

Therapeutinnen

Heidi Jaufer-Hiebl

Systemische Familien- und
Psychotherapeutin
Dipl. Mal- und Gestaltungstherapeutin
Supervisorin und Coach



Kontakt:

Tiroler Straße 30
A - 9900 Lienz
0676 609 2790
Fax: 04852 67146
heidi_jaufer@hotmail.com

*„Wenn man dem Pinsel freien Lauf lässt, wird er
einen zu dem führen, was man selbst nicht tun
könnte!“*

Robert Motherwell

Erika Mair

Freischaffende Künstlerin
Sozialpädagogin
Kreativtrainerin
Mal- und Gestaltungstherapeutin



Kontakt:

0650 286 3290
mair.erika@yahoo.de

*„Die Vorstellungskraft ist der Anfang der
Schöpfung.*

Man stellt sich vor, was man will.

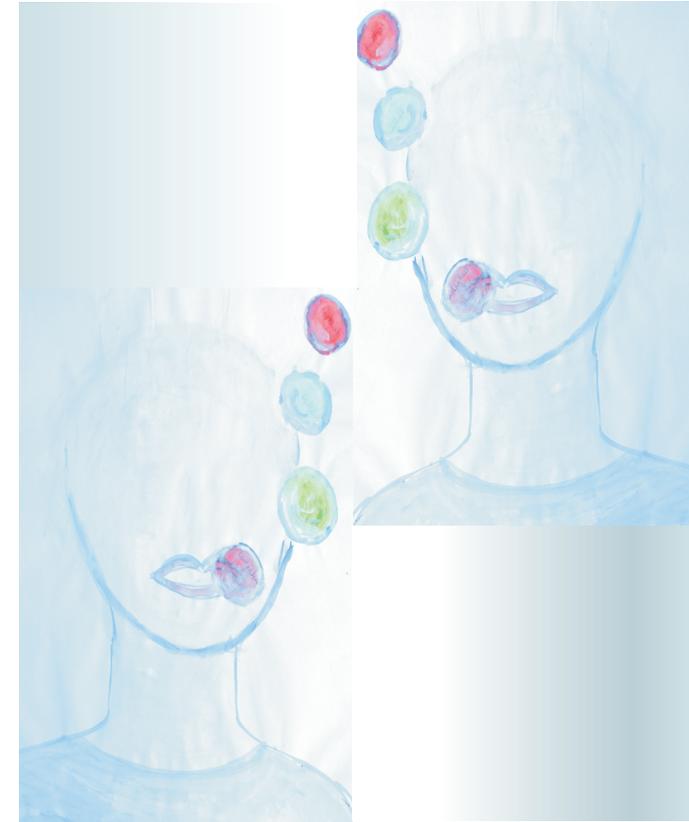
Man will, was man sich vorstellt.

Und am Ende erschafft man, was man will.“

George Bernhard Shaw



*„Bilder helfen
Worte finden!“*



Kreativtraining

Was ist Kreativität?

Kreativität ist die schöpferische Kraft, etwas Neues entstehen zu lassen.

Kreativität heißt aber auch etwas zu finden, was bereits in uns angelegt ist.

Zumeist haben wir es aber- aufgrund einschränkender Erziehungsmaßnahmen und einseitig rationaler Einstellungen - ausgeblendet und vergessen.

Kreativität ist die Kraft, die uns ungewohnte Situationen bewältigen lässt und Veränderungen möglich macht, damit ist sie ein entscheidender Faktor für Fortschritt und Wandel.

Im Kreativitätstraining werden durch künstlerische Betätigung psychische Selbstregulationsprozesse aktiviert. Die verschiedenen Ausdrucksformen des freien Malens und Gestaltens finden an einem hierfür speziell abgestimmten, geschützten Malort statt.

Einsatzgebiete

Mal- und Gestaltungstherapie kann eingesetzt werden im pädagogischen, sozialen und klinischen Bereich, ebenso wie in wirtschaftlichen Berufsfeldern wie Coaching, Teamtraining und Organisationsberatung.

Sie ist keine Psychotherapie, sondern sie wird eingesetzt zur Arbeit mit gesunden Menschen in Krisensituationen, bei Lebensübergängen und Verlusterlebnissen.

Mal- und Gestaltungstherapie kann jedoch begleitend zu psychotherapeutischer und medizinischer Arbeit genutzt werden (z.B. Depressionen, Angsterkrankungen, Psychosomatik etc.).



Mal- und Gestaltungstherapie

Was ist Maltherapie?

In der Maltherapie und im Kreativitätstraining können Menschen auf sanfte Weise wieder in Kontakt mit ihren Ressourcen und Potentialen kommen.

Über Imagination, Körperarbeit und freie Assoziation ist es möglich, die inneren Bilder und Vorstellungswelten zu entdecken und im freien Gestaltungsprozess zu entfalten. Die moderne Gehirnforschung beweist, wie sehr wir von der Macht unserer inneren Bilder beeinflusst werden, sowohl in förderlichen als auch in hemmenden Impulsen. So können in der Maltherapie seelische Potentiale ebenso wie Blockaden vorerst nur durch Farben und Symbole in einer Weise ausgedrückt werden, wo Worte noch fehlen.

Unter der behutsamen Begleitung durch die Mal- und GestaltungstherapeutInnen werden diese Inhalte entschlüsselt und können dann in neue Lebensgeschichten verwandelt werden. Ebenso können Träume als Botschafter der Seele über einen Gestaltungsprozess versteh- und nutzbar gemacht werden.



„Kreativität ist die Kraft welche das Individuum zu seiner Entfaltung treibt.“

C.G. Jung

