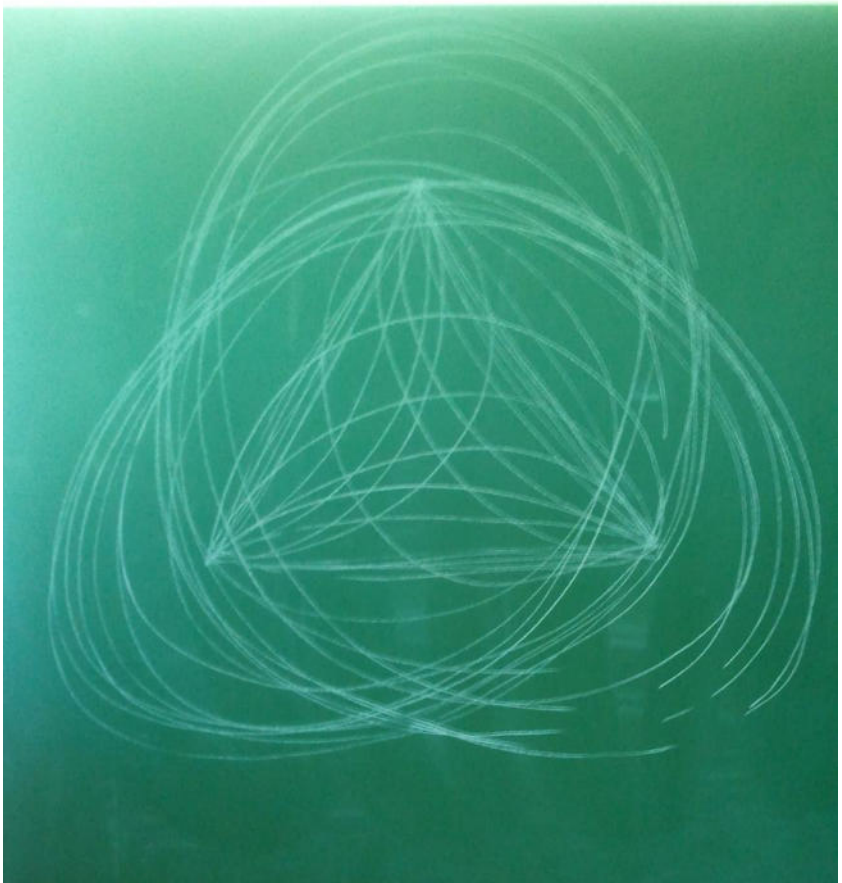
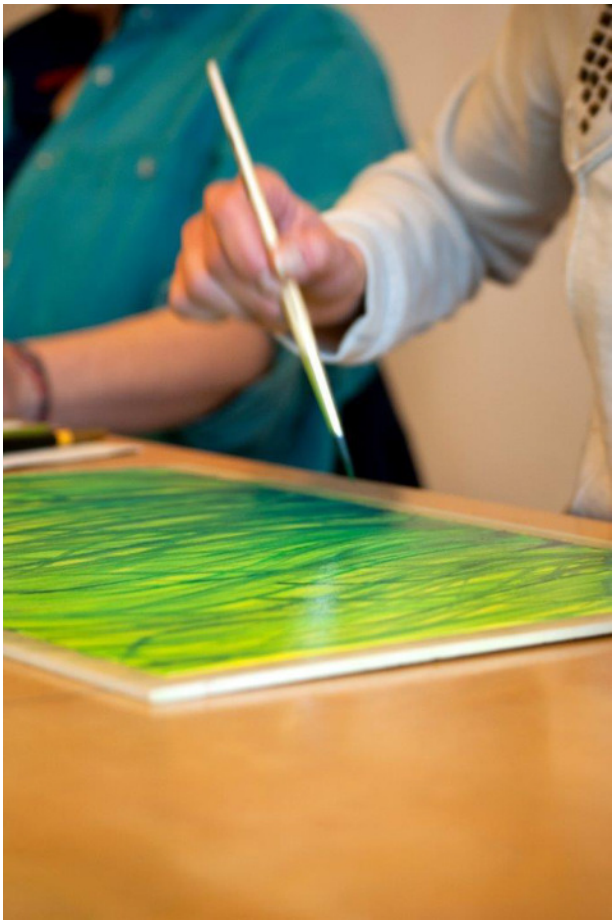
Information

Kunsttherapien

Therapeutisches Malen

Bilder und Farben haben eine unmittelbare Wirkung auf das seelische Erleben und damit auch auf die körperlichen Prozesse des Betrachters. Die Maltherapie verstärkt diese Wirkung, indem der Patient nicht nur Betrachter, sondern zugleich Gestalter des Bildes ist. In der Verwendung von Aquarellfarben, Kreiden oder Stiften begegnen sich Farben und Formen in immer neuer Weise. Der Malende ist darin innerlich anwesend und gelangt über diesen Prozess in eine tiefe Auseinandersetzung mit sich selbst. Unter therapeutischer Anleitung kann der Patient auf diese Weise seine eigenen schöpferischen Fähigkeiten kennen lernen, die seiner Krankheit entgegenwirken. Anwendung findet das therapeutische Malen u. a. bei Krankheitssituationen, in denen es gut tut, in ein Gefühlserlebnis zu kommen oder die Palette der Gefühle um weitere Nuancen zu bereichern. Das Malen in der „Nass-in-Nass Technik“ kann das Loslassen von festen Vorstellungen fördern.

Das **Formenzeichnen** kann die innere Beweglichkeit und die Konzentration fördern. Das abstrakte Zeichnen der Formen kann zur Entschleunigung beitragen und die klaren, ausgewogenen Formen können stabilisierend wirken.