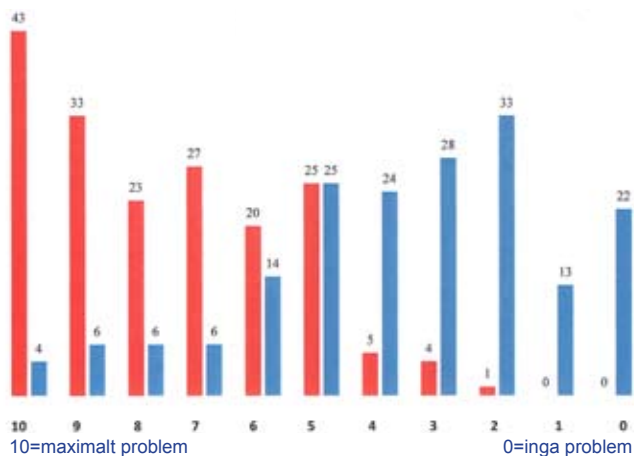


Behandlingsresultat 2007–2011

Staplarna visar självskattning av totalt 181 upplevda problem på skalan 0–10. Röda staplar visar skattning före start av konstterapi. Blå staplar visar samma problem skattade 6 månader efter avslutad behandling. Staplarnas höjd anger antal skattade problem. Resultaten avser 37 klienter.



Några exempel på problem som skattats i figuren ovan: beroende, sömnproblem, oro, rädsla, ångest, stress, sorg, lågt självförtroende, låg självkänsla, smärta, värk, utmattningssyndrom, ätstörningar, depression, migrän, skam, stroke, social fobi, koncentrationsproblem, magkatarr och ADHD.

Är du mellan 19-29 år och har aktivitetsersättning från Försäkringskassan? Då får du hälsomålning/konstterapi ersatt. Detta gäller i hela länet. Du får även ersättning för resor om du bor utanför Gävle.

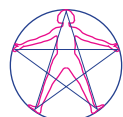
Kontakta mig för mer info.

*Konsten
är bron till dig själv*



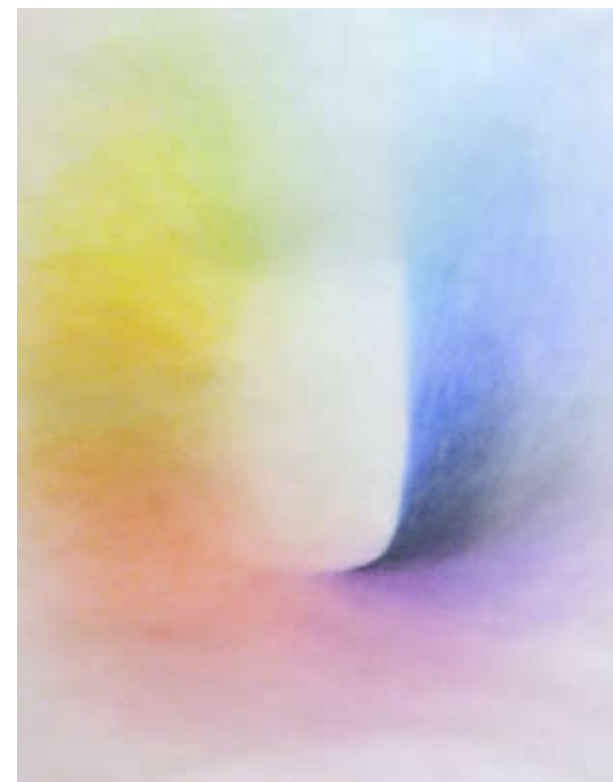
Ami Widahl
Dipl. konstterapeut

Välkommen!
070-221 85 39
Mail: ami@amiwidahl.se
Hemsida: www.amiwidahl.se



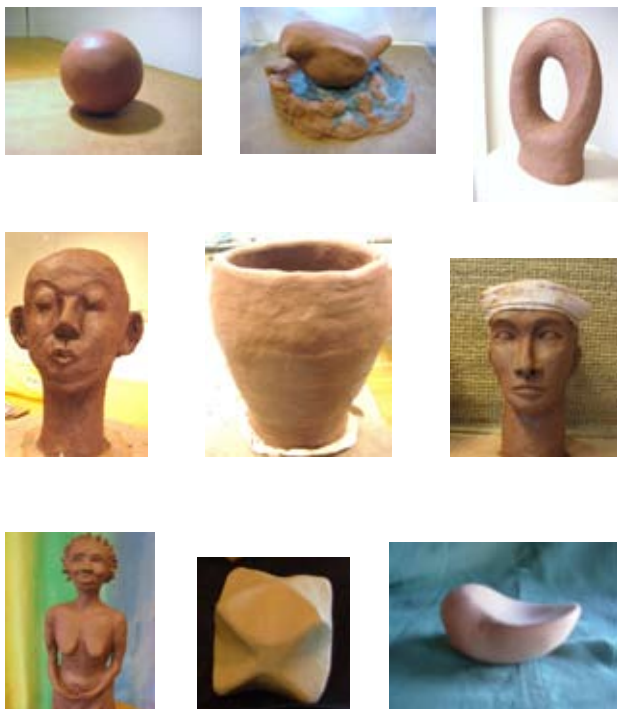
5-STJÄRNAN
kreativ utveckling

Drottninggatan 28, 803 11 Gävle.
Innehar F-skattsedel.



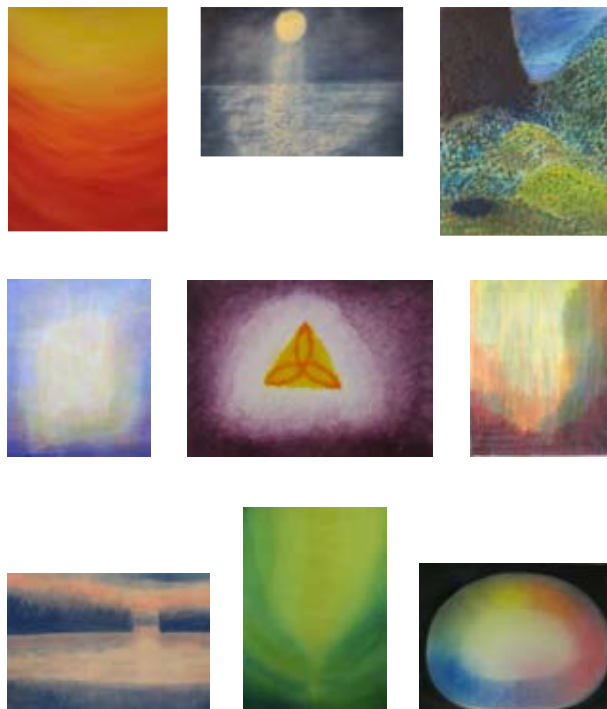
*Hälsomålning
Konstterapi*

*Aktiverar dina egna
självläkande krafter*

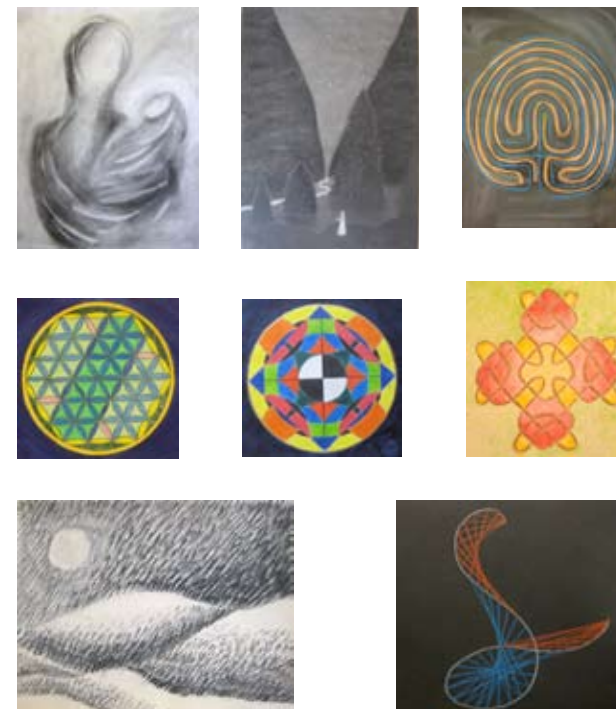


Alster skapade av klienter i verksamheten.

- Varje människa har självläkande krafter som aktiveras med hjälp av färger och former i det konstnärliga skapandet. Det som sker i bilden sker i ditt inre.
- Människan ses som en helhet med *jaget, själen, livskrafterna & den fysiska kroppen*. Begreppen *tanke, känsla & vilja* används.
- Genom övningarna levandegör och stärker du dina livskrafter. Dessa bildar grunden för psykisk och fysisk hälsa.



- Du arbetar med målning, teckning eller modellering. Även konstbetraktande kan ingå. Min uppgift, som terapeut är att anpassa den konst, teknik, färgval och övning som är bäst för dig i din speciella situation.
- Konstterapi sker individuellt. Vi sitter några få i samma rum men var och en arbetar enskilt i tystnad. Inledande och uppföljande enskilda samtal ingår.
- Hälsomålning är förebyggande övningar i grupp.



- Du förstärker ditt förhållande till dig själv, till naturen och till andra människor.
- Vi gräver inte i det gamla. Från här och nu ser vi framåt.
- Ingen symboltolkning förekommer.
- Alla människor är individuella, därför kan inga "recept" på övningar ges.
- Framtiden har utvecklingsmöjligheterna i sig!
- Evidensbaserad forskning finns.