

PATRICIA SHOLL

Master of Arts Sozialantropologin
Heilpraktikerin für Psychotherapie
Paar- und Familientherapeutin (DGSP)
Supervisorin (DGSv) und Coach
Gruppenanalytikerin (iA)
Master of Arts Kunsttherapeutin (iA)
Psychoonkologin (iA)
SAFE® Mentorin
Traumazentrierte Fachberaterin
(nach den Standards der DeGPT*)

Praxis Sholl
Ebersstr. 62
10827 Berlin

Tel: 030 20 68 84 41
Fax: 0322 23 73 42 32
E-Mail: info@patriciasholl.de

Website: www.patriciasholl.de



Mit Freude ernsthaft sein. >>>

Supervision
Coaching
Gruppen-Selbsterfahrung
Kunsttherapie
Paartherapie
Familientherapie

Was ist Kunsttherapie?

Kreative Erfahrungen in der Gestaltung von künstlerischen Medien (z.B. malerischen oder zeichnerischen, plastisch-skulpturalen oder auch musikalischen Prozessen) sind ein wichtiger Aspekt der gesunden Entwicklung eines Menschen. Künstlerische Tätigkeiten ermöglichen oft leichter als Worte den Zugang zu den Komplikationen, Belastungen und Problemen der Betroffenen und verweisen in besonderer Weise auf ihre bereits vorhandenen Potentiale und Fähigkeiten. Bedürfnisse, Sorgen, Wünsche, Gefühle und Phantasien können auf non-verbalem Weg besonders einfach einen Ausdruck finden.

Die Klienten/Patienten können während dieses Selbstfindungsprozess eine Zielsetzung visionieren, die eine innere Orientierung, Sinnfindung und möglicherweise sogar eine Berufung entdecken lässt.

Kunsttherapeutische Methode:

<p>➤ ist eine psychotherapeutische Behandlung jenseits der Sprache. Sie ermöglicht die Förderung der Kreativität und des Ausdrückens von bewussten und unbewussten Problemen.</p>		<p>➤ ermöglicht fließende Übergänge zwischen den Bereichen der "Normalität" und "Gestörtheit".</p>
<p>➤ fördert ein schrittweises entdecken, bewusstmachen und gestalten der unbewussten Inhalte besonders (insbesondere für Trauma-Patienten, Autisten, u.a.).</p>		<p>➤ bringt die bereits vorhandenen Ressourcen des Patienten besser in den Vordergrund.</p>
<p>➤ ermöglicht dem Klientinnen leichter mit seinen Gefühlen in Kontakt zu treten und sie daraufhin leichter auszudrücken.</p>		<p>➤ ist interdisziplinär - also, in Verbindung steht mit anderen Psychotherapieformen (wie Analytischer Einzeltherapie, Gruppentherapie, Systemischer Therapie oder Verhaltenstherapie).</p>

In der Kunsttherapie geht es beispielsweise um:

- den freien Ausdruck von Gefühlen
- Konfliktverarbeitung auf symbolischer Ebene
- Entlastung von belastenden Lebensereignissen
- Lockerung von Verkrampfungen
- Abbau von zwanghaftem und ängstlichem Verhalten
- Förderung der Beziehungs- und Kommunikationsfähigkeit
- Verbesserung von sozialen Fähigkeiten
- Verbesserung von Konzentrationsfähigkeit und Ausdauer
- Stärkung des Selbstwertgefühls, des Selbstvertrauens, der Selbständigkeit
- Erweiterung der Handlungsfähigkeit
- Aufarbeiten von Entwicklungsrückständen
- Förderung von Reifungsprozessen
- Wahrnehmungsförderung
- Förderung der Feinmotorik und Sensomotorik

Bei einer Kunsttherapie spielen gleichzeitig drei Ebenen, sowie ihre Beziehung zueinander, eine wichtige Rolle:

- die individuelle Selbsterfahrung am Werk
- die Wirkung der sozialen Interaktion zwischen Therapeut und Klient/Patient oder in der Gruppe
- die sinnliche Erfahrung mit dem spezifischen Medium.

Auseinandersetzungen mit Materialien aus den unterschiedlichen Kunstformen während einer künstlerischen Gestaltung z.B. machen Konflikte sichtbar, die sich auf innerpsychische Erlebnisse der Patienten beziehen. Das schöpferische Tun kann insbesondere auch ihre vorhandenen Ressourcen besser in den Vordergrund bringen - gleichzeitig entwickelt sich das Verständnis, wie innere Bilder auf die Psyche wirken und wie sie das Verhalten beeinflussen.

INDIKATION

Wen spricht die Kunsttherapie an?

Kunsttherapie eignet sich für Menschen jeden Alters. Sie findet ihre Einsatzgebiete in der Behandlung und Rehabilitation von akuten und chronischen körperlichen, psychosomatischen und psychischen Erkrankungen, sowie im psychologischen, pädagogischen und präventiven Bereich. Sie kann sowohl als Einzel-, Gruppen-, Paar- oder Familientherapie durchgeführt werden.

Kunsttherapie hat sich bewährt bei:

➤ Klienten/Patienten mit körperlichen, seelischen oder geistigen Beeinträchtigungen	➤ Klienten/Patienten, die sich in psychischen Krisen oder belastenden Lebenslagen befinden (z.B. Trennung, Scheidung, Tod eines geliebten Menschen)
➤ Klienten/Patienten, die etwas für ihre persönliche Entwicklung, Selbstwahrnehmung, Entspannung, Ressourcenaktivierung oder Stressbewältigung tun möchten.	➤ Klienten/Patienten, die etwas für ihre persönliche Entwicklung, Selbstwahrnehmung, Entspannung, Ressourcenaktivierung oder Stressbewältigung tun möchten (z.B. Depressionen, Panikattacken, Angststörungen, Phobien, Multiple Sklerose..).

- Kunsttherapie kann eingesetzt werden bei Ängsten, Unsicherheiten, traumatischen Erlebnissen, in Umbruchphasen, in der Rekonvaleszenz, zur Unterstützung im Heilungsprozess, zur Entscheidungshilfe, zur Klärung und Neuorientierung oder in Krisensituationen.

Eine künstlerische Begabung oder Vor-Erfahrung ist nicht erforderlich!

Zu den Klienten gehören Menschen aus allen Gesellschaftsschichten mit ihrer ureigensten, persönlich erlebten Biografie:

- Menschen, mit traumatischen Erfahrungen und seelischen Belastungen, die dann die Folgen dieser Erfahrungen aufarbeiten und dadurch einen besseren Umgang mit sich und ihrer Geschichte finden können.
- Ganz allgemein Menschen, die über ihren gestaltenden Prozess leichter einen Zugang zu sich selbst finden, als in einer Gesprächstherapie.
- Menschen, die mit der beruflichen Belastung nicht mehr zurecht kommen und über die Therapie zu neuen Erkenntnissen über sich und ihren Beruf kommen und somit eine Neuorientierung finden können.
- Unheilbar Kranken, die lernen ihr Ressourcen aktivieren und damit besser mit sich und ihrem Umfeld umgehen können.

Angebote:

- Therapeutische Einzelsitzungen
(Einheiten zu je 90 Minuten)
- Therapeutische Gruppensitzungen
(von 4 bis 6 Personen - Einheiten zu je 120 Minuten)

Bei Ressourcenaktivierung oder Stressbewältigung, Ängsten, Unsicherheiten, traumatischen Erlebnissen, in Umbruchphasen, zur Unterstützung im Heilungsprozess, zur Entscheidungshilfe, zur Klärung und Neuorientierung, in Krisensituationen, zur Klärung der eigenen Bedürfnisse und Verhaltensweisen oder einfach, um sich etwas Gutes zu tun.

Sitzung: 90 min.

- "Familienstellen" in der Kunsttherapie:
6 Einzelsitzungen
(6 Einheiten zu je 90 Minuten)
oder
6 Gruppensitzungen von 4 bis 6 Personen
(6 Einheiten zu je 120 Minuten)

An Hand einfach gestalteter Familienbilder erhalten wir Einsicht in die Dynamiken, die in Familien laufen. Beziehungsmuster, die sich evtl. bereits über Generationen gefestigt haben werden bewusster und können sich verändern.

- Malen in der Schwangerschaft:
6 Einzelsitzungen
(6 Einheiten zu je 90 Minuten)
oder
6 Gruppensitzungen von 4 bis 6 Personen
(6 Einheiten zu je 120 Minuten)

Bildhaft erleben, wie sich das Kind fühlt und sich mental auf die Geburt vorbereiten. Das Vertrauen in sich, den eigenen Körper und das Kind stärken. Ängste und Unsicherheiten abbauen, mehr über die eigenen, ganz individuellen Bedürfnisse erfahren - und sich dann vertrauensvoll auf die die Geburt einlassen zu können.

- Umgang mit Stress in der Arbeit:
6 Einzelsitzungen
(6 Einheiten zu je 90 Minuten)
oder
6 Gruppensitzungen von 4 bis 6 Personen
(6 Einheiten zu je 120 Minuten)

Mit schwierigen Situationen und Stress besser umgehen lernen, zu einem liebevolleren Umgang mit sich selber und zu mehr Ausgeglichenheit im Umgang mit der Arbeitsatmosphäre und Spannungen finden, sind Ziele dieser Sitzungen.

- Kunsttherapie-spezifische Supervision
(Einzel und Gruppen) für (angehende) Kunsttherapeuten
- Künstlerische Selbsterfahrung
(Einzel und Gruppen) für (angehende) Kunsttherapeuten
und andere psychotherapeutische Berufsgruppen

Kunsttherapie als Kassenleistung / Kostenübernahme

Im ambulanten Bereich besteht die Möglichkeit einer Übernahme der Kosten für die Kunsttherapie durch die Krankenkasse nur nach einem Einzelantrag. Ob die Kosten übernommen werden und wie hoch die Kostenübernahme bei den jeweiligen Kassen ausfällt, muss in jedem Fall einzeln geklärt werden. Manche Kassen haben allerdings mittlerweile Regelsätze festgelegt. ➤ Weiter ➤