

Tanztherapie und Bewegungskunst



Tanztherapie heißt nach Innen Spüren und sich vom Seelischen in Bewegung bringen lassen; dorthin wo Lösungen warten, entdeckt zu werden.

Naturtherapie

Ein angeleiteter Rundgang durch Park und Wald erweckt all Ihre Sinne und lockt die Neugier auf die Heilkräfte der Natur: Bäume, Wild- und Heilkräuter, Naturelemente und schaffende Naturkräfte.



Therapeutische Rhythmisik (Taiko)



Rhythmus in Musik und Gesang hat eine besondere Struktur, die aus einer Abfolge von Anschlägen besteht. Diese starken oder schwachen Schläge, Bewegungen oder

Klänge, werden viele Male wiederholt, um sie im Einklang mit dem Rhythmus des Menschen zu bringen.

Die vielfältigen künstlerischen Gestaltungs- und Bewegungstherapien sind ein wesentliches Element unseres multimodalen Behandlungskonzeptes. Als sinnes- und erfahrungsbasierte Therapieformen schaffen sie die Möglichkeit einer differenzierten und tiefen Selbsterfahrung und sprechen den Menschen in seiner Ganzheit und Gestaltungskraft an. Das weckt Kreativität. Gesundende und korrigierende Erfahrungen können entstehen, die Wege zu neuen Handlungsmöglichkeiten eröffnen. Entsprechend der Indikation werden die Künstlerischen Therapien individuell verordnet, da sie unterschiedliche Wirkebenen ansprechen.

Künstlerische Therapien

der psychosomatischen Fachabteilung Klinik Lahnhöhe



Klinik Lahnhöhe
Krankenhausgesellschaft mbH & Co KG



Am Kurpark 1
D-56112 Lahnstein

Telefon: 02621 / 915 - 0
E-Mail: info@klinik-lahnhoeh.de

Bothmer®-Therapie mit Spacial Dynamics®

Diese verfeinerte und achtsame Arbeit mit dem Körper und seinen Bewegungen im Raum ist besonders dadurch hilfreich, da sie unser Handeln, Fühlen und Denken anspricht. In bewusst ausgeführten Übungen und Behandlungen können unbewusste, schädigende Muster entdeckt und neue Möglichkeiten gefunden werden. Das psychosomatische Zusammenspiel von Körper und Seele werden dabei erlebbar und gesundend gestaltbar. So wird man wieder zum sinngebenden Mit-Gestalter seines Lebens.



Heileurythmie & Gruppeneurythmie



Bei der Heileurythmie werden die Elemente der Sprache und Musik in Gesten und Gebärden umgesetzt. Sie wirkt physiologisch, emotional und mental heilend.

Die Gruppeneurythmie fördert die soziale Wahrnehmung sowie die Eigengestaltung im Gruppenprozess.



Therapeutisches Malen

Die Gestaltung mit Farben und Formen wirkt auf das seelische Erleben, sowie auf Prozesse im Körper und ermöglicht Selbstwahrnehmung. In der Verwendung von Aquarellfarben, Kreiden und Stiften begegnen sich Farben und Formen in immer neuer Weise.

Dadurch entsteht das Erleben von „Mitschöpfertum“, man ist Betrachter und Gestalter zugleich und es entsteht der Raum in dem man die eigene Lebenssituation oder das Krankheitserleben selbst mitzustalten und positiv zu beeinflussen lernt.

Musiktherapie

Musik spricht die Gefühle in uns auf dem direkten Weg an. Sie ermöglicht uns ein in Resonanz kommen mit uns selbst, unserem Körper und mit anderen. Die Seele beginnt mitzuschwingen, kommt in Bewegung.

Alte Lebensmuster können durch Selbsterleben im Hier und Jetzt Veränderung erfahren.



Plastisch-therapeutisches Gestalten



Das plastische Gestalten ist ein aus der Bildhauerei entwickeltes Verfahren, durch das der Patient/die Patientin ein Bewusstsein für die eigenen gestalterischen und für die Welt aktiv ergreifenden Kräfte entwickelt. Wahrnehmen, Erleben, Erkennen sollen durch Handlungsimpulse Veränderungen herbeiführen.

Schauspiel-Therapie

„Wer bin ich“ – mit dieser Frage kann man sich besonders in biographischen Krisen zeiten konfrontiert fühlen. Plötzlich steht einiges in Frage, was bislang noch passend schien. Wenn die Maske zerbricht wird Selbstbegegnung wieder möglich.



Sprachgestaltung

In der Therapeutischen Sprachgestaltung machen wir uns auf den Weg zu unserem innersten Wesenskern, unserem Ich. Wenn wir in

herausfordernden Krisenzeiten sprachlos werden oder Gedanken und Gefühle haltlos durcheinanderwirbeln, hilft uns die bewusste Auseinandersetzung mit der Sprache wieder Ordnung und Orientierung zu finden.

