



HälsöRum

Ateljé för Uttryckande Konst & Terapi
N.a Kyrkogatan 3, Karlstad

Lisa Krogdal

Uttryckande Konstterapeut
lisa.krogdal@artretreat.se
www.artretreat.se
070-583 58 67

Lenah Jäder Sundberg

Uttryckande Konstterapeut
lenah@lenahjader.se
www.lenahjader.se
070-302 92 70



Uttryckande Konstterapi

för enskilda

HälsöRum

Ateljé för Uttryckande Konst & Terapi
N.a Kyrkogatan 3, Karlstad

Uttryckande Konstterapi

HälsoRum erbjuder psykoterapi och självutveckling enskilt och i grupp. Arbetet vilar på psykodynamisk, existentiell och relationell grund.

Tillämpning av olika konstnärliga språk ingår som ett fundament i processen. Vi utgår från att det inom varje människa finns en kreativ kraft, därför är inte konstnärliga förkunskaper nödvändiga.

Målsättning

- Människan skall ges möjlighet att utifrån sin naturliga förmåga till växt och utveckling öka förståelsen för sin egen, subjektiva, historia
- Övervinna hinder i form av irrationell rädsla
- Låka sina själsliga sår
- Foga ihop sina olika delar till en sammanhängande, existentiell helhet
- Öka sin förmåga att tänka, känna och handla självständigt
- Öka sin förmåga att njuta, leka och skapa

Uttryckande konstterapi har nycklar till:

- Den egna livsberättelsen
- Kontakt med kreativitet
- En väg till vidgat livsutrymme
- En inre resa med konsten som medresenär
- Konsten som bärare av fördjupad förståelse för det som format dig till den du är

Var finns Uttryckande Konstterapi

Uttryckande Konstterapeuter arbetar inom sjuk- och friskvård, i pedagogiska sammanhang, inom företag och organisationer.

Är Du intresserad av att gå i egen konstnärligt inriktad psykoterapi?

Välkommen att ta kontakt!

Kostnadsfri första konsultation.

HälsoRum

Ateljé för Uttryckande Konst & Terapi
N.a Kyrkogatan 3, Karlstad