

Was ist Kunsttherapie?

Mit künstlerischem Material versuchst Du neue Wege zu finden.
Dazu verwenden kannst Du z.B.: Pinsel, Farben, Ton, Stifte, Stoffe, u.s.w.
Du darfst spielerisch alles Ausprobieren.
Die eigene Kreativität wird dadurch aufgeweckter.
Deine Wünsche und Träume und Gefühle kannst Du dadurch besser ausdrücken.
Du kannst mit Deinen Bildern Deine Geschichten erzählen.
Dich besser kennen lernen.
In der Kunsttherapie lernst Du Deine Stärken und Vorteile kennen.
Schwierige Gefühle dürfen hier sein und gezeigt werden.
Der Therapeut kann Dir helfen neue Lösungen mit Dir zu suchen.
Neue Ideen werden wach.



Wann ist Kunsttherapie für Dich gut?

....Wenn ein schlechtes Erlebnis Dich bedrückt.
....Wenn es Zuhause, oder in der Schule, oder mit Freunden Probleme gibt.
....Wenn Du Dich alleine fühlst.
....Bei seelischen oder körperlichen Anspannungen.
....Bei Orientierungslosigkeit
....Bei Lustlosigkeit oder Angst
....oder weil Du einfach Freude am Gestalten und Ausprobieren hast.



Deine Bilder werden von der TherapeutIn sicher für Dich aufgehoben.
Die Geschichten bleiben unter uns.

Nach Ende unserer kunsttherapeutischen Zusammenarbeit, kannst Du Deine Bilder, Skulpturen u.s.f. mitnehmen.

Finde Deinen eigenen, besonderen WEG