

Für Kinder ...

kann das Atelier ein erholsamer Ort sein um ihrer Fantasie in Ruhe freien Lauf zu lassen. So wie für das Kind das Spiel oft ernst und umgekehrt das Ernste im Leben oft spielerisch erlebt wird, kann auch für ...

... erwachsene Menschen ...

das Gestalten mit Tonerde und das Malen neue Möglichkeiten eröffnen, um sich zwischen der Ebene des Verstandes und der körperlichen Ebene der Gefühle hin und her zu bewegen; in Bewegung zu kommen.

Menschen mit chronischen ...

oder langandauernden körperlichen oder psychischen Erkrankungen hilft das Gestalten mit Tonerde und das Malen, über die Hände besser mit dem Körper und seiner Innenwelt in Kontakt zu treten.

Firmen und Institutionen...

können als Gruppe im Atelier an Entwicklungsprozessen von Projekten arbeiten. (Tarife nach Aufwand und Absprache)

Tarife: Krankenkassenanerkant mit Zusatzversicherung.
Bitte klären Sie die Abdeckung vorgängig bei ihrer Kasse ab mit der Erwähnung folgender Angaben: Therapeutin ist Mitglied bei SNE und EMR, ZSRNr. R909662, Maltherapie 114)

Gruppen bis maximal 6 Personen:

Kinder/Jugendliche: 1.30 Std. 35.- / 45.-*

Erwachsene: 2.30 Std. 70.- / 80.-*

Einzelstunden und Informations- und Einzelgespräche:

Kinder/Jugendliche: 1.15 Std. 85.- / 95.-*

Erwachsene: 1.15 Std. 110.- / 120.-*

*Höherer Tarif nach persönlichen Möglichkeiten und Krankenkassenabrechnung



Dorla Heiniger | Kunsttherapeutin, Fachbereich Gestaltungs- und Maltherapie mit integralem Ansatz
Atelier mein-sein: Wylerringstrasse 36 | 3014 Bern | 079 632 40 09
mail@mein-sein.ch | www.mein-sein.ch

**Die Kunst legt sich nicht in gemachte Betten;
sie läuft davon, sobald ihr Name fällt,
denn sie liebt das Inkognito.
Am wohlsten fühlt sie sich,
wenn sie vergessen hat, wie sie heißt.**

Jean Dubuffet

mein
sein



Dorla Heiniger | Kunsttherapeutin | mein-sein

TONERDE

Integrales Gestalten mit Tonerde INTON®

Mit den Händen die Tonerde zu kneten und zu streichen, bringt innere Bilder zum Vorschein, wirkt ausgleichend und stärkend in allen Lebenslagen. Tonerde ist der Urwerkstoff. Sie besteht aus Millionen Jahre alten Mineralien die zu Pulver wurden und in der Feuchtigkeit der Erde ihre ganz besondere Konsistenz bewahrt haben.

Über unsere Hände kommen wir so in Berührung mit etwas Uraltem. Die Tonerde lässt uns aus unserer Tiefe eigene Kraft und Inspiration schöpfen für die Anforderungen unseres Lebens.

Tonerde ermöglicht ein direktes und plastisches Arbeiten an Lebensthemen. Gestaltungen können abschliessend in die Natur gebracht werden, z.B. an die Aare, wo Erde, Wind, Wetter und Wasser weiter an ihnen arbeiten.

MALEN

Ausdrucksmalen nach Integralelem Ansatz

Um Unaussprechbares, Unvorhergesehenes, Unbekanntes und doch vielleicht leise Ersehntes, oder unklar Bedrückendes und Belastendes, aus dem Innern nach aussen zu tragen, dafür können unsere Hände uns starke Verbündete sein: Um mehr intuitiv, als mit dem Verstand, Farben zu wählen deren unterschiedliche Schwingungen uns zu Bewegungen auf dem Papier ermutigen. Mehr ahnend als wissend und mehr spielerisch ühend statt technisch kontrollierend, können Bilder zu wachsen beginnen, die uns uns selber näher bringen, allein indem wir sie erschaffen und dann betrachten. Inbilder oder Ein-Bildungen der Seele: „Ein-Bildung bedeutet u.a. bei Paracelsus etwas höchst Konkretes, das die sichtbare, materielle Wirklichkeit beeinflusst. Eine Veränderung wird ein-gebildet, aus einem inneren Bild formt sich greifbare Wirklichkeit“. Aus Joachim Faulstich, *das Geheimnis der Heilung*, München 2010, S. 104

ANGEBOT

Im Atelier «Mein-Sein» kann in den unterschiedlichsten Lebenssituationen der momentanen Befindlichkeit Ausdruck gegeben werden, mit oder ohne künstlerische Vorkenntnisse.

Nichts Störendes ist im Raum, nur das was gebraucht wird zum Arbeiten. Die Gestaltungs- oder Malstunden finden Einzelnd oder in der Gruppe statt. Zum Ankommen und Anfangen, führe ich Sie durch eine entspannende Einstimmungsübung, um ein Eintauchen in die spielerische Arbeit mit den Händen zu erleichtern. Während dem Arbeiten bin ich im Hintergrund für Sie präsent. Zum Abschliessen der Stunde leite ich eine Zeit zum Vertiefen und Nachwirken ein. In regelmässigen Abständen über eine gewisse Zeit so zu arbeiten, kann einen persönlichen Prozesses in Gang bringen.

Durch das Gestalten und Malen werden verschiedene Bewusstseinszustände in uns lebendig:

- Selbstvergessen Eintauchen, Versinken, in die eigene Innenwelt (archaisch)
- Erleben mit allen Sinnen, dem Körper und dem Gefühl (magisch)
- Erfahren und Erzählen der eigenen (Lebens)- Geschichten (mythisch)
- Denken, Differenzieren, Ordnen von dem was aufgetaucht ist (mental)
- Eigene Zusammenhänge, eigene Weisheit und Sinn finden (integral)

Wirken bewirkt Wirklichkeit, da das Wirken nur durch die ganze Wirklichkeit des Menschen vollzogen werden kann, zu der auch die Teilhabe an der gesamten unsichtbaren Wirklichkeit gehört, so ergibt sich daraus, dass wir selber sehr wohl fähig wären, auf das zu wirken was noch nicht da ist, auf das, was also noch nicht geschehen ist, weil es in der unsichtbaren Wirklichkeit ruht, an der wir genauso teilhaben wie an der sichtbaren. Jean Gebser

