



Angebot für Schüler:innen und Lehrkräfte

Ausdrucksmalen, Theater Experience /Konflikttheater, Intuitives Schreiben

In unserer Leistungsgesellschaft, die derart komplex und herausfordernd ist, fehlt es meist an Innehalten, Entschleunigung und Achtsamkeit, um (wieder) in Einklang mit sich selbst zu kommen.

Es gibt Emotionen, die als unangenehm oder sogar als gesellschaftlich ungewollt erlebt werden. Dazu gehören Angst, Trauer, Wut, Hass, Ohnmacht, Verzweiflung. Solange sie unterdrückt sind, haben sie eine ungemeine Kraft der Zerstörung und suchen sich oftmals destruktive Wege nach außen zu dringen.

Mein Anliegen ist, das Verborgene, häufig Konfliktreiche auf eine kreative und konstruktive Art und Weise herauszulocken und auszudrücken, um sich selbst zu befreien und positiv zu entfalten.

Arno Stern (*1924, gest. 2024), der den *Malort* und das *Malspiel* entwickelt hat, ging es darum, einen Ort zu schaffen, an dem Fokus auf das Bild, achtsamer Umgang mit den Mitteln und Austausch mit der Gruppe zu ermöglichen.

Diesen Gedanken greife ich auf, wähle jedoch eine freie Form des Raumes. Dieser kann drinnen oder auch draußen in der Natur sein. In meinen Angeboten bringen wir das Innere nach Außen und gehen darüber in einen wertfreien und anerkennenden Austausch. Diese Form hat die Kraft Selbst- und Fremdbilder der Schüler:innen zu verändern, so dass ein friedvoller Umgang und Selbstwirksamkeit möglich werden.

Mit meinen Angeboten biete ich ein Ventil für Schüler:innen oder Lehrkräfte an und leiste damit auch einen Beitrag zur Sucht- und Gewaltprävention.

Weitere Informationen finden Sie auf meiner Homepage www.phoeniqs.de
Individuelle Wege und Preisgestaltung nach Ihrem Budget gerne bei einem persönlichen Gespräch.

Herzliche Grüße,

Systemische Therapeutin (SG), Achtsamkeits- und Resilienztrainerin

Fischbacher Str. 43
65779 Kelkheim
0176.30177764
info@phoeniqs.de
www.phoeniqs.de