



beeldende therapie

verbeelden, verwoorden, verwerken



Doen

Beeldende therapie is een actieve manier om aan problemen en/of klachten te werken.

Verf, klei, krijt, inkt, hout, steen, grafische en gemengde technieken kunnen je verleiden, je confronteren, je geduld op de proef stellen, je concentratie vergroten, je inspireren, je ontspannen en je naar nieuwe oplossingen leiden.

Ervaren

Beeldende therapie geeft oefenruimte om gevoelens te onderzoeken, veiligheid te ervaren en dat te kunnen beïnvloeden. Beeldende therapie helpt je met keuzes te maken, te ontspannen, te concentreren, te accepteren, ergens op in te kunnen zoomen, uit te vergroten en overzicht te krijgen.

Effect

Tastbare en zichtbare resultaten geven een andere reikwijdte dan woorden. Door middel van het doen en het ervaren kun je zaken concreet maken, er woorden aan geven, reflecteren, een verandering in gang zetten, verwerken, zaken achter je laten, en nieuwe stappen zetten.

“Beeldende therapie is voor mij meer verbindend dan praten.”

“Ik durf mijn gevoel weer te vertrouwen.”

“Ik kan hier de draaikolk in mijn hoofd stilleggen.”



Voor wie?

Beeldende therapie is maatwerk en is geschikt voor iedereen die er moeite mee heeft om gevoelens en gedachten onder woorden te brengen.

Aandachtsgebieden: depressie, rouw - en verliesverwerking, burn-out, PTSS, overweldigende ervaringen, identiteitsproblematiek, werk-gerelateerde klachten.

Praktische zaken

Een sessie is 1,5 uur.

Kosten € 80,- .

Versillende verzekeringen vergoeden beeldende therapie via de aanvullende zorgverzekering.

Kennismakingsgesprek gratis.

Bij wie?

Kaj Glasbergen

Beeldende therapie & coaching

Veemkade 338

1019 HD Amsterdam

www.kajglasbergen.nl

email: kajglasbergen@icloud.com

Geregistreerd vaktherapeut beeldend

Lid van FVB, NVBT, Register Vaktherapie

AGB code praktijk: 90056064

AGB code Glasbergen: 90047476

KvK 332772990000