

# Was ist Kunsttherapie

[www.berufsverbandkunsttherapie.com](http://www.berufsverbandkunsttherapie.com)



## Über das Bild zum Wort finden!

„Als Körper ist jeder Mensch eins, als Seele nie!“ (Der Steppenwolf) Hermann Hesse

Kunsttherapie ist bei Kindern, Erwachsenen und selbst bei Menschen in hohem Alter bewährt einsetzbar. **Der spezielle kunsttherapeutische Ablauf, bestehend aus einer Kombination aus Gespräch und nonverbalem Ausdruck, trägt zur deutlichen Verbesserung des Selbstwertgefühls und Steigerung der Lebensaktivität bei!**

Kunsttherapie zählt zu den psychodynamischen Therapieformen, wobei in Ergänzung zum **therapeutischen Gespräch Möglichkeiten der Sinnesanregung und Visualisierung** geboten werden.

Mit Hilfe **kreativer Ausdrucksmethoden** gelingt es sehr gut, Belastungen und Überforderungen zu erkennen und Klarheit zu finden.

Belastende Gedanken und aufgestaute Gefühle wie Angst, Wut, Trauer, Scham, Schmerz und Freude werden sorgsam bearbeitet. So wird Entlastung spürbar und der Mensch lernt, sich in seiner Ganzheit wahrzunehmen und zu akzeptieren.

**Zusatzgewinn** der Kunsttherapie ist die Freude und die Lust am kreativen Schaffensprozess.

Kunsttherapie eignet sich für Menschen jeder Altersstufe sowie für Menschen mit besonderen Bedürfnissen. Es bedarf keinerlei künstlerischer Vorkenntnisse und ist **überall dort wirksam, wo durch das gesprochene Wort alleine keine deutliche Verbesserung des Lebensgefühls erreicht wird.**

[www.ikt.or.at](http://www.ikt.or.at)