

Ulrich Stöveken

Kunsttherapie für Einsteiger

Welche Farbe hat das Leben?

Inhalt

1. Wissenswertes vorab	7
Einleitung	7
Entwicklung und Ausrichtung der Kunsttherapie in Deutschland	11
2. Was ist Kunsttherapie?	16
Wirkungsweisen	16
3. Was kann Kunsttherapie?	25
Fallbeispiele	25
4. Bildentschlüsselung – Zugang zu tieferen Schichten der bildnerischen Prozesse	55
Wahrnehmung	55
Entschlüsselung des eigenen Kunstwerks	57
Entschlüsselung des Kunstwerks aus Therapeutensicht	60
Therapeutische Hilfestellung für einen tieferen Zugang des Klienten zum eigenen kunsttherapeutischen Werk	67
5. Kunsttherapeutische Übungen	70
Grundlegende kunsttherapeutische Arbeitstechniken aus der Werkstatt für Kunst und Therapie	70
Ankommen/Kennenlernen in der Gruppe	74
Selbstwahrnehmung/Fremdwahrnehmung	76
Selbstakzeptanz/sich selbst annehmen	79
Körperlichkeit/Versöhnung mit dem eigenen Körper	81
Kindheit/Ursprungsfamilie	85
Aufdeckung/Unbewusstes sichtbar machen	87
Eine Stimme für das Unaussprechliche	89
Geheimnisse	91
Angst	94
Soziales Umfeld/soziale Strukturen	95

Rollenmuster/Verhaltensmuster/Schutzmuster	112
Kontakt/Nähe/Kommunikation	114
Gefühle einladen	116
Bedürfnisse	120
6. Der kunsttherapeutische Arbeitsplatz zu Hause	122
7. Materialkunde	123
8. Die kunsttherapeutische Praxis	128
9. Schlusswort	135
Danksagung	136
Anmerkungen	137
Register	139