



***Mal- und Gestaltungstherapie
bei Clenia Littenheid***

Für inneres Erleben Ausdruck finden

Ein sanftes Blau, ein wildes Rot, ein leuchtendes Gelb, ein freches Grün, ein zartes Rosa, ein schüchternes Grau und das Wort «jetzt» laden Sie ein zum Spielen, Entdecken und ...

Mal- und Gestaltungstherapie basiert auf dem Wissen um die schöpferischen Fähigkeiten des Menschen und setzt an dem Grundbedürfnis an, sich auszudrücken. In der sinnlichen Erfahrung mit Farbe und Form und im gestalterischen Tun werden individuelle Ressourcen wahrgenommen und belebt. Sie führen in die Welt der Fantasie, geben Gefühlen eine Form und erschaffen eine eigene Welt. Neue Räume tun sich auf und innere Bilder und Empfindungen bekommen eine äussere Gestalt.



Im Prozess des Gestaltens entsteht ein Dialog mit dem Werk. Es entwickelt sich die Möglichkeit zur Reflexion, Vertiefung und Integration. Dabei wird mit unterschiedlichen Methoden der Mal- und Gestaltungstherapie, Fototherapie, Schreibtherapie und dem lösungsorientierten Malen LOM gearbeitet. Neue Perspektiven werden eröffnet und mehr Selbstbestimmung ermöglicht. Die alternativen Erfahrungen aus der Mal- und Gestaltungstherapie wirken sich auf die Handlungsfähigkeit im Alltag aus und verbessern die Lebensqualität.

«Die Kunst in der Mal- und Gestaltungstherapie ist, zu verstehen, was unsere Hände sagen wollen.»

Quelle unbekannt



Germaine Frey Koss
Abteilungsleitung Fachtherapien



www.clenia-littenheid.ch

