Was ist Kunsttherapie?

**\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**

Es gibt Momente, sei es in Krisen, bei unterschiedlichen Erkrankungen oder in anderen psychosozialen Zusammenhängen, in denen es einem Menschen schwerfällt, Worte für seine Situation zu finden oder zu kommunizieren. Kunsttherapeut\_innen können dabei unterstützen, sich dann gestalterisch auszudrücken und einen Zugang zu einem Thema zu finden. Dabei dienen sowohl die Gestaltungsprozesse als auch die entstandenen Werke innerhalb des therapeutischen Geschehens als „Anschauungs- und Proberaum“ und können einen Einfluss auf das psychische und körperliche Befinden haben. Gewohnte Handlungen und Denkweisen werden betrachtet, weiterentwickelt und gegebenenfalls einer sinnvollen Wandlung unterzogen. Im kunsttherapeutischen Prozess können kreative Ressourcen neu entdeckt, Selbstheilungskräfte mobilisiert sowie vielfältige Veränderungsprozesse angeregt werden. Dabei sind keine künstlerischen Talente oder Vorkenntnisse notwendig.