

Katarzisz Komplex Művészetterápia -KKM

***„amikor hagyom, hogy az alkotás beszéljen,
akkor lényegében odaállok lelkem legbelső zugainak,
a legbelső kastélyomnak a kapuja elé”***

Emmanuel Müller

A Katarzisz Komplex Művészetterápia módszerében központi szerepe van a természet jelenségeire, folyamataira való ráhangolódásnak, illetve azok lelki analógiáinak megélésének. Ehhez tartozik az egyes hónapok szimbolikájának megismerése, lelki analógiáinak felismerése, és megjelenítése. A természet körforgására való ráhangolódás elevenen tartja a lelki életet. A természettel való egység megélése segíti az utat a harmóniához. Katarzisz Komplex Művészeti Terápiás módszerrel dolgozó tematikus foglalkozássorozatotban elsősorban a vers és a zene segítségével a természeti változások lelki analógiáinak átélésével alkotunk. A képzőművészeti technikák: akvarell, por- és olajpasztell, szén, tus, montázs, agyag, méhviaszkréta...

A módszer nem csupán az alkotás felszabadító erejére épít, hanem az alkotásban megjelenő érzések megfogalmazására és tudatosítására. A terapeuta által az adott fejlődési szakasz életfeladataira fókuszálva, azokat megtámogatva, lehetőséget ad a szorongásoldásra, önmagunk elfogadására, a személyiség formálódására, az önismeretre. Tesszük mindezt felfedező, megélésen alapuló, játékos formában, örömteli tevékenységekben, elfogadó légkörben.

A módszer kidolgozója DrAntalfai Márta

A részvételhez nem szükséges rajztudás, művészeti előképzettség!