

Lär känna och upptäck  
mer av dig själv  
genom  
**Uttryckande Konstterapi**  
i grupp



Vi vänder oss till dig som vill gå vidare och utveckla nya sidor hos dig själv. Till dig som är i färd med att bryta med något i ditt liv. Till dig som befinner dig i någon form av kris eller konflikt som du vill och behöver arbeta med för att kunna leva ett fullt och rikt liv.

Under hösten startar vi en terapigrupp där vi arbetar med psykoterapi genom Expressive Arts / Uttryckande Konst som metod. I uttryckande konstterapi kombinerar vi samtal med andra uttrycksformer som bild, drama, poesi, musik och rörelse. Fokus ligger på själva processen, inte på teknik eller prestation.

Genom att arbeta i grupp får du ökad förståelse för vad som händer med dig i relation till andra och ger dig stöd att se dina möjligheter.

Ingen tidigare erfarenhet av konstnärligt arbete behövs.  
Läs mer om uttryckande konstterapi på [www.expressivearts.se](http://www.expressivearts.se)

Vi som leder gruppen heter Peter Lundahl och Susanne Spjuth. Vi är terapeuter under utbildning och studerar sista året av fyra på utbildningen till Diplomerade Uttryckande Konstterapeuter.

Arbetet sker under kvalificerad handledning av leg. psykoterapeut med handledarutbildning från Institutet för Uttryckande Konstterapi ([www.expressivearts.se](http://www.expressivearts.se)).

Gruppen träffas varje vecka måndag eftermiddag/kväll, 3 timmar . Kostnad 300:-/gång.

Är du intresserad och vill veta mer, ring till  
Peter Lundahl  
0704-046366

Susanne Spjuth  
0708-662523

