

Fachfortbildung\*

# KREATIVES UND THERAPEUTISCHES SCHREIBEN – PRAXIS DER POESIETHERAPIE

Inhalt:

Poesietherapie arbeitet mit Worten, Lauten, Klängen, Erregungen, Gedanken, Gefühlen, Körperempfindungen, den Sinnen und der Sinnlichkeit. Was immer zum Ausdruck drängt, wenn Menschen ihrem Innenleben Achtsamkeit schenken, kann zu Papier gebracht werden – es darf gestammelt und gestottert werden, das Papier bietet Schutz- und Proberaum für die innere Stimme, die zu einer äußeren werden mag, die in Dialog treten will, zunächst vielleicht nur mit dem Schreibenden selbst und später vielleicht mit einem Gegenüber. Zu Wort kommen zu können und zu dürfen, ist keine Selbstverständlichkeit. Wer würde es nicht kennen, das Gefühl „totgeschwiegen“ oder „mundtot“ gemacht zu werden, kein Gehör zu finden, keine Resonanz, keine Wirksamkeit zu erfahren. Es gibt so Vieles, was in uns schlummert und gesagt beziehungsweise aufgeschrieben sein will, weil das Sprechen vielleicht (noch) nicht möglich ist. Auf dem Papier kann Zeugnis abgelegt werden von der eigenen Vergangenheit und der Gegenwart; der Blick für die Zukunft weitet sich. Darum geht es in der Poesietherapie, im kreativen und therapeutischen Schreiben, das schöpferische Potentiale nutzt, die Wahrnehmungs- und Erlebniszfähigkeit fördert und Einsicht in relevante lebensgeschichtliche Konflikte ermöglicht. Schreibend seine Gedanken zu ordnen und seine Gefühle zu klären kann als Entdeckungsreise zu sich selbst und achtsame Annäherung an die eigene Person und die Lebenswelt verstanden werden und somit auch als angeleitete Hilfe zur Selbsthilfe dienen.

Bestandteile:

Die Fachfortbildung besteht vor allem aus fünf Wochenendseminaren in einer fortlaufenden Gruppe mit folgenden Themen:

- 1. Intuitives, assoziatives und imaginatives Schreiben**  
Die Kraft des Anfangs: Es geht darum, einen Schreibeinstieg zu finden, Schreibhemmungen zu überwinden, den Schreibfluss zu fördern, der Fantasie freien Lauf zu lassen, mit allen Sinnen zu schreiben ...
- 2. Die Macht der Märchen**  
Im Mittelpunkt stehen klassische und moderne Märchen und was sie uns über uns selbst verraten; Helden und Bösewichte, eigene Stärken und Schwächen werden unter Anwendung von Methoden wie der Märchenlotterie und den Propp'schen Märchen entdeckt.
- 3. Erkrankungsspezifisches therapeutisches Schreiben**  
Vermittelt werden Methoden des kreativen und therapeutischen Schreibens für Menschen mit Depressionen, Traumata, Krebs- u. Suchterkrankungen und anderen chronischen psychischen beziehungsweise körperlichen Krankheiten.
- 4. Schreibend sich selbst coachen**  
Mittels kreativem und therapeutischem Schreiben werden Themen wie Selbstfürsorge und Selbstmanagement zur eigenen Gesunderhaltung und weiteren Professionalisierung der eigenen Arbeit in den Fokus gerückt.
- 5. Therapeutisches Schreiben intermedial**  
Kreatives und therapeutisches Schreiben wird mit Stimme, Klängen, Bewegungen und Bildern verknüpft ...

Methoden:

Selbsterfahrungseinheiten, praktische Demonstrationen, Arbeit in Arbeitsgruppen und Plenum, Theorie-Bausteine. Verschiedene Methoden therapeutischen Schreibens werden den Seminaren zugeordnet und dort vorgestellt. Personen, die zum ersten Mal ein Seminar bei der Zukunftswerkstatt therapie kreativ belegen, erhalten die Lektüre „Das ABC der Kreativen Leibtherapie“ kostenlos, um die Grundlagen der Kreativen Leibtherapie und deren Begriffe kennenzulernen.

## Büchertipp:



**Silke Heimes**  
Schreib dich gesund  
Übungen für verschiedene Krankheitsbilder

broschiert, 125 Seiten  
14,99 €

Verlag Vandenhoeck & Ruprecht

\* Je nach beruflicher Qualifikation, Vorkenntnissen und Bundesland kann diese Fortbildung auch als Weiterbildung bezeichnet werden.



## Ihr Nutzen:

Das kreative und therapeutische Schreiben eröffnet Wege,

- » dass Klient/innen und Patient/innen zwischen den Therapie-Terminen aktiv sein können
- » dass Worte gefunden werden, wenn das Sprechen über Unsagbares versagt
- » dass Klient/innen und Patient/innen Zugänge zu Selbst-Wirksamkeit und Eigen-Mächtigkeit erfahren

Wenn Sie an dieser Fortbildung erfolgreich teilnehmen,

- » erwerben Sie Kenntnisse und Kompetenzen in Methoden, Modellen und Wirkungsweisen der Poesietherapie
- » erfahren Sie die generellen und erkrankungsspezifischen Einsatzmöglichkeiten therapeutischen Schreibens
- » erlernen Sie Möglichkeiten, Ihre therapeutische Praxis um eine wirksame Dimension zu erweitern

## Für wen:

Diese einjährige Fachfortbildung richtet sich an therapeutische Fachkräfte (Psychologische Psychotherapeut/innen, Arzt/innen mit psychotherapeutischer Zusatzqualifikation, Tanz-, Musik-, Kunsttherapeut/innen und andere Therapeut/innen), die ihre therapeutische Kompetenz um die Möglichkeiten des kreativen und therapeutischen Schreibens erweitern wollen, sowie an Sozialarbeiter, Krankenschwestern/-pfleger, Theologen und andere Berufsgruppen, die Menschen in schwierigen Prozessen unterstützend begleiten. Für den Einstieg in die Fortbildung werden grundlegende Erfahrungen in Gesprächsführung und im Umgang mit Menschen in schwierigen Lebenssituationen vorausgesetzt. Die Fortbildung ersetzt keine therapeutische Grundausbildung und vermittelt auch nicht die Grundlagen der Gesprächsführung. Im Zweifel ist die Eignung für die Fortbildung in einem persönlichen Gespräch mit der Fortbildungsleitung abzuklären.

Für die Seminare dieser Fachfortbildung wird die Anerkennung von Fortbildungspunkten bei der zuständigen Ärztekammer und den psychologischen Fachgesellschaften – sofern im Einzelfall gewünscht und erforderlich – beantragt.

## Kooperation:

Die poesietherapeutische Fortbildung findet in Kooperation mit dem Institut für Kreatives und Therapeutisches Schreiben (IKUTS) statt. Das IKUTS ([www.ikuts.de](http://www.ikuts.de)) ist ein von Prof. Dr. med. Silke Heimes 2007 gegründetes und geleitetes Institut für Kreatives und Therapeutisches Schreiben. Zielsetzung ist die Vermittlung der Methoden des kreativen und therapeutischen Schreibens zur Ausbildung von Multiplikatoren und zur Etablierung des kreativen und therapeutischen Schreibens in Praxis und Klinik. Im Zentrum stehen sowohl die Selbsterfahrung als auch die praktische Anwendung der Methoden. Das Grundverständnis ist eine auf Wertschätzung, Respekt, Würde und gelebter Achtsamkeit basierende Haltung, die davon ausgeht, dass jeder Mensch über ausreichend innere Weisheit und Selbstheilungskräfte verfügt, um aktiv zu seiner Gesundheit beizutragen.

Die Zukunftswerkstatt *therapie kreativ* unter der Leitung von Dr. phil. Udo Baer ist seit mehr als 25 Jahren bundesweit tätig als Fortbildungsinstitut für Kreative Leibtherapie mit den Schwerpunkten Tanz-, Musik- und Kunsttherapie sowie fachspezifischen Anwendungen wie Kreativer Traumatherapie, Kreativer Therapie mit Essstörungen u. Ä.: [www.zukunftswerkstatt-tk.de](http://www.zukunftswerkstatt-tk.de)

## Leitung:

Die Gesamtleitung dieser Fortbildung hat Prof. Dr. med. Silke Heimes ([www.silke-heimes.de](http://www.silke-heimes.de)). Sie ist Professorin für Journalismus an der Hochschule Darmstadt, Ärztin, Poesietherapeutin und Autorin, Gründerin und Leiterin des Instituts für Kreatives und Therapeutisches Schreiben (IKUTS) in Darmstadt und hat mehrere Lehraufträge an deutschsprachigen Hochschulen. Zudem ist sie Gründungs- und Vorstandsmitglied der Gesellschaft für kreatives und therapeutisches Schreiben. Weitere Informationen hierzu erhalten sie unter [www.gkts.info](http://www.gkts.info).

## Organisation und Umfang:

Die Fachfortbildung dauert ca. 12 Monate. Die Seminare finden in einer fortlaufenden Gruppe statt.

Die Fachfortbildung schließt bei erfolgreicher Teilnahme mit einem Zertifikat ab.

## Arbeitszeiten:

Samstag: 10.00-19.30 Uhr

Sonntag: 09.00-16.00 Uhr

## Kosten:

Anzahlung: 50,- €

Fortlaufende Gruppe: 12 x 150,- €

Einmalige Gebühr für die Auswertung von Text, Prozessbeobachtung und Praxisbericht: 100,- €

## Anmeldung:

Die Anmeldung erfolgt über die Zukunftswerkstatt *therapie kreativ*. Der entsprechende Anmeldebogen ist abrufbar unter [www.zukunftswerkstatt-tk.de](http://www.zukunftswerkstatt-tk.de). Informationen finden Sie auch unter [www.ikuts.de](http://www.ikuts.de).

## Zukunftswerkstatt *therapie kreativ*

Balderbruchweg 35

47506 Neukirchen-Vluyn

Tel.: 02845-944974, Fax: 02845-944976

E-Mail: [info@zukunftswerkstatt-tk.de](mailto:info@zukunftswerkstatt-tk.de)

Internet: [www.zukunftswerkstatt-tk.de](http://www.zukunftswerkstatt-tk.de)

Sprechzeiten: Montag bis Donnerstag

09.00 - 12.00 Uhr

Außerhalb unserer Sprechzeiten hinterlassen Sie uns einfach eine Nachricht.

Wir rufen Sie gerne zurück.



Netzwerk  
Stiftung Würde