

Spraak- & Dramatherapie

In woord en gebaar

In spraak- en dramatherapie wordt gewerkt met spraak- en spel- en improvisatie-oefeningen om:

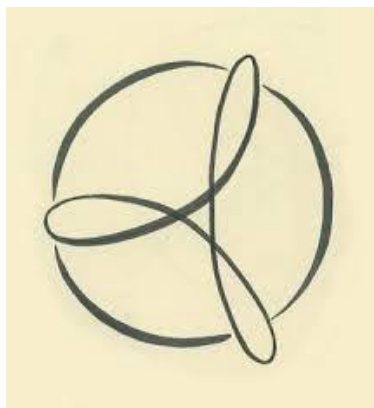
- beter tot expressie te komen
 - in ontspanning te komen
 - duidelijker te leren spreken
 - het zelfbewustzijn te verbeteren
- en verbale interactie te stimuleren.

Spraak- en dramatherapie geeft ruimte om de individualiteit van de mens te versterken en de balans tussen het denken, voelen en willen te verbeteren. Hierdoor wordt de ik-kracht aangewakkerd en sterker gemaakt. Het lichaam en de stem vormen hierbij de instrumenten.

In spraaktherapie wordt een vaak gevonden disbalans tussen stem, adem en articulatie weer in evenwicht gebracht. Door het oefenen van een gezonde ademhaling en een evenwichtige manier van spreken, word je er toe aangezet om de balans te herstellen en zich deze eigen te maken.

Er wordt gebruik gemaakt van verhalen, ademhalingstechnieken, gedichten en toneelteksten.

Dramatherapie heeft te maken met expressie en het uitdrukken van jezelf. Klank, ritme, beweging en expressie zijn elementen die hierbij worden ingezet. Tijdens de sessie kan er een wisselwerking ontstaan tussen ervaringen, die worden opgedaan in het spel en ervaringen die zijn opgedaan in het eigen leven. Via deze oefeningen kan er worden gereflecteerd en ontstaat er meer bewustwording over het eigen denken, voelen en handelen.



(Symbool voor innerlijke kracht)

Doelgroep

De therapie is gericht op diverse hulpvragen die bij alle leeftijden voor kunnen komen, zoals:

- astma/hyperventilatie
- (sociale) angstklachten
- onzekerheid/negatief zelfbeeld
- hechtingsproblematiek

Verdere uitleg is te vinden op

www.meerdialoog.nl

Verwijzing

Voor spraak- en dramatherapie kunt u worden doorverwezen door de huisarts, door een andere therapeut of er kan een afspraak worden gemaakt op eigen initiatief.

Duur therapie

Spraak- en dramatherapie wordt wekelijks op de maandag en dinsdag gegeven, in individuele sessies van 50 minuten. In totaal zullen er 8 tot 12 sessies worden gegeven, dit is inclusief het kennismakings- en evaluatiegesprek.

Tarief

Het tarief per sessie bedraagt €60,-.
Het intakegesprek kost €75,-.

Spraak- en dramatherapeute

Camille Zwaan van der Meer

Spraak- en dramatherapeute bij het
Antroposofisch Therapeuticum Leiden (ATL)

Rijn en Schiekade 16, 2311 AK Leiden

www.meerdialoog.nl

info@meerdialoog.nl

www.atl-leiden.nl

spraak & drama



Spraak- & Drama therapie



Vanuit balans tot expressie komen