



Ausdruck – Gestaltung – Wandlung



Kristin Damaschke

*Kunsttherapeutin - Master of Arts / Intermediale Kunsttherapie
Heilpraktikerin für Psychotherapie*

Im Gegensatz zu den tiefenpsychologischen und behavioristischen Schulen betont die humanistische Psychologie die Selbstverwirklichung, Selbststeuerung und Ganzheitlichkeit des Menschen (vgl. Kriz, 1994, S.179). Diese Grundannahme prägt auch meine Arbeit in der Kunsttherapie. Der Mensch wird als schöpferisches Wesen verstanden, das aus sich heraus Lösungen entwickeln kann. In diesem Kontext biete ich die Integrative Kunsttherapie als präventive und therapeutische Methode an.

Dabei steht nicht das Pathologische im Mittelpunkt, sondern das kreative Potenzial des Menschen. Die Integrative Kunsttherapie eröffnet Raum zur Selbstreflexion, zur Stärkung der eigenen Ressourcen und zur Förderung innerer Wachstumsprozesse – insbesondere in Zeiten von Krisen, Übergängen oder Belastungen. Sie unterstützt Menschen darin, über künstlerische Ausdrucksformen Zugang zu ihren Gefühlen, Bedürfnissen und unbewussten Anteilen zu finden und daraus neue Handlungsspielräume zu entwickeln.

Ich arbeite prozessorientiert, ressourcenstärkend und achtsam. Im geschützten therapeutischen Rahmen begleite ich Menschen dabei, sich über Farben, Formen und Materialien mit ihrem Inneren zu verbinden. Es geht nicht um "künstlerisches Können", sondern um das innere Erleben im gestalterischen Ausdruck. Durch diesen schöpferischen Zugang wird der Kontakt zum eigenen Selbst gestärkt – ein Raum entsteht, in dem neue Perspektiven, emotionale Entlastung und heilsame Wandlungsprozesse möglich werden.

Kristin Damaschke – Lebensfarben.net
Lübsche Str. 71 – 23966 Wismar