

Taruterapiaryhmä aikuisille

Satujen salaisuudet

Sadut itsetuntemuksen ja voimaantumisen välineinä

Keskiviikkoisin klo 17.30–19.30

3.2., 10.2, 17.2., 2.3., 9.3., 16.3., 23.3., 30.3., 13.4. ja 20.4.2016

Ohjaajana psykoterapeutti, kirjallisuusterapeutti **Silja Mäki**, Psykoterapiapalvelu Silja Mäki
Ryhmä kokoontuu osoitteessa Mannerheimintie 93, Helsinki.

Voisiko elämän tiivistää satuun?

Mikä on lempisatuhahmosi?

**Inhottaako tai vihastuttaako joku satuhahmo
sinua erityisesti?**

**Jaatko mielelläsi ajatuksiasi ja kokemuksiasi
samanhenkisten ihmisten kanssa?**

Tule tutkimaan itseäsi ja elämääsi satujen lukemisen, niiden pohjalta kirjoittamisen ja tästä viriävien keskustelujen innoittamana. Ryhmän tavoitteena on antaa mahdollisuus tunteiden käsittelyyn ja sitä kautta voimavarojen lisäämiseen.

Satuja ei tarvitse tuntea ennakolta eikä olla taitava kirjoittaja. Kokeilunhalu ja leikkimielinen uteliaisuus riittävät. Punakynää ei käytetä. Kirjoittajat houkuteltaan kirjoittamaan pienten kirjoitusharjoitusten avulla.

Taruterapia on kirjallisuusterapian muoto, jossa satuja ja tarinoita käytetään terapeuttisina välineinä itsetuntemuksen kehittämisessä, vaikeiden kokemusten työstämisessä ja voimavarojen lisäämisessä.

Kuva kirjasta Katinka Tuisku: Kuun ja Auringon lapset



Ennakkotapaamiset ryhmästä kiinnostuneille ovat ke 20.1. ja 27.1.2016 klo 17.30–19.30.

Varaa pian aikasi ennakkotapaamiseen (noin 20 minuuttia)

puh. (09) 1351 268 toimistoaikana.

Ryhmämaksu on 50 euroa.

Ryhmän järjestää Suomen Valkonauhaliitto yhteistyössä Agricola-opintokeskuksen kanssa.

Suomen Valkonauhaliitto, www.suomenvalkonauhaliitto.fi

Liisankatu 27 A 3, 00170 Helsinki

Lisätietoja kirjallisuusterapiasta www.kirjallisuusterapia.net ja ohjaajasta www.terapiasiljamaki.fi