nun noch einige praktische Infos

Der Kurs findet online statt. Das heißt, ihr braucht einen Laptop, Tablet oder Handy, wo ihr über Zoom eintreten könnt.

Wichtig wäre auch, dass ihr eine Möglichkeit habt mit eurem Handy ein Foto zu machen. Wenn wir ein Bild in der Gruppe teilen wollen, schickt es bitte immer an meine e-mail: info@marievonvilliez.de oder über Signal oder whats app auf mein Handy, so dass ich es auf dem Bildschirm für alle freigeben kann. Marie: 0176 7088 36 46

Außerdem ist es wichtig, dass ihr einen Platz habt zu Hause, wo ihr ungestört sein könnt für die Imaginationen. Für die künstlerischen Materialien bekommt ihr immer rechtzeitig ein Schreiben, was vorzubereiten ist. In der Regel ist das Papier, Farben eurer Wahl, etwas zu schreiben, Collagematerial etc. Nichts, was man neu anschaffen müsste.

Bei unserem 2. Treffen werden wir das Jahrbuch binden, welches Euch durch das Jahr begleitet. Da könnt ihr wählen, ob ihr das „live“ in Hamburg in meiner Werkstatt machen wollt (Samstag 15. April) oder ob ihr ein handgebundenes Buch zugeschickt bekommen wollt. Sobald ihr wisst, was besser für Euch ist, sagt mir bitte Bescheid, dann bereite ich mich dementsprechend vor. Die Erfahrung hat gezeigt, dass ein live Treffen in Hamburg für alle die es einrichten können ein echter Gewinn für die Gruppenbildung war. Für Unterkunft kann ich Tips geben.

Ich freue mich sehr auf das kreative Jahr mit Euch!
Marie v. Villiez