

Was ermöglicht und fördert die Kunsttherapie?

Der im jeweiligen künstlerischen Medium vermittelte Ausdruck löst bei der BetrachterIn einen Eindruck aus. Dieser kann als Spiegel für bewusste oder unbewusste seelische Prozesse und Zustände angesehen werden. Das bedeutet, eine künstlerisch/kreative Gestaltung drückt einen seelischen Zustand aus und wirkt gleichzeitig auf die gestaltende Person zurück. Durch ihr Werk kann sie so in einen Dialog treten mit sich selbst, mit der KunsttherapeutIn oder mit weiteren TeilnehmerInnen der Gruppe.

Die künstlerische Tätigkeit ermöglicht den Ausdruck von inneren Bildern, emotionalen Hindernissen und kraftvollen Ressourcen. Kunsttherapie fördert somit die Autonomie und das Identitätsgefühl. Soziale Kompetenzen können erlernt werden, emotionale Kompetenzen gefördert, sowie kognitive Kompetenzen trainiert werden. Ebenso werden die Sinneswahrnehmung, die Kreativität und die Fantasie gefördert. Selbstheilungskräfte werden aktiviert. Ressourcen werden gestärkt und Wachstumsprozesse unterstützt.