



Kreativtherapien Künstlerische Therapien



Kunsttherapie



Tanztherapie



Poesie-/Bibliotherapie



Musiktherapie

Kreativtherapien / Künstlerische Therapien

Veränderung durch Musik, Tanz, Kunst und Poesie

Manchmal fehlen Worte, um auszudrücken, was bewegt, bedrückt oder verzweifeln lässt. Persönliche Entwicklungen und Lebensereignisse können sprachlos machen und die Ausdrucks- und Mitteilungsfähigkeit einschränken. Musik, Bewegung/Tanz, bildnerisches Arbeiten und Poesie helfen, das eigene Befinden, Empfindungen und Bedürfnisse wahrzunehmen und sich – auf eine andere Art – auszudrücken und mitzuteilen.

In der Therapie werden künstlerische Medien gezielt eingesetzt, um Fähigkeiten wieder zu entdecken, neue Erkenntnisse über sich selber zu gewinnen und Veränderungsprozesse anzuregen. Im LVR-Klinikum Düsseldorf werden unter dem Begriff Kreativtherapie Musik-, Tanz-, Kunst und Poesie-/Bibliotherapie geführt. Diese handlungs- und erlebnisorientierten Therapieformen nutzen die Mittel des jeweiligen künstlerischen Mediums und ermöglichen, sich mit Verhaltens- und Gestaltungsweisen auseinanderzusetzen, neue Handlungs- und Verhaltensweisen zu entwickeln und in den Alltag zu übertragen. Die Kreativtherapien nutzen je nach Anliegen und Zielsetzungen der Patienten unterschiedliche Vorgehens- und Arbeitsweisen. Die sprachliche Reflexion ist dabei bedeutsam, um Erlebnisse einzuordnen und sich mit Verhaltens- und Gestaltungsweisen auseinanderzusetzen.

Die Kreativtherapien sind Bestandteil der Gesamtbehandlung und werden vom behandelnden Arzt/Therapeuten in Abstimmung mit den Patienten und dem Behandlungsteam verordnet. Sie finden sowohl in Einzel- als auch in Gruppensitzungen statt und werden in stationären, teilstationären und ambulanten Bereichen angeboten. In der Regel werden die Kreativtherapien in dafür ausgestatteten Räumen im Kreativtherapiezentrum (Haus 1) durchgeführt.

Erfahrungen mit Musik, Tanz oder künstlerischem Arbeiten sind keine Voraussetzung. Eine regelmäßige Teilnahme ist für den Erfolg der Therapie allerdings bedeutsam.



Musiktherapie

Ungehörtes zu Gehör bringen

Musik spricht uns jenseits von Worten auf besondere Weise an: Unsere Gefühle, unsere Erlebnis-, Ausdrucks- und Mitteilungsmöglichkeiten. Die Musiktherapie nutzt diese Zusammenhänge für die therapeutische Anwendung von Musik.

Im Mittelpunkt der aktiven Musiktherapie steht die Aktivität mit einfach zu bedienenden Instrumenten. Dazu sind keine Vorkenntnisse nötig. Das Spiel mit Klängen und Tönen eröffnet den Raum, sich selbst und andere wahrzunehmen und zu erleben. Dabei werden Verhaltensmuster genauso erlebbar wie Ausdrucksbedürfnisse und Entwicklungsressourcen. Die Entwicklung neuer Wahrnehmungs-, Ausdrucks- und Verhaltensweisen kann spielerisch erprobt werden. Musiktherapie hilft Gestaltungsmöglichkeiten zu entdecken, zu entwickeln und in den Alltag zu integrieren.

Ziele sind unter anderem:

- ▷ Förderung der Wahrnehmung und der Regulation von Emotionen
- ▷ Förderung der Selbst- und Fremdwahrnehmung
- ▷ Förderung von Kommunikation und Interaktion
- ▷ Förderung von Selbstwirksamkeit und Selbstfürsorge
- ▷ Stärkung von Antrieb und Handlungskompetenz

Arbeitsweisen in der Musiktherapie

- ▷ freie Improvisation
- ▷ strukturierte Spiele und Übungen
- ▷ themenzentrierte musikalische Interaktionen
- ▷ Musik hören
- ▷ gemeinsames Singen

Musiktherapeut*innen

Anne Katrin Behr, Dr. Peter Hoffmann, Gertrud Hopster, Manuel Just, Tobias Kranz, Florian Urbas

Tanztherapie

In Bewegung zu sich finden

Persönliche Probleme spiegeln sich in unseren Bewegungen, seelische Probleme gehen oft einher mit körperlichen Beschwerden. Mit seinen Empfindungen und Reaktionen kann der Körper ein guter Ratgeber sein – wenn man ihn zu Wort kommen lässt. Bewegung und Tanz ermöglichen, Gefühlen und Bedürfnissen Gestalt zu geben, sich ihnen anzunähern und Kontakt zu sich und anderen herzustellen.

Die Tanztherapie bietet den Raum, das eigene Erleben und Befinden auf spielerische Art und Weise neu zu erkunden. Dafür werden Bewegung, Rhythmus, Spiel, Entspannung und Phantasie genutzt. Es muss keine Tanztechnik beherrscht werden, es gibt kein Richtig oder Falsch. Im Mittelpunkt stehen das unmittelbare Erleben und der persönliche Ausdruck und die Wechselwirkung von körperlichem Erleben, Denken, Fühlen und Handeln. Tanztherapie bietet die Möglichkeit, Verhaltensmuster zu erkennen und sich in neuen Verhaltensweisen zu erproben.

Tanztherapie hat unter anderem folgenden Ziele:

- ▷ Förderung von Körperwahrnehmung, Körperbewusstsein, Vertrauen zum Körper
- ▷ Wahrnehmen und Ausdrücken von Befindlichkeiten und Gefühlen
- ▷ Erweiterung des Bewegungs- und Handlungsrepertoires
- ▷ Entwickeln von Selbstvertrauen und Sicherheit
- ▷ Stärken der Selbstfürsorge
- ▷ Neue Möglichkeiten von Beziehungsgestaltung

Tanztherapeutinnen

Angelika Feld, Ute Pirkl, Marion Reuter, Emily Severin



Kunsttherapie

Empfindungen eine Form geben

Kunsttherapie hilft Befindlichkeiten, Gefühle und Wünsche in eine Form zu bringen und sichtbar zu machen. Auch Unbewusstes und bisher Unbekanntes kann dabei wahrnehmbar werden. Über die Gestaltung werden Ängste, Konflikte und Bedürfnisse darstellbar und eigene Themen lassen sich so schöpferisch bearbeiten.

Die Kunsttherapie nutzt unterschiedliche Materialien wie Farbe, Papier, Holz, Ton, Speckstein – ebenso technische Medien wie Fotografie und Videoarbeit. Das in der Kunsttherapie entstandene Produkt ist eine Bestätigung eigener Fähigkeiten, dient der Reflexion und veranschaulicht Veränderungsprozesse. Kunsttherapie aktiviert Ressourcen und fördert Kreativität. Sie gibt Kraft, Selbstvertrauen und Mut und vermittelt Freude am Gestalten.

Ziele der Kunsttherapie:

- ▷ Entspannung, Distanzierung und Entlastung von innerem Druck
- ▷ neue Ausdrucksmöglichkeiten und Gestaltungsfähigkeiten entdecken
- ▷ Gefühlen und inneren Bildern Ausdruck verleihen
- ▷ Selbstvertrauen und Selbstwertgefühl aufbauen
- ▷ soziale Kompetenzen entwickeln
- ▷ innere Stabilität stärken und zurückgewinnen

Formen der Kunsttherapie

- ▷ freie Material- und Themenwahl
- ▷ thematische Vorgaben
- ▷ themenzentrierte Angebote
- ▷ Werkbetrachtung

Kunsttherapeutinnen

Mechthild Doehmen, Martina Thörner, Marita Vogelç

Poesie-/Bibliotherapie

Sich durch Schreiben entdecken

„Sich etwas von der Seele schreiben“ – in Anlehnung an diesen Spruch steht das Schreiben und Lesen von eigenen Texten im Mittelpunkt der Poesie- und Bibliotherapie. Schreiben und Lesen helfen sich in Worten und in ‚Bildern‘ auszudrücken, Gefühle wahrzunehmen und Gedanken zu ordnen. Die Beschäftigung mit Texten ermöglicht mit sich und anderen ins Gespräch zu kommen, Blockaden zu lösen, eine emotionale Entlastung zu erleben und neue Sichtweisen zu entwickeln. Auf diesem Weg kann eine eigene Sprache gefunden und entwickelt werden.

Die Gruppenarbeit ermutigt sich mitzuteilen und sich gegenseitig zu unterstützen. Richtige Rechtschreibung und Zeichensetzung sind dabei unwichtig.

Die Poesie-/Bibliotherapie fördert die persönliche Entwicklung durch:

- ▷ Stärkung der Selbstwahrnehmung
- ▷ Stärkung von Selbstsicherheit und Selbstvertrauen
- ▷ Förderung von sozialen Handlungs-kompetenzen
- ▷ Aktivierung von Ressourcen
- ▷ Unterstützung kognitiver Fähigkeiten
- ▷ Förderung der Wahrnehmung, Konzentration und Ausdauer

Arbeitsweisen in der Poesie-/Bibliotherapie

- ▷ (Vor-)Lesen von Gedichten und Texten
- ▷ Interpretation von Gedichten und Texten
- ▷ Schreiben zu Vorgaben, Regeln und Mustern
- ▷ Schreiben zu und nach (literarischen) Texten
- ▷ Schreiben zu Stimuli, z. B. Musik, Bilder
- ▷ Weiterentwicklung von Texten
- ▷ Assoziative Verfahren

Poesie-/Bibliotherapeut

Guido Lersen

Anmeldung und Kontakt

LVR-Klinikum Düsseldorf

Kliniken der Heinrich-Heine-Universität Düsseldorf

Kreativtherapiezentrum – Haus 1

Bergische Landstraße 2, 40629 Düsseldorf

Leitung: Dr. Peter Hoffmann

E-Mail: Peter.Hoffmann@lvr.de

Weitere Informationen: www.klinikum-duesseldorf.lvr.de

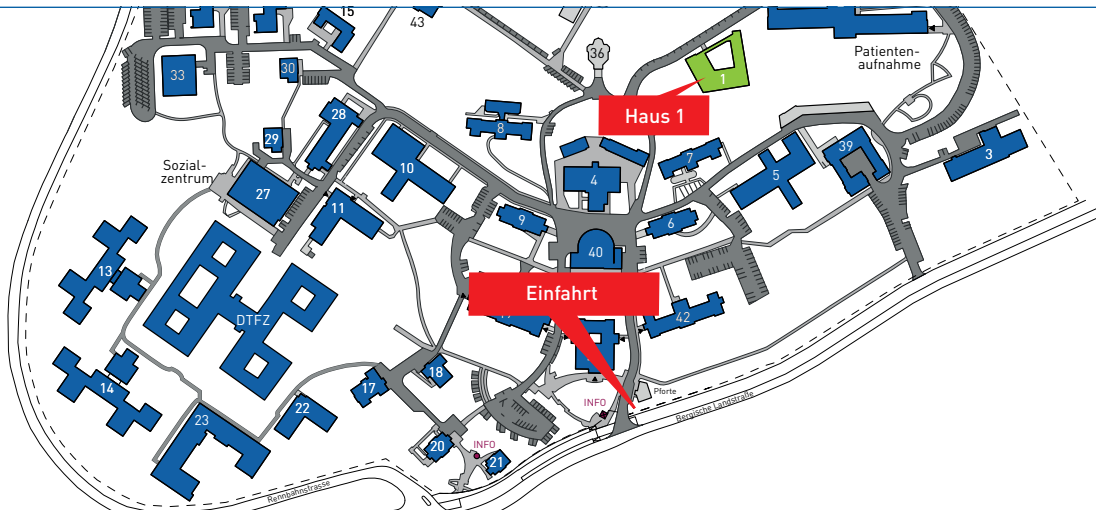
Wie kommen Sie zu uns?

Mit dem Pkw

aus Richtung Innenstadt über die Ausfallstraße/Grafenberger Allee Richtung Mettmann (B7), Parkplätze sind auf dem Klinikgelände vorhanden.

Mit der Straßenbahn

Linien U73, 709 und U83, Haltestelle „Auf der Hardt/LVR-Klinikum Düsseldorf“.



LVR Landschaftsverband Rheinland

LVR-Klinikum Düsseldorf – Kliniken der Heinrich-Heine-Universität Düsseldorf

Bergische Landstraße 2, 40629 Düsseldorf

Tel 0211 922-0, Fax 0211 922-1010

Email klinikum-duesseldorf@lvr.de Internet www.klinikum-duesseldorf.lvr.de