

## Therapiemaxime

„Man kann einen Menschen nicht lehren, man kann ihm nur helfen, es in sich selbst zu entdecken.“ (Galileo Galilei)

Mein Konzept als intermediale Kunsttherapeutin

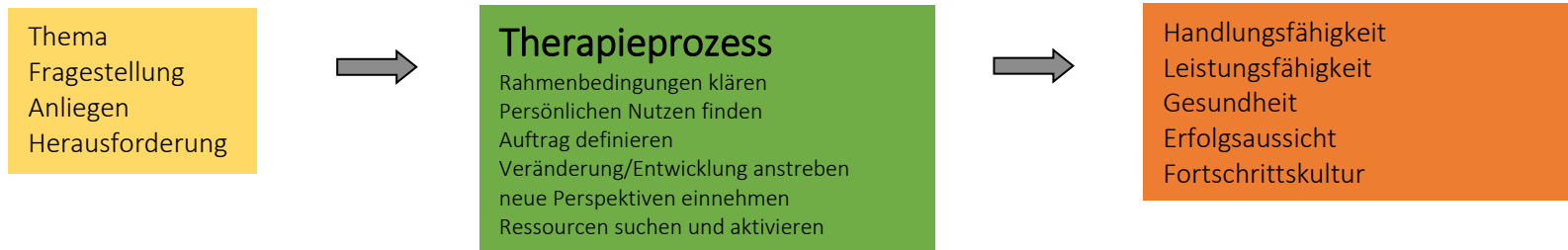
### Therapieverständnis

Ich begleite Menschen in ihrem Entwicklungsprozess. Dazu setze ich spezifische künstlerische Mittel ein, um Menschen in ihrer Gesundheit zu stärken, in Krankheits- und Krisensituationen zu begleiten und in Veränderungsprozessen zu unterstützen.

Als Therapeutin übernehme ich die Verantwortung für die Gestaltung des Therapieprozesses und schaffe damit einen Rahmen für die Klienten. Diese finden Zeit und Raum, Fragen zu beantworten, Inhalte zu formulieren, ihre Gedanken zu ordnen, Ziele zu konkretisieren, sich ihrer Ressourcen bewusst werden und die nächsten Schritte zu planen und umzusetzen. Ich begegne den Klienten wertschätzend und achtsam.

### Menschenbild, Werte, Haltungen

- „Der Mensch ist von sich aus gut und konstruktiv und hat die Fähigkeit sich zu entwickeln, denn jedem Mensch ist ein Wachstumspotenzial zu eigen.“ (Humanistisches Menschenbild nach Rogers)
- „Wir sehen nicht die Dinge, wie sie sind, sondern wir sehen sie, wie wir sind.“ (Talmud)
- Die Klienten sind die Experten ihrer Welt; sie finden ihre Lösungen selber.
- Schwierigkeiten/Probleme sind Lernfelder.
- Das Problem ist die Ressource.



### Kompetenzen, Fähigkeiten und Fertigkeiten die ich mitbringe

Meine vielfältigen Aus- und Weiterbildungen, meine pädagogischen und therapeutischen Fähigkeiten, die ich erlernt habe und seit Jahren ausübe, meine Erfahrungen als Mutter von drei erwachsenen Kindern, liessen mich viele Erkenntnisse gewinnen, die für meine Arbeit als Therapeutin von Bedeutung sind.

Ich bin neugierig und leidenschaftlich. Dank meiner ausgeprägten Menschenkenntnis kann ich mich auf die Persönlichkeit der Klienten einlassen, sie begleiten und ihnen Mut zum Handeln machen. Für mich ist Selbstreflexion wichtig. Meine Stärke ist, kreativ und unkonventionell nach neuen Wegen zu suchen.

### Modelle und Konzepte an denen ich mich orientiere

- Symbol- und Bildsprache: Metaphern, Märchen, aktive Imagination
- Bedürfnispyramide (Maslow)
- Lebenszyklen
- Systemische Therapie (Radatz)
- Lösungsfokussiertes Programm (Furman/Rosenberg)
- Gewaltfreie Kommunikation (Rosenberg)
- Der lösungsorientierte Ansatz (Röser/Wettenschwiler)
- Kommunikationsmodell (Schulz von Thun)
- Aktives Zuhören (Rogers)
- Eisbergmodell: Bewusstes und Unbewusstes

### Methoden die ich einsetze

- Nutzen der Synergien zwischen Kunst, Gesundheit und Sozialem
- Ästhetischer Dialog und kunstanaloges Denken
- Verschiedene Sprachen der Künste: Bild, Musik, Bewegung, szenische Spiele, Sprache und Poesie, dreidimensionales Gestalten, Performance
- Vielfältiges Wahrnehmen über die Sinne
- Kombination und Verknüpfung der einzelnen Medien, um Breite und Tiefe zu erreichen
- Verschiedene philosophische und psychologische Denkansätze