

# Kunst- und Kreativtherapie

## Modul 3/10 – Stress und emotionale Erschöpfung

### PSYCHOLOGIE / PSYCHOTHERAPIE



Die Unterscheidungen von Stress, Burnout und Trauma werden in Theorie und Praxis erarbeitet. Möglichkeiten der Stressbewältigung und/oder Verminderung, sogenannte Copingstrategien werden trainiert. Körperliche

Symptome und Kettenreaktionen, sowie psychische Veränderungen werden je nach Ausprägung unterschieden. Am eigenen Erleben im Bild werden solche Mechanismen wandelbar und veränderbar. Mögliche Trigger werden erkannt und sichtbar gemacht, da wir alle ein emotionales, ein sogenanntes Bildgedächtnis besitzen. Die Erinnerung wird durch Aktualisierung veränderbar! Damit wird eine Ressourcensuche erst möglich. Gemalt wird stehend oder sitzend, mit den Händen, um den Impuls aus dem Bauchraum auf das Papier zu transportieren. Ansprechen möchten wir all Jene, die sich schon im kunsttherapeutischen Raum befinden oder solche, die eine kreative Form des Ausdrucks für sich selbst und andere suchen. Buchbar als Ganzes – eine komplette Ausbildung der Mal- und Kunsttherapie, ebenso wie als Einzelfortbildung in Form eines einzelnen Wochenendes.

„Begleitetes und therapeutisches Malen versteht sich als humanistische Kunsttherapie und aktiviert das kreative Potential des Einzelnen. Damit wird das Bildgedächtnis (das wesentlich älter als die Sprache ist), aktiviert und einen Zugang zum Unbewussten geschaffen (auch über die Kraft der Symbole).

#### Bewirkt:

- Steigerung von Befindlichkeit und Glücksfähigkeit
- Spontanität
- Thematisieren aktueller Inhalte
- Zugang zu unbewussten Fähigkeiten
- spielerische Auseinandersetzung mit schmerzlichen Erlebnissen

Gearbeitet wird mit Gouachefarben von der Firma Lascaux, frei von jeglichen synthetischen Stoffen, auf biologischer Basis, angereichert mit ätherischen Ölen. Gemalt wird auf Papier – üblicherweise mit den Händen. Die kunsttherapeutische Praxis orientiert sich weitgehend an C.G. Jung, der Leib- und Psychotherapie Peter Schellenbaums, sowie des Neurowissenschaftlers Joachim Bauer und andere.“

**Dozent/in HP/Dipl.-Kunsttherap. Andrea Gander-Malin:** Jg. 1962, verheiratet, 3 Kinder. Nach Tätigkeit als Krankenschwester von über 30 Jahren und berufsbegleiteten Ausbildungen, machte sich Fr. Gander-Malin als Heilpraktikerin nach deutschem Recht, Lebens- und Sozialberaterin und dipl. Kunst- und Maltherapeutin in eigener Praxis selbständig. Schwerpunkte ihrer Arbeit liegen im Bereich der Kunsttherapie wie Trauma, Körpersymptomatik, Streß- und Burnoutprophylaxe, Arbeiten mit Träumen. Seit 2012 ist sie als Dozentin an den Paracelsus Schulen Konstanz und Lindau tätig. Aktuell ist sie aktiv in maltherapeutische Settings, sowie Unterrichts- und Vortragstätigkeiten. Auf Grund ihrer Pension, kann sich Fr. Gander-Malin sich nun diesen Bereichen vermehrt widmen.

#### Termine:

**Sa. 24.05.2025**  
10:00-17:30 Uhr  
**So. 25.05.2025**  
09:30-17:30 Uhr

#### Preis:

**320,- Euro \***

**Paracelsus**  
**Gesundheitsakademie**  
**Salmannsweilergasse 1**  
**78462 Konstanz**  
Tel. 07531 - 91 41 61

Seminarnummer:  
**SSH77220325V3**

#### Anmeldemöglichkeiten:

- bei jeder Akademie
- per Fax: 0261 - 9 52 52 33
- Web: [www.paracelsus.de](http://www.paracelsus.de)
- per QR:

