



14 **Zorgmodule
Kunstzinnige
therapie**

Zorgmodule Kunstzinnige therapie



Kunstzinnige therapie helpt door middel van kunstzinnig werken het evenwicht te hervinden op zowel psychisch als op lichamelijk gebied.

De eigen kunstzinnige activiteit spreekt de gezonde kern van zowel volwassenen als kinderen aan. Om in balans te blijven is het goed om het denken, voelen en handelen evenwichtig te ontwikkelen. Te grote eenzijdigheid leidt meestal tot blokkades, die vervolgens gezondheidsklachten doen ontstaan.

Hoe werkt kunstzinnige therapie?

Bij deze therapie staat het doen centraal. Door gerichte oefeningen met pastelkrijt, schilderen, tekenen, boetsen of andere technieken, die stapsgewijs worden aangereikt, wordt de innerlijke beweeglijkheid in gang gezet. De oefeningen hebben hun werking op diepere lagen en brengen van binnenuit geleidelijk verandering te weeg. Doordat innerlijke beweeglijkheid ontstaat, die men zelf actief in gang zet via het creatieve proces, wordt genezing, verandering, of zo nodig acceptatie tot stand gebracht.

Omdat elk facet van de kunstzinnige therapie een specifieke werking heeft, stemt de therapeut de behandeling nauwkeurig af op de vraag van de cliënt.

Niet het gebrek of tekort staat voorop, maar de talenten en mogelijkheden van ieder mens.

Voor wie?

Deze therapie helpt bijvoorbeeld bij ziekten als astma, suikerziekte of hoge bloeddruk, auto-immuunziekte, burn-out en overgangsproblemen, maar ook bij depressiviteit, angsten, slaapstoornissen, trauma en rouwverwerking of crises in de levensloop.

Hoewel kunstzinnige therapie dikwijls een direct waarneembaar positief effect heeft op velerlei klachten, is het geen snel werkende symptoombehandeling.

De genezende werking ligt vooral besloten in het proces. Deze bouwt een stevige basis op waardoor meer balans ontstaat op zowel lichamelijk als psychisch terrein.



Kinderen

Kinderen staan steeds meer bloot aan indringende indrukken, die zij niet voldoende kunnen verwerken. Doordat zij een grote openheid en gevoeligheid hebben, brengen de versturende elementen meer schade aan dan men kan vermoeden. Behalve verstoring van het huidige evenwicht, is het de vraag hoe het kind zich in de toekomst zal voelen: klachten van bijvoorbeeld depressieve aard, in de jeugd ontstaan, doen zich helaas steeds meer voor. Zowel op school als thuis baren sociaal-emotionele problemen veel zorg. Overbeweeglijkheid, leer- en concentratieproblemen, ontwikkelingsstoornissen van allerlei aard, angsten, agres-

siviteit, hechtingsproblemen, trauma's, of een algemeen negatief zelfbeeld worden al jong zichtbaar en vragen dringend om begeleiding. Dikwijls uit het verstoorde evenwicht zich in lichamelijke klachten, zoals buikpijn, hoofdpijn, astma of eczeem, terwijl oorzaken dieper zitten.

Kunstzinnige therapie biedt kinderen onder andere een basis, waardoor het lichamelijk en/of psychisch evenwicht hersteld kan worden.

Een verstoorde ontwikkeling kan tevens weer op gang worden gebracht. Omdat er niet prestatiegericht gewerkt wordt, maar het beleven van plezier aan het creatieve proces door middel van schilderen, diverse tekentechnieken of boetseren voorop staat, komt er spelenderwijs al snel verbetering tot stand.

De therapeut heeft naast pedagogische opleiding, de antroposofische opleiding tot beeldend kunstzinnig therapeut aan de Wervel gevolgd.

