

Kincskereső Meseterápia Módszer

„Mert ahol van a ti kincsetek, ott van a szívetek is” (Mt 6,21)

" Az emberiséggel egyidős mesék arra hívják fel a figyelmet, hogy fantáziáink segítségével megnyílhatnak lelkünk azon csatornái, amelyek a személyiség mélyén rejlő „tisza forráshoz” vezetnek. Ezért a mesék fontos útmutatók a kiteljesedés, egyéniséggé válás folyamatában." (Dr Antalfai Márta a módszer megalkotója)

A módszer lényege, hogy az élıszóban elmesélt mesék segítségével megtaláljuk személyiségünkben rejlő, még feltáratlan lelki kincseiket, belső értékeiket, hogy azokra újra és újra rátalálhassunk.

Az évszázadok alatt csiszolódott népmesék őseink által ránk hagyományozott szimbólumokkal szólítanak meg, így belső világunkra nyitnak ajtót. A mese szereplőiben vágyaink, fantáziáink, indulataink, ösztönvilágunk ölthet testet. A személyiségfejlődés különböző állomásai, alaphelyzetei jelennek meg a bennük, az adott életszakasz döntési és választási mozzanatai. A mesék üzeneteiben ott rejlenek megoldásaik kulcsai is.

Foglalkozásaink fontos eleme így a mesehallgatás mellett a feldolgozás: a mesét követő alkotás, és a szóbeli megosztás is, melyek a saját kép megalkotásának, a hozzá tartozó érzelmek megfogalmazásának, illetve a verbális kifejezés által a tudatosulásnak fontos eszközei.