

Anmeldung

Name:

Telefonnummer

Kursname:

- Ich überweise den Teilnehmerbeitrag auf das Konto:
- Ich bringen den Teilnehmerbeitrag zur ersten Sitzung mit

Diese Anmeldung ist verbindlich. Bitte frühzeitig abmelden.

Unterschrift:

Heidrun Huk



Termine, Preise, Infos:

Ausdrucksmalen n. L.F.

Erwachsene Kleingruppe:
fortlaufend 14 tg. (150 Min.)

ab mind. 5 Terminen	incl. Material	25€
einmaliges Schnuppern	incl. Material	28€

Samstagsmalen 1x mtl. " 35€

Malen+Brunch (180 Min.)
Themengeb. Maltage (ca. 5 Std.) " 60€

Offenes Atelier (+ Malplatz) VB

Arbeit am Tonfeld®, Kunsttherapie

Einzelstunde Erwachsene (60 Min.) 55 €

Einzelstunde Kinder (45 Min.) 40 €

Ermäßigungen, Angebote &
Information, Termine, Anmeldung

Heidrun Huk
www.draudifei-malen.de
Telefon 09131/203721
E-Mail: heidrunhuk@draudifei-malen.de



Arbeit am Tonfeld®

Heidrun Huk

Kunsttherapie

Ausdrucksmalen



Die Arbeit am Tonfeld®

Die **Arbeit am Tonfeld®** ist schöpferischer Umgang der Hände mit dem Material Tonerde. Diese Methode eignet sich, um zu kurz gekommene Entwicklungsbedürfnisse nachzuholen und die eigenen Möglichkeiten und Potentiale zu entfalten. Die A.a.T. wurde von Prof. Hans Deuser entwickelt.

Die **Bedingungen**: Ein flacher Holzkasten mit feiner Tonerde angefüllt, daneben eine Schale mit Wasser. Es wird ohne Vorgaben, aus dem spontanen Impuls und Bedürfnis der Hände nach Berührung und Formbildung gearbeitet. Die Begleitung erkennt, ermutigt und unterstützt den Prozess.

Bewegung wird Gestalt – was geschieht da?

Die A.a.T. bietet die Grundelemente unserer Entwicklung: Da ist etwas Greifbares, gleichsam die Welt, als Gegenüber, das herausfordert und sich gestalten lässt. Da sind die eigenen Hände mit ihrem Impuls zu greifen und zu erfahren und es ist Jemand da, der uns in unserem Erleben wahrnimmt. Die Art und Weise wie wir den Ton berühren und bewegen wird zur Spur unserer Verfassung und Beziehung zu uns und der Welt.

Es entsteht ein dialogischer Gestaltungsprozess, bei dem wir uns konkret und sinnhaft begreifen und neu strukturieren können.

Wir nehmen unser Leben selbst in die Hand

Über mich

- Kunstpädagogin und Kunsttherapeutin
- Begleitung für die Arbeit am Tonfeld (Osterwald, Deuser, Brockmann-Institut)
- Ausdrucksmalleiterin nach L.F., BIK
- Tätigkeit an Schulen, in der Erwachsenenbildung, im klinischen und sozialen Bereich und in eigener Praxis

Die Methoden sind geeignet

- für die Lust sich ohne Worte auszudrücken
- für Menschen, die glauben nicht malen zu können und solche die es können aber...?
- zur Orientierung und Selbstbestimmung
- für Selbstvertrauen und Selbstwahrnehmung
- bei Stress und persönlichen Problemen.
- bei Krankheit und Krisen

Themenzentrierendes Malen

auf der Basis des Ausdrucksmalens

wendet sich an Menschen, die sich mit einem Problem oder Thema gezielt und kontinuierlich über einen bestimmten Zeitraum auseinandersetzen möchten. Dazu wird im gemeinsamen Gespräch das jeweilige Thema geklärt u. als Anliegen definiert. Meditative Einstimmung und Visualisierung unterstützen den Weg in die innere Bilderwelt. Danach wird eingeladen, sich ganz dem eigenen Malprozeß hinzugeben. Der Prozeß wird von mir klärend, auf das individuelle Thema bezogen und ressourcenorientiert begleitet.

Ausdrucksmalen

Ausdrucksmalen (n. L. Fotheringham, BIK) bietet Menschen jeden Alters einen geschützten Raum um sich in der eigenen **Malspur** zu begegnen.

Die **wertfreie**, geborgene Atmosphäre bietet Zugang zur inneren (unbewussten) Bilderwelt. Aus der Lust an Farben und Formen werden Eindrücke zu Ausdruck. Dabei kann ein spannender **Prozess** entstehen, der herausfordert, Mut zu Entscheidungen und Aushalten von Spannung abverlangt und zum ‚Probieren‘ für das eigene Leben wird.

Das spielerische, freie Malen aus inneren Impulsen ergreift den ganzen Menschen. Sowohl der **Körper** mit allen **Sinnen** als auch „**Herz und Hirn**“ sind dabei in Verbindung. Dabei wachsen Vertrauen, Selbstbestimmung und Beziehungsfähigkeit.

Der **Malraum** und die **Begleitung** bieten einen vom Alltag **abgeschirmten Ort** mit **konstanten Regeln**. Die Malleitung beachtet aufmerksam und bei Bedarf klärend den individuellen Prozeß ohne Einfluß zu nehmen. Es wird mit Pinseln und Händen auf großen Formaten an raumhohen Malwänden mit einer reichen **Farbpalette** von leuchtenden malbereiten (wasserlöslichen) **Gouachefarben** gemalt. **Übermalen, Verändern und Erweitern** der Bilder sind Teil vom Malprozeß, ebenso das ungehinderte Malen aus Bewegungsimpulsen des Körpers.

*Erkläre mir und ich vergesse,
zeige mir und ich erinnere mich,
lasse es mich tun und ich verstehe*

Konfuzius

