

Kreativtherapie

Autor/in: Oliver Schubbe, Familientherapeut



Die Kreativtherapie umfasst Musikerziehung/ Musiktherapie, Bewegungserziehung/ Bewegungstherapie sowie Kunsterziehung/ Kunsttherapie.

In der Kreativtherapie werden gezielt künstlerische wie auch psychologische Inhalte gelehrt. Die Kreativtherapie nutzt die schöpferischen Fähigkeiten des Betroffenen zur Behandlung seiner Krankheit.

In unserer stressreichen und automatisierten Welt kann der Einsatz der Kreativtherapie einen wichtigen Anteil zur Gesunderhaltung und zum Wohlbefinden beitragen. Die kreativtherapeutische Arbeit ermöglicht vielen Menschen, Stress abzubauen und einen Ausgleich zum anstrengenden Alltag zu finden.

In der Arbeit mit kreativen Medien (Farben, Ton, Holz, Spiel, Musik, Tanz, Bewegung, Gestalten, Sprache etc.) können gerade bei Kindern und Jugendlichen neben verbalen auch nonverbale, unbewusste Botschaften, Erinnerungen und Erfahrungen erschlossen werden. Über das Hantieren mit den Materialien, die Bewegung oder die Musik werden eigene kreative, konstruktive, soziale, aber auch aggressive und gehemmte Haltungen und Fähigkeiten erlebbar. Durch die Entfaltung der eigenen Ausdrucksmöglichkeiten, durch das Bewusstwerden der eigenen kreativen Fähigkeiten, durch das Wachstum des Vertrauens in sich selbst und in andere, durch die Aufarbeitung schädigender Erfahrungen aus der Vergangenheit (z.B. Konflikte, Traumata, Störungen) und durch soziales Lernen werden Ich-Stärke, Identität und Lebensfreude entwickelt und gestärkt.

Die in diesem Verzeichnis vorgestellten Therapien und Methoden werden zum Teil seit Jahrhunderten praktiziert und sind auch in heutiger Zeit in Kursen und Seminaren unterrichtet worden. Sie können bei gesundheitlichen Problemen Rat und Hilfe eines Arztes nicht ersetzen. Der Betreiber dieses Verzeichnisses übernimmt keine Haftung für Schäden, die sich aus dem Gebrauch oder etwaigem Missbrauch der hier vorgestellten Therapien und Methoden ergeben.

Alle Inhalte dieser Website copyright ©Heilverzeichnis/Heal24.com und der jeweiligen Rechte-Inhaber. Weiterverbreitung der Inhalte ohne vorherige schriftliche Genehmigung ist nicht zulässig. Alle Rechte vorbehalten