

Spraak- & Dramatherapie

Wat is het?

Bij deze vorm van therapie is het doel om op een creatieve manier uiting te geven aan persoonlijke thema's die spelen en emoties die daarbij horen.

De stem, het lichaam en de fantasie zijn het middel. Je verbindt je hierdoor op een speelse manier weer met jezelf en de omgeving. De therapie geeft ruimte om inzichten op te doen en te oefenen met nieuw gedrag.

Er wordt geoefend met bijv. (toneel)spel, verhalen, emoties, houdingen, gebaren, poëzie, ademhaling, klanken en ritmes.

De verschillende oefeningen lopen soms in elkaar over en kunnen ondersteund worden door therapeutische objecten, zoals (hand)poppen, of simpele begeleidende beeldende- of muzikale oefeningen.

Daarbij is het gesprek een onderdeel van de ontmoetingen. De gesprekken gaan over wat de creatieve oefeningen bij je oproepen en over de onderwerpen die op dat moment relevant zijn in jouw leven.

Voor wie?

Voor iedereen die affiniteit heeft met creatief werken, die in zijn leven ergens op vast is gelopen en daar hulp bij kan gebruiken.

Hulpvraag

We werken vanuit jouw persoonlijke hulpvraag. Dit zijn vragen die bijvoorbeeld te maken hebben met:

- Vitaliteit
- Omgaan met emoties
- Dwangmatig denken en/of handelen
- Versterken van het zelfbeeld
- Het gebruik van de stem / spraak
- Omgaan met stress en spanning
- Grenzen stellen
- Angst en moed
- Rouw om verliezen
- Zin- en betekenisgeving bij belangrijke levensthema's
- Plezier in het leven terugvinden

Visie

De therapie gaat uit van een holistische visie, waarbij gekeken wordt naar de mens als geheel met al zijn unieke eigenschappen en kwaliteiten. Daardoor kan het aanbod van de creatieve oefeningen goed op jouw situatie afgestemd worden.

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.

Tarieven

- Kennismakingsgesprek (telefonisch) gratis
- Intake – 50 minuten €65,-
- Gangbare sessie – 50 minuten €65,-
- Korte sessie – 30 minuten €40,-
- Lange sessie – 80 minuten €90,-

Afhankelijk van je aanvullende zorgpakket wordt een therapiesessie geheel of deels vergoed.

Wanneer

Spraak- en dramatherapie wordt wekelijks op maandag gegeven. De duur van het traject wordt in overleg en naar behoefte bepaald. Dit kan bijvoorbeeld 7 tot 12 sessies zijn, maar desgewenst ook meer.

De therapeut

Charlotte van Duijvenboden

Spraak- en dramatherapeut bij het Antroposofisch Therapeuticum Leiden (ATL)
Rijn en Schiekade 13A, 2311 AK Leiden
info@hetisgaande.nl
www.hetisgaande.nl
www.atl-leiden.nl

spraak & drama



Spraak- & Dramatherapie



Persoonlijke ontwikkeling door creativiteit