Workshop D1:

Jeden Tag ein wenig Kunst – eine kreativ-künstlerische Reise mit Naturbezug in Zeiten von Augenblicklichkeit

Katja von den Benken

Kunsttherapeutin (BA)

Anthroposophische Kunsttherapeutin (BVAKT)

Workshopbeschreibung:

In diesem Workshop wird neben **künstlerischer Selbsterfahrung mit Naturbezug** eine Methode vorgestellt, die mit einer Kleingruppe über einen Zeitraum von 3 Wochen erprobt wurde. Die künstlerische Beschäftigung mit einer Pflanze oder einem Pflanzenteil sowie Stiften, Kreiden, Farben, etc. findet über einen definierten Zeitraum statt. Ziel ist es diese künstlerische Auseinandersetzung in den Alltag zu kultivieren, z. B. nach einem Klinikaufenthalt. Hierzu werden den Klienten neben der **Erläuterung der Methode mit seriellem Charakter** „Spielregeln“ an die Hand gegeben, um bei Anwendung in einen künstlerischen Prozess mit verschiedenen Stadien zu gelangen. Die Aufgabenstellung ist grundständig stets gleich und einfach gehalten was den Einstieg niederschwellig hält, sodass eine Vermeidungshaltung geringgehalten wird und die „Lust zu beginnen“ geweckt wird. Diese serielle Übung darf Seite für Seite in eine Künstlerkladde „hineingestaltet“ werden. Gedanken und Impulse können dort ebenfalls festgehalten werden. Es werden weitere Beispiele aus der Praxis vorgestellt. Im Anschluss werden in Kleingruppenarbeit mögliche weitere Methoden oder Erweiterungen erarbeitet.

Zur Person:

Mein Name ist Katja von den Benken. Seit 2021 arbeite ich freiberuflich als Kunsttherapeutin mit anthroposophischem Schwerpunkt in Krefeld im Therapeutikum und Mönchengladbach an der Rudolf-Steiner-Schule als Schulkunsttherapeutin und biete Maltherapie und Plastisches Gestalten an. Meine Arbeitsschwerpunkte umfassen hauptsächlich Krankheitsbilder wie Belastungsstörungen, Ängste und Demenz. Patient:innen vom Grundschul- bis zum Senior: innenalter kommen zu mir. Neben meiner freiberuflichen Tätigkeit arbeite ich aktuell als Institutsleitung für Weiterbildung in den Künstlerischen Therapien an der Alanus Hochschule für Kunst und Gesellschaft. Ab September werde ich als Kunsttherapeutin an einer Klinik für Psychotherapeutische Medizin mit den Indikationen: Belastungsstörungen, Angststörungen und Essstörungen einzel- und gruppentherapeutisch arbeiten. (weitere Infos: www.sozial-kunst-therapie.de, katja@sozial-kunst-therapie.de)