

Hvem er jeg?

Jeg hedder Karin, er 55 år og bor sammen med min kæreste. Jeg er mor til 3 voksne børn og mormor til dejlige børnebørn.



Siden 1999 har jeg arbejdet på Egholt, et bo- og døgnbehandlingstilbud for psykisk syge voksne, børn og unge.

Jeg er Diplom Kunstterapeut, er uddannet på Institut for Kunstterapi i Gadbjerg og har en almen voksenpædagogisk grunduddannelse (AVG). Min kunstterapeutiske uddannelse er certificeret og jeg er medlem af Dansk Psykoterapeutforening MPF og af Forening for Integrativ Kunstterapi FIKT.

Siden 2014 har jeg arbejdet med klienter i individuel terapi, med grupper i gruppeterapi samt i workshops. Jeg har min egen terapeutiske praksis.



Kunstterapeutisk værksted

til dig med psykisk sårbarhed



Everdinck Art & Therapy

v/Karin van Everdinck
Næstvedvej 51, 4180 Sorø

tlf. 24 48 04 47 e-mail: everdinck@gmail.com

www.everdinck.dk / www.everdinckart.dk

Hvad er kunstterapi?

Kunstterapi er en terapiform, hvor vi arbejder med den kreative proces. Du behøver overhovedet ikke at være kreativ for at være med. Du behøver kun din lyst til at arbejde med dine hænder. Resten kommer helt af sig selv.

Det kan være svært at komme ud og møde ligesindede, når man har psykiske udfordringer eller en sindslidelse.

De fleste oplever det som en lille oase at få lov til at arbejde med farver og former og den kreative proces skaber balance i nervesystemet og øger dermed din livskvalitet.

Kunstterapi kan hjælpe med at blive bevidst om egne arbejds punkter og kan sætte en udviklingsproces i gang. Alting foregår dog i dit tempo. Og ikke mindst: kunstterapi er sjov!



Om værkstedet

Et kunstterapeutisk værksted er et sted, hvor du kan arbejde kreativt sammen med andre i en lille gruppe, der har den samme slags udfordringer som dig.

Vi mødes jævnligt i nogle timer, hvor vi arbejder efter en fast struktur:

- goddag og velkommen og hvad vi skal lave i dag
- kort runde, hvordan har du det i dag
- mindfulness øvelse, hvor der spilles et stille stykke musik—vi fokuserer på at være tilstede her og nu og på vejrtrækningen
- jeg sætter en kreativ proces i gang
- vi taler om, hvordan processen var for dig og om dit kreative udtryk
- afslutning

Hvad laver vi?

Vi arbejder med farver og former. Det vil sige, vi maler, laver kollage, arbejder med ler eller papirmateriale og skriver nogle gange korte historier eller digte, hvis der er interesse i det.



Hvis du har svært ved at komme i gang, tager vi en lille snak sammen. Jeg spørger ind til nogle ting og oftest kommer impulsen til at skabe noget så ganske automatisk. Intet er rigtigt eller forkert.

Kunstterapi er mange ting, og på værkstedet er der muligheder for at opdage og udfolde din kreativitet og for at opdage dine ressourcer.