

Betreft Informatie Beeldende Therapie Vilt
Periode Open doorlopende groep
Deelnemersaantal 2 – 6

Inleiding

Annalies laat zich in haar aanbod van het aanbod Beeldende Therapie Vilt inspireren door haar interesse in het archetype van 'de wilde of ontembare mens'.

De term 'archetype' staat voor de herkenbaarheid van een aantal karakter-typeringen, herkenbaar bij meerdere mensen. Archetypen kennen een overstijgend karakter betreffende gender en stereotypering. Archetypen zijn onze menselijke vooroordelen op cultureel c.q. traditionele typeringen ver vooruit.

Het archetype van 'de wilde mens' staat voor de gedrevenheid om vanuit het Innerlijke Weten te leven, intuïtief in de oorspronkelijk betekenis.

Het lijkt dat dit archetype vooral wordt beschreven als kenmerkend voor een vrouw, de ontembare vrouw. Lees je vervolgens de ontelbare verhalen in wie dit archetype verborgen is, dan ontdek je dat in dit archetype juist de erkenning voor de dualiteit van een mens wordt gedeut. De mannelijkheid en vrouwelijkheid, de animus en anima, ontmoeten elkaar. Deze ontmoeting leidt tot integratie, het ervaren van heelheid, inzet van ons volledig potentieel. Het archetype van 'de wilde mens' rekt hiermee af met stereotyperingen als het gaat om traditioneel rolgedrag. Kracht en zachtheid, liefde en toorn, licht en duister, naar binnen gerichtheid en het vermogen om op te staan, in opstand te komen, kennen elkaar. Deze mens is zich ervan bewust onvolledig te zijn, niets te zijn zonder de openlijke en vitaliserende aanwezigheid van beide kwaliteiten.



Het archetype van 'de wilde mens' wordt onder meer verteld door schrijvers als A. Grun, L. Jarosch en Clarissa Pinkola Estés. Verhalen kunnen ons in contact brengen met het onbewuste, het nog niet ontwaakte en ons aanzetten tot ontplooiing. Verhalen zijn immers ouder dan kunst en de wetenschap van psychologie!

De wilde of ontembare mens helpt ons in contact te komen met onze natuurlijke eigenzinnigheid, ons vermogen werkelijk af te gaan van geijkte paden, niet langer gebonden maar innerlijk vrij. Wij worden van schepsel tot scheppend wezen. Een glimp van 'de wilde mens' ontdekken in de ander kan jou zelf aanzetten om iets wat diep verborgen lag tot leven te wekken en niet langer te negeren.

Bij het niet serieus nemen van deze diepste natuur in ons, lopen we rechstreeks gevaar te verbleken, hetgeen op vele manieren destructief en middels uitputting tot uiting kan komen (lichamelijk, psychisch).

De wilde vrouw en de wolf worden wel met elkaar in verband gebracht. Verteld wordt dat zij bepaalde eigenschappen delen; een scherp waarnemingsvermogen, een speelse geest en een groot vermogen zich geheel aan iets te wijden. Van nature relatiegericht, onderzoekend, met een bijzonder uithoudingsvermogen, een kracht. Zeer zorgend voor hun jongen, intuïtief in dezen, doelgericht, standvastig en dapper, in staat zich aan te passen aan veranderende omstandigheden. Toch werden, worden zij makkelijk ten onrechte beschuldigd van verslindend, vals, agressief.

Binnen het aanbod Beeldende Therapie Vilt zal iedere sessie, bestaande uit twee dagdelen, een van de verhalen over 'de wilde of ontembare mens' worden verteld en als kader dienen. Gaandeweg ontdek je in welk verhaal je jezelf herkent en je als leidraad kunt nemen voor het voortgaande ontwikkelen

van het leven en creëren vanuit je volledige potentieel, hier en nu. Het wordt hierbij aangeraden de therapie in een serie te volgen van 4 tot 6 opeenvolgende sessies.

Iets maken, iets creëren blijkt een krachtige vaardigheid om nauwer in contact te komen met 'de seizoenen van de ziel'. Je geeft vorm en het beeld (her-)geeft op zijn/haar beurt jou vorm en inzicht.

Opzet

Deze therapie wordt aan meerdere personen tegelijkertijd aangeboden. Het betreft hier individuele therapie in groepsverband aangeboden, vanwege de mogelijkheid om dan een sessie van meerdere uren te kunnen aanbieden. Het betreft dus geen groeps-therapie. Wel zal men kunnen profiteren van elkaar, alleen al vanwege het delen van elkaars inbreng en inspiratie.

Iedere dubbel-sessie bestaat uit twee achtereenvolgende middagen - de vrijdag- en zaterdagmiddag - en kent een thema. Een thema dat tot verbeelding kan spreken. We starten met een oefening om de aandacht te richten en beluisteren een verhaal, verteld door Annalies. Vervolgens start je een nieuwe creatie of vervolg je een creatie. Een dag waarop je binnen een helder kader en duidelijke aanwijzingen kunt laten komen wat komt, laten gaan wat gaat.

Al doende ervaren 'esse creativum: creërend wezen te zijn'. Annalies schept de voorwaarden, bij jou ontstaat de rest, natuur-lijk, alsof je nooit anders hebt gekund.

Annalies heeft affiniteit met het zogeheten 'slow-felting': aandachtig en dun leggen, gericht op het creëren van intens, doorleefd en gelaagd werk met als resultaat soepel elastisch vilt, geschikt om te vervormen. Vilten wordt beeldhouwen.

Je hebt al veel ervaring met het vilten of bent geheel blanco wat betreft vilt-ervaring. Je werkt volgens een eigen ritme. Je kunt alles tijdens de sessies zelf te doen of er tevens thuis mee aan de slag te gaan. Desgewenst krijg je via de mail vervolg-opdrachten voor thuis.

Ter verinnerlijking van de opgedane ervaringen, gericht op bewustwording, schrijf je van iedere dag een verslagje. Annalies speelt hier de komende dubbel-sessie op in. Zij zet hiertoe zowel haar kwaliteiten als therapeut, mindfulness-compassie-trainer in als haar ontwikkelde kwaliteiten op het gebied van wolbewerking tot vilt. Zo kun jij en de groep optimaal profiteren van de input en het effect van deze inspirerende serie. Indien je nieuw bent binnen de praktijk, vindt er voorafgaand een indicatie- en kennismakingsgesprek plaats. Er wordt van iedere deelnemer een dossier opgebouwd, waarin het therapeutisch proces wordt bescheven.

De therapie kan op zichzelf worden gevolgd of een prachtige aanvulling zijn op een lopend (individueel) therapie-proces.

Plaats : Zwolle, praktijk Mhooj

Data : Maandelijks een (derde) vrijdag- en zaterdagmiddag.

Tijdsduur : 13.00 - 17.00 uur.

Kosten : Opvraagbaar via mail.

Vergoeding : De therapie valt onder de vergoeding vanuit het aanvullende pakket (Alternatieve Therapie). De opzet van een dubbel-sessie - aangeboden op twee dagen -, optimaliseert de vergoedingsmogelijkheid; de sessies kunnen op die manier geheel worden vergoed.

Indicatie : Indien nieuw binnen Mhooj vindt er een indicatie-sessie plaats.

Materiaal : Er kan materiaal worden aangeschaft bij Mhooj en gebruik worden gemaakt van zelf meegebracht materiaal.

Overig : Website www.mhooj.nl

annalies@mhooj.nl

0647462543