

Kunsttherapie

Fachrichtung Gestaltungs- und Maltherapie

Beim Malen und Gestalten steht das Sich-Ausdrücken über das gemalte Bild oder über andere geschaffene Werke im Vordergrund. Ebenso wird die direkte Äusserung der Gefühle auf verbale oder nonverbale Art gefördert. Dabei wirkt auch die Kreativität als schöpferische Kraft mit. Sie ist in uns allen vorhanden und wird gerade im kreativen und sinnlichen Tun erlebt.



„Die Kunst ist eine Vermittlerin des Unausprechlichen“

J.W. GOETHE

Die Wirksamkeit zeigt sich auf vielfältige Weise; sie:

- aktiviert die Selbstheilungskräfte und bringt die Lebensenergie zum Fließen
- fördert Heilungsprozesse und stärkt die individuelle Gesundheit, Kreativität und Lebensfreude
- stimuliert die Sinne und sensibilisiert die Wahrnehmung
- schafft Zugang zur eigenen Gefühlswelt und den inneren Bildern
- führt zu mehr Selbstbewusstsein und Selbstvertrauen
- stärkt die Autonomie und das Bewusstsein der eigenen Entscheidungs- und Handlungsfähigkeit
- hilft unterstützend in Krisensituationen, bei der Bewältigung von Schicksalsschlägen und anderen persönlichen Herausforderungen

Hausbesuch - Mobiles Atelier

Ich komme zu Ihnen nach Hause. Im vertrauten Umfeld, individuellen, leistungsunabhängigen und wertungsfreien Rahmen können Sie die heilsame Kraft beim kreativen Wirken erfahren. Die Therapie gestaltet sich nach Ihren persönlichen Bedürfnissen und Möglichkeiten. Das Material bringe ich mit. Einzeltherapie CHF 140.- à 60 Min.

Termine nach Vereinbarung

Ein unverbindliches Erstgespräch dient dem gegenseitigen Kennenlernen und zur Besprechung eines möglichen weiteren Verlaufs. Sie erreichen mich unter 078 840 37 47. Bitte hinterlassen Sie eine Nachricht oder schicken Sie mir eine E-Mail auf real@powersurf.li.

Kostenübernahme durch die Krankenkasse ist im Rahmen einer Zusatzversicherung möglich. Bitte informieren Sie sich im Vorfeld bei Ihrer Krankenkasse.

Kristina Real, Kunsttherapeutin GPK