

Im Spiel die Psyche stärken

Theatertherapie beim SKM

Lippstadt. Eine theatertherapeutische Gruppe für Menschen mit Burnout, Depressionen oder Angsterkrankungen bietet der Sozialdienst Katholischer Männer in Zusammenarbeit mit der Theatertherapeutin Dobrinka Dadder an. Die Gruppe startet am Freitag, 16. September, in der Zeit von 10 bis 12 Uhr mit einem kostenlosen Schnuppervormittag und läuft dann über zehn Wochen in den Räumen des SKM an der Cappelstraße 50-52.

Die Drama- und Theatertherapie ist eine künstlerische Therapieform, in der auf spielerische Weise der Kontakt zum eigenen Körper, die Verbindung zur eigenen Psyche gestärkt und die gesunden Ressourcen aktiviert werden. Die Gruppenarbeit sei ein Weg, sich behutsam den eigenen Gefühlen zu nä-

hern und sie zuzulassen, heißt es in der Ankündigung. So lernen die Teilnehmer die verschiedenen Aspekte der eigenen Persönlichkeit besser kennen. Die Teilnehmer schlüpfen in neue Rollen und erweitern auf diese Art das eigene Verhaltensrepertoire. Der geschützte Rahmen einer kleinen Gruppe schaffe Vertrautheit untereinander, so die Ankündigung.

In den zehn Wochen entwickelt und spielt die Gruppe Szenen aus dem Alltag. Dabei werde sowohl mit erlebten, als auch mit fiktiven Geschichten und Märchen gearbeitet, so dass viel Freiraum für die eigene Entwicklung bleibe.

Informationen zum inhaltlichen Ablauf, Teilnahmegebühren und Voranmeldung erhalten Interessenten unter der Tel. 02921/3879510.