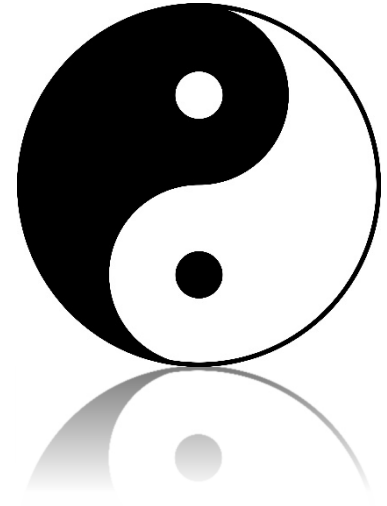


## Teilnehmer für eine Studie gesucht!

# Formenzeichnen und Qigong für Menschen mit depressiven Symptomen

Für meine Bachelorarbeit zum Thema „Formenzeichnen und Qigong“ suche ich Menschen mit depressiven Symptomen, die an einer Studie teilnehmen. Ich studiere im 8. Semester Kunsttherapie und Sozialkunst an der Alanus Hochschule für Kunst und Gesellschaft. Als ausgebildete Qigong Kursleiterin unterrichte ich seit mehreren Jahren die Form des Huichungong und gebe in meinem Atelier in den Güterhallen Solingen regelmäßig Malworkshops. Durch das Studium der Kunsttherapie konnte ich viele Parallelen zwischen Qigong und Kunsttherapie erkennen. Diese möchte ich gern in einer Studie untersuchen und suche dafür Personen, die an einer von drei Gruppen teilnehmen. Die drei Gruppen sind unterteilt in:



1. Gruppe: Qigong. Samstag 10.00 Uhr - 11.00 Uhr.
2. Gruppe: Formenzeichnen: Samstag 11.30 -12.30 Uhr
3. Gruppe: Formenzeichnen + Qigong (Kombination): Samstag 14.00 -15.00 Uhr

**Ort:** Atelier Silke Widenka, Güterhallen Solingen, Alexander-Coppelstr. 26, Solingen

**Zeit:** Samstag, je nach Gruppe von 10.00 bis 15.00 Uhr (Start: 17.07.21, Ende: 21.08.21)

Mit Ihrer Teilnahme erklären Sie sich bereit, an dieser Studie teilzunehmen. Dies bedeutet, dass Sie zu Beginn und am Ende der 6 künstlerischen Einheiten gebeten werden, anonym einen Fragebogen auszufüllen. Das Ausfüllen geschieht vor Ort und ist in der Regel unkompliziert. Über die Studie, über Datenverarbeitung und -schutz werden Sie in der ersten Stunde umfassend informiert und bekommen eine Datenschutzerklärung.

**Qigong** ist ein jahrtausendealte Bewegungsform aus China. Sie ist einfach zu erlernen und wird vielfach eingesetzt, teilweise auch in der Psychotherapie. Qigong bedeutet übersetzt „Arbeiten mit dem Qi“. Wenn das Qi (Lebensenergie) stockt und nicht richtig durch den Körper fließen kann, entstehen physischen und psychische Erkrankungen. Durch die Übungen und Bewegungen im Qigong kommt das Qi wieder in Fluss.

**Formenzeichnen** ist eine Methode in der anthroposophischen Kunsttherapie. Die melodisch-rhythmischen Linien regen innere und äußere Beweglichkeit an, wirken befreiend und stimulieren. In der Kunsttherapie steht das Werk und die Entstehung im Vordergrund. Es geht nicht darum ein schönes Kunstwerk zu gestalten, sondern sich mit über das Werk nonverbal auszudrücken und Veränderungsprozesse einzuleiten

---

### Bitte beachten Sie:

In dieser Studie wird darauf geachtet stärkend, ressourcenorientiert und stabilisierend zu arbeiten. **Dieses Angebot, ist keine Therapie und ersetzt diese auch nicht! Sollten Sie akut erkrankt sein oder sich instabil fühlen, nehmen Sie bitte nicht an der Studie teil! Dieses Angebot ist für Sie kostenfrei.**

### Ihre Anmeldung:

Über eine Rückmeldung und zahlreiche Teilnahme würde ich mich freuen Gerne stehe ich für Rückfragen, auch telefonisch zur Verfügung. Bitte schicken Sie Ihre Anmeldung oder Fragen an folgende E-Mail-Adresse.  
swidenka@gmail.com  
Tel: 0176/23729644