

Kreative Therapieverfahren auf dem ReThur

Ausdruck – Reflexion – sichtbar machen Gestaltungstherapie

In der Gestaltungsgruppe arbeiten die Patient:innen zu vorgegebenen Themen, die bildnerisch umgesetzt werden. Dabei stehen nicht künstlerische Fähigkeiten, sondern der persönliche Ausdruck im Mittelpunkt.

Durch Farben, Formen und Symbole können innere Prozesse sichtbar und erfahrbar gemacht werden. Materialien können zum Sprachrohr werden für etwas, das noch nicht in Worte gefasst werden kann. Die Gruppe bietet einen geschützten Raum für kreative Exploration und persönliche Entwicklung.

Die kreative Auseinandersetzung ermöglicht:

- Zugang zu Gefühlen und inneren Themen
- Emotionen sichtbar machen
- Förderung von Selbstreflexion
- Entwicklung neuer Perspektiven
- Stärkung der emotionalen Ausdrucksfähigkeit
- Kreative Ressourcen entdecken

Handeln – Erleben – Selbstwirksamkeit stärken Ergotherapie

In der Ergotherapie stehen verschiedene Materialien und handwerkliche Techniken zur Verfügung. Die Patient:innen können sich ausprobieren, Materialien erspüren / Techniken erleben und dabei Neues entdecken und eigene Projekte gestalten. Dabei steht nicht ausschliesslich das Ergebnis im Vordergrund, sondern auch der Prozess wie die Patient:innen zum Ziel gelangen. Im Tun entstehen Erfolgserlebnisse und neue Erfahrungen von Kompetenz und Wirksamkeit.

Das praktische Arbeiten fördert:

- Konzentration und Ausdauer
- Strukturierung von Arbeitsprozessen
- Frustrationstoleranz (erweitern)
- Selbstvertrauen durch sichtbare Ergebnisse
- Selbstwirksamkeit erfahren
- Wiederentdeckung eigener Fähigkeiten und Ressourcen

Gemeinsames Ziel

Beide Gruppen unterstützen:

- Stabilisierung
- Stärkung von Selbstwahrnehmung und Selbstwert
- Förderung von Eigenverantwortung
- Ressourcenaktivierung