



INFORMATIE KUNSTZINNIGE THERAPIE

COLIBRI PRAKTIJK KUNSTZINNIGE THERAPIE

WAT IS KUNSTZINNIGE THERAPIE?

Voor volwassenen

Kunstzinnige therapie is een non-verbale therapie. Er wordt gewerkt in actieve kunstzinnige sessies, waaronder tekenen, schilderen, boetseren. *Het beeld maakt zicht- en benoembaar wat er innerlijk leeft.* Ieder mens beschikt over zijn eigen kunstzinnige vermogen, waarmee hij zich op een unieke wijze uitdrukt. Uit balans raken of ziek worden verloopt bij iedereen anders. In kunstzinnige therapie worden medische en psychologische kennis gecombineerd met een kunstzinnige activiteit om het evenwicht te herstellen.

Aan het begin van de therapie stellen de therapeut en de cliënt samen een behandeldoel vast. Na een of meerdere diagnostische sessies,

maakt de therapeut een therapieplan en kiest de kunstzinnige oefeningen die het beste aansluiten bij de betreffende cliënt en het behandeldoel. De nadruk ligt niet op het maken van een kunstwerk, maar op het proces. De keuze van het materiaal, de werkwijze en het onderwerp zijn afgestemd op uw individuele vraag als persoon en interesse. De ene mens is meer gebaat bij schilderen, de andere bij tekenen of boetseren. Het werken met kleuren, lijnen en vormen brengt een op proces op gang waardoor innerlijk iets in beweging word gezet. Dit kan ondersteunt worden door teksten, verhalen en beelden. Hierbij is ervaring op het gebied van kunstzinnig werken is niet nodig.

De wijze waarop u iets maakt en hoe u zich daarin uitdrukt vertelt iets over uzelf. De therapeut als begeleider in dit proces verdiept zich in de hulpvraag, de persoon, de biografie en eventueel het ziektebeeld van de cliënt. Door zelf het proces te beleven, samen te kijken naar het werk en de ervaringen te bespreken, groeit het zelf inzicht en werkt u aan uw doelen.

TIJD VOOR EEN ANDERE AANPAK?

Loopt er iets niet lekker in uw leven? Of loopt u tegen terugkomende levens thema's aan?

Heeft u te weinig energie en zit u niet lekker in uw vel en wilt u daar verandering in brengen?

Dan kan kunstzinnige therapie u hier mee helpen.

Kinderen kunnen vaak niet zo gemakkelijk over gevoelens of beleving vertellen. Ouders zijn vaak de eerste die zien dat hun kind gebaat is bij hulp. In de kunstzinnige therapie wordt het kind naar aanleiding van een hulpvraag van de ouders geholpen om een uiting te geven aan zijn gevoelens.

VOOR WIE NOG MEER?

Voor het kind

Het kind kan zich makkelijk uiten in creativiteit.

Gevoelens die zijn ontstaan door verlies, scheiding, onzekerheid, gepest worden, ziekte, dyslexie of hoog sensitiviteit laat het kind zien met tekenen, schilderen of boetsen. Het kind kan natuurlijk ook zelf een (hulp)vraag stellen.

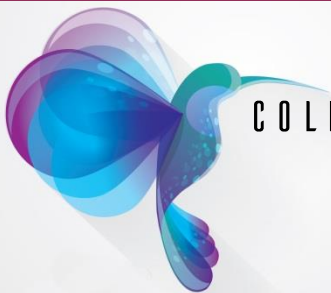
In de kunstzinnige therapie werkt het kind aan

de hand van een thema of verhaal wat past bij de hulpvraag. Het geeft het kind een (h)erkenning, identificatie, en op indirecte wijze tips hoe het met zijn gevoelens en/of situatie om kan gaan. Ook laat het verhaal het kind gevoelsmatig een verbinding maken met de kunstzinnige oefeningen en de te maken ontwikkeling.

Samen met de kunstzinnig therapeut kan het kind op deze wijze in de kunstzinnige therapie op een laagdrempelige manier **en** vanuit creatie leren omgaan met zichzelf, zijn of haar gevoelens en de situatie. Zo kan er ruimte ontstaan voor een nieuwe stap in de ontwikkeling. Het kind kan weer meer zichzelf zijn.

Kunstzinnige therapie is voor mensen van alle leeftijden, met uiteenlopende klachten, die op zoek zijn naar een nieuwe balans tussen denken, voelen en handelen. Voor een goede werking van de therapie is geen kunstzinnige ervaring nodig.

We behandelen klachten rondom depressiviteit, burn-out, psychosomatiek, kanker, hart- en vaatziekten, eetstoornissen, autisme, gedragsstoornissen, ADHD en andere aandoeningen. Kunstzinnige therapie richt zich tevens op: Ontwikkelingsvragen, biografische vraagstukken, coaching en (loopbaan-)begeleiding, uiten van emoties, rouw en trauma, pedagogische begeleiding.



L. M. KLEIN HEERENBRINK
COLIBRI PRAKTIJK KUNSTZINNIGE THERAPIE

www.kunstzinnigtherapiepraktijklinthia.nl
info@kunstzinnigtherapiepraktijklinthia.nl

