



Alexianer

VIANOBIS PURAVIDA

Praxis für Ergotherapie

Kreative Werkgruppe

Zugehörigkeit erleben im Alltag

Die kreative Werkgruppe unterstützt Sie, Kontakte zu knüpfen, Teil einer Gemeinschaft zu sein und über kreative Tätigkeiten ins Tun zu kommen und Handlungsfähigkeit zu erleben.

Zielgruppe:

Personen mit Depressionen und/oder einer schwachen Selbstwirksamkeitsüberzeugung sowie Rückzugstendenzen, wenig eigenaktive Tagesstruktur, die gern kreativ tätig sind.

Gemeinsam wirksam werden

Der Fokus der Gruppe liegt auf dem Erleben von Zugehörigkeit.

Sie haben die Möglichkeit, Vertrauen in die eigenen Fähigkeiten zu gewinnen und lernen Verantwortung für sich, aber auch für die Gruppe zu übernehmen. Dadurch entwickeln Sie ein stärkeres und positiveres Selbstbild, denn jede*r trägt zum aktiven Prozess der Gruppe im Rahmen der individuellen Möglichkeiten bei.

Durch das Entwickeln und Umsetzen eigener Ideen entsteht ein Gefühl von Selbstwirksamkeit und Handlungsfähigkeit.

Sich untereinander auszutauschen sowie das Geben und Annehmen von wertschätzendem Feedback stärkt das Zugehörigkeitsgefühl.

Die Gruppe findet in einem sicheren Rahmen mit Vertraulichkeit und respektvollem Umgang statt.



Ablauf der Gruppe:

- Ankommen & Check-in:
kurze Runde: Wie bin ich heute da?
- Aktivierungsphase:
Ideen entwickeln / besprechen, um ins Handeln zu kommen
- Umsetzung / Austausch:
Einbringen / Umsetzen von Ideen; die Gruppe kann dabei unterstützen
Fokus: vom Denken ins Tun kommen
- Abschluss / Reflexion:
Schilderung von eigener Wahrnehmung und Wirkung des kreativen Prozesses
- Abschlussfrage: Was nehme ich mit in den Alltag / die restliche Woche?

Sie sind interessiert?

Nehmen Sie Kontakt mit uns auf!

ALEXIANER VIANOBIS PURAVIDA

Lena Baron, B. Sc. Ergotherapeutin, Teamleitung
Besucheradresse: Horngasse 5, 52064 Aachen

Telefon: (0241) 413 44867

Mobil: (0160) 2908084

Telefax: (0241) 413 44868

E-Mail: PuraVida-Aachen@vianobis.de

IK-Nr.: 480509947

www.vianobis-puravida.de