

Kunst-Therapie

Patient*innen Information in 9-Sprachen

العلاج بالفن • Art therapy
La thérapie par l'art • Sanat Terapisi
Terapia sztukami plastycznymi
Арт-терапия • هنردرمانی



Impressum

Redaktion

Uwe Blücher
LVR-Fachbereich Planung,
Qualitäts- und Innovationsmanagement

Mitarbeit

LVR-Fachforum Künstlerische Therapien:
Uwe Blücher, Patric Driessen, Beatrix Evers-Grewe, Eva Golloch, Gudrun Gorski, Meike Höffken, Rahel Janssen, Renate Kemp, Ute Pirkl, Florian Urbas, Mechtild Witte

Verantwortlich für den Inhalt: LVR-Fachforum Künstlerische Therapien nach einer Idee von Nele Heriniaina

Layout

Stefanie Hochum, LVR-Druckerei

Druck

LVR-Druckerei, Inklusionsabteilung

Landschaftsverband Rheinland (LVR)
LVR-Dezernat Klinikverbund und
Verbund Heilpädagogischer Hilfen
Auflage 1 (500 Exemplare)
Köln, Juni 2021

Externe Weitergabe mit Copyright-Vermerk zulässig:
© LVR-Klinikverbund und Verbund Heilpädagogischer Hilfen



INHALT

Deutsch – Deutsch	4
English – Englisch	6
Français – Französisch	8
русский язык – Russisch	10
Türkçe – Türkisch	12
Polszczyzna – Polnisch	14
دري – Dari (Persisch)	16
دري – Farsi (Persisch)	18
ةبرعلا – Arabisch	20

Diese Kurz-Info für Patient*innen wurde in einfacher (bürgernahe) Sprache verfasst, um Patient*innen aus verschiedenen Kulturkreisen einen ersten Überblick und Zugang zu Künstlerischen Therapien zu ermöglichen.

Danksagung:

an Patient*innen, Ärztliche Direktionen, Therapeutische Dienste, Pflegedirektionen, Integrationsbeauftragte u.a.m. der LVR-Kliniken für ihre berufsgruppen-übergreifende Unterstützung, die damit wesentlich zur Praxistauglichkeit unserer Broschüren beitrugen.
LVR-Fachforum Künstlerische Therapien

Insgesamt stehen vier Broschüren (Kunst-, Musik-, Tanz- und Theatertherapie) zur Verfügung, welche über die „Therapeutischen Dienste“ bezogen werden können.



Kunst-Therapie

KURZ INFO FÜR PATIENT*INNEN

Was ist Kunst-Therapie?

Kunst-Therapie ist eine Form der Behandlung, bei der Sie gemeinsam in der Gruppe oder im Einzelkontakt etwas gestalten. Sie können hier beispielsweise malen, zeichnen, modellieren, formen oder bauen. Die Teilnahme erfordert kein künstlerisches Talent oder Können. Was Sie hier tun, wird nicht bewertet.

Wie kann Kunst-Therapie Ihnen helfen?

Die Kunst-Therapie kann Ihnen helfen, wiederkehrende belastende Gedanken zu unterbrechen und neue Ideen zu entwickeln. Dadurch geht es Ihnen besser.

Gerne können Sie ein Thema oder Gefühl, das Sie gerade beschäftigt, gestalterisch darstellen. Dabei können Sie neue Lösungen oder Veränderungen ausprobieren. Denn in der Kunst-Therapie geht es ums Ausprobieren und Experimentieren. Es geht darum, Ihre persönlichen Möglichkeiten zu stärken. Malen kann auch Freude machen. Sie können Fähigkeiten neu entdecken oder alte Fähigkeiten wiederbeleben. So können Sie besser mit schweren und belastenden Erlebnissen umgehen.

Wie läuft Kunst-Therapie ab?

Probieren Sie aus, was Sie anspricht. Sie dürfen alle Materialien nutzen. Sie können jederzeit gerne Fragen stellen.

Zum Ende der Stunde können Sie sich mit den anderen über die gestalteten Bilder und Objekte und Ihre Eindrücke austauschen.

Was ist, wenn Sie nicht gut Deutsch verstehen?

Manchmal erschweren sprachliche Barrieren den Zugang zur Kunst-Therapie. Wenn Sie möchten, können Sie Unterstützung durch Sprach- und Integrationsmittler*innen (SIM) bekommen.



Art therapy

A BRIEF OVERVIEW FOR PATIENTS

What is art therapy?

Art therapy is a form of treatment in which you create something together in a group or in individual contact. For example, you can paint, draw, model, sculpt or build.

Participation does not require artistic talent or skill. What you do here is not evaluated.

How can art therapy help you?

Art therapy can help you to stop recurring stressful thoughts and develop new ideas. This will make you feel better.

You are welcome to creatively depict a topic or feeling that is on your mind at the moment. In the process, you can try out new solutions or changes. Because art therapy is about trying things out and experimenting. It is about strengthening your personal possibilities.

Painting can also bring joy. You can discover new skills or revive old ones. This helps you to cope better with difficult and stressful experiences.

How does art therapy work?

Try out what appeals to you. You may use any material. You are always welcome to ask questions.

At the end of the session, you can discuss the pictures and objects you have created and your impressions with the others.

What if you don't understand German well?

Sometimes, language barriers make it difficult to access art therapy. If you wish, you can get support from language and integration mediators (LIMs).



La thérapie par l'art

BRÈVES INFORMATIONS DESTINÉES AUX PATIENTES ET PATIENTS

Qu'est-ce que la thérapie par l'art ?

La thérapie par l'art est une forme de traitement dans laquelle vous créez quelque chose en groupe ou individuellement. Vous pouvez par exemple y peindre, dessiner, modeler, façonner ou construire.

La participation n'exige pas de talent ou de compétence artistique. Ce que vous faites ici ne sera pas évalué.

En quoi la thérapie par l'art peut-elle vous aider ?

La thérapie par l'art peut vous aider à mettre fin à des pensées pénibles récurrentes et à développer de nouvelles idées, ce qui vous permettra de vous sentir mieux.

Vous avez le loisir de représenter de manière créative un thème ou un sentiment qui vous préoccupe actuellement ou d'essayer de nouvelles solutions ou de nouveaux changements. La thérapie par l'art consiste, en effet, à essayer des choses :

à expérimenter. Elle vise à renforcer vos capacités personnelles.

Peindre peut également être amusant. Vous pourrez découvrir de nouvelles compétences ou en réanimer d'anciennes. Cela vous aidera à mieux faire face aux expériences difficiles et pénibles.

Comment la thérapie par l'art se déroule-t-elle ?

Essayez ce qui vous inspire. Tout le matériel est à votre disposition. Toutes les questions sont les bienvenues.

À la fin de la leçon, vous pourrez discuter avec les autres des tableaux et objets réalisés et de vos impressions.

Et si vous ne comprenez pas bien l'allemand ?

Parfois, la barrière de la langue rend difficile l'accès à la thérapie par l'art. Si vous le souhaitez, vous pouvez obtenir le soutien de médiateurs linguistiques et d'intégration (MLI).



Арт-терапия

КРАТКАЯ ИНФОРМАЦИЯ ДЛЯ ПАЦИЕНТОВ

Что такое арт-терапия?

Арт-терапия – это форма лечения, с помощью которой можно что-то создавать как совместно в группе, так и индивидуально. Например, здесь можно рисовать, чертить, моделировать, лепить или строить.

Для участия не требуется наличие художественного таланта или умения. То, что Вы здесь делаете, не оценивается.

Чем арт-терапия может Вам помочь?

Арт-терапия может помочь Вам прервать повторяющиеся угнетающие мысли и придумать новые идеи. Вам станет лучше.

С помощью искусства Вы можете выразить проблему или чувство, которое Вас беспокоит в данный момент. При этом Вы можете испробовать новые решения или изменения. Потому что смысл арт-терапии заключается в том, чтобы пробовать и экспериментировать. Это пространство для укрепления Ваших личных возможностей.

Рисование также может доставлять удовольствие. Вы можете открыть для себя новые способности или возродить существующие. Это поможет Вам

лучше справляться со сложными и стрессовыми ситуациями.

Как проходит арт-терапия?

Попробуйте то, что Вас привлекает. Вы можете использовать любые материалы. Вы всегда можете задать любые вопросы.

В конце урока Вы сможете обменяться с остальными участниками мнениями о созданных рисунках и объектах, а также своими впечатлениями.

Что, если Вы плохо понимаете немецкий язык?

Иногда языковые барьеры затрудняют доступ к арт-терапии. При желании Вы можете получить поддержку переводчика и специалиста по вопросам интеграции.



Sanat Terapisi

HASTALAR İÇİN KISA BİLGİLENDİRME

Sanat terapisi nedir?

Sanat terapisi, grup halinde veya bireysel olarak tasarıma dayalı bir tedavi şeklidir. Burada örneğin resim veya çizim yapabilir, objeler şekillendirilebilir veya yeni şeyler yaratabilirsiniz.

Katılım, sanatsal bir yetenek veya beceri gerektirmektedir. Burada yaptıklarınız, hakkınızdaki herhangi bir değerlendirmeye tabi tutulmaz.

Sanat terapisi size nasıl yardımcı olabilir?

Sanat terapisi, sürekli tekrarlanan ve sizi yıpratıcı düşünceleri bir süre de olsa unutmanıza ve yeni fikirler üretmenize yardımcı olur. Böylece kendinizi daha iyi hissedersiniz.

Sizi meşgul eden bir konuyu veya hissi sanatsal bir dille ifade edebilirsiniz. Bu esnada yeni çözümler veya değişiklikler deneyebilirsiniz. Sanat terapisi denemek ve tecrübe etmektir. Söz konusu olan kişisel olanaklarınızın güçlendirilmesidir.

Resim yapmak mutlu edebilir. Resimle yeni yetenekler keşfedebilir veya eski yeteneklerinizi yeniden canlandırabilirsiniz. Böylece ağır ve yıpratıcı olayların üstesinden daha iyi gelebilirsiniz.

Sanat terapisi nasıl gerçekleşir?

Deneyerek nelerden hoşlandığınızı bulunuz. Tüm malzemeleri kullanabilirsiniz. İsteddiğiniz zaman soru sorabilirsiniz.

Dersin sonunda diğerleri ile, yapılan resimler, objeler ve duygularınız hakkında bilgi alışverişinde bulunabilirsiniz.

Çok iyi Almanca anlamıyorsanız ne olur?

Bazı durumlarda dile hakim olmamak sanat terapisine girişi zorlaştırabilir. İsterseniz bir tercümandan destek alabilirsiniz.



Terapia sztukami plastycznymi

KRÓTKA INFORMACJA DLA PACJENTÓW

Czym jest terapia sztukami plastycznymi?

Terapia sztukami plastycznymi jest formą terapii, w której tworzy się dzieło wspólnie w grupie lub w kontakcie indywidualnym. Przykładowe czynności to malowanie, rysowanie, modelowanie, rzeźba lub budowanie.

Uczestnictwo w zajęciach nie wymaga talentu ani umiejętności artystycznych. Co Pani / Pan tutaj tworzy, nie podlega ocenie.

Jak terapia sztukami plastycznymi może Pani / Panu pomóc?

Ta forma terapii może pomóc w identyfikacji i przerywaniu nawracających, stresujących myśli i w opracowaniu nowych idei. Dzięki temu poczuje się Pani / Pan lepiej.

Tworząc może Pani / Pan wyrazić temat lub uczucie, które aktualnie zaprzatają Pani / Pana umysł. W trakcie tego procesu można wypróbować nowe rozwiązania lub zmiany. Terapia sztukami plastyczny-

mi polega bowiem na próbowaniu i eksperymentowaniu. Jej celem jest podbudowanie Pani / Pana osobistych możliwości.

Malowanie może także sprawić radość. Może dzięki temu odkryje Pani / Pan nowe umiejętności lub odświeży już zapomniane. W ten sposób może Pani / Pan lepiej poradzić sobie z trudnymi i stresującymi przeżyciami.

Jak funkcjonuje terapia sztukami plastycznymi?

Prosimy wypróbować to, co Panią / Pana interesuje. Może Pani / Pan korzystać ze wszystkich materiałów. W każdej chwili może Pani / Pan zadawać pytania.

Pod koniec zajęć może Pani / Pan z innymi omówić obrazy i objekty, które zostały stworzone oraz swoje wrażenia.

Nie zna Pani / Pan wystarczająco języka niemieckiego?

Czasami bariery językowe utrudniają dostęp do terapii sztukami plastycznymi. Jeśli Pani / Pan sobie życzy, można uzyskać wsparcie od mediatorów językowych i integracyjnych (SIM).



هنردرمانی چگونه کار می کند؟

آنچه را که به نظر شما جذاب می آید امتحان کنید. شما اجازه دارید از همه مواد استفاده نمائید. شما همیشه می توانید سوالات خود را بپرسید.

در پایان درس، می توانید با دیگران در مورد تصاویر و اشیای طراحی شده و برداشت های خود صحبت کنید.

اگر زبان آلمانی را خوب نمی فهمید چطور؟

گاهی موانع زبان هنردرمانی را دشوارتر می کند. در صورتیکه میل داشته باشید، می توانید از ترجمانان زبان و ادغام کنندگان (SIM) خواهان کمک شوید.

هنردرمانی

اطلاعات مختصر برای بیماران

هنردرمانی چیست؟

هنردرمانی نوعی درمانی است که طی آن شما چیزی را با هم در یک گروه یا در تماس فردی ایجاد می کنید. به عنوان مثال، می توانید در اینجا نقاشی یا رسامی کنید یا مدل، شکل یا ساختی را بسازید. شرکت در این درمان به هیچ استعداد و توانایی هنری نیاز ندارد. آنچه در اینجا انجام می دهید درجه بندی نمی شود.

چگونه هنردرمانی می تواند به شما کمک کند؟

هنردرمانی می تواند به شما کمک کند افکار استرسزای تکراری را متوقف سازید و ایده های جدیدی ارائه دهید. این باعث می شود احساس بهتری داشته باشید.

شما می توانید یک موضوع یا احساسی را نشان دهید که در حال حاضر شما ذهن را مشغول خود کرده است. می توانید راه حل ها یا تغییرات جدید را امتحان کنید. زیرا هنردرمانی عبارت از امتحان و آزمایش کردن است. این در مورد تقویت امکانات شخصی شما است.

نقاشی همچنین می تواند سرگرم کننده باشد. می توانید مهارت ها را دوباره پیدا کنید یا مهارت های قدیمی را احیا کنید. این شما را قادر می سازد تا با تجربیات دشوار و استرسزا بهتر کنار بیایید.



نقاشی هم می تواند شادی آور باشد. می توانید توانمندی های جدیدی را کشف کنید و توانمندی های قدیمتان را تقویت دهید. بدین صورت بهتر می توانید با اتفاقات سخت و آزاردهنده کنار آیید.

هنردرمانی به چه صورت انجام می گیرد؟

آن چیزی را امتحان کنید که توجه شما را جلب می کند. آزاد هستید که از تمام وسایل استفاده کنید و در هر موقع سؤال بپرسید.

در آخر هر ساعت این امکان وجود دارد تا با دیگران در رابطه با طرح ها و اجسام به وجود آمده صحبت کنید و تبادل نظر صورت پذیرد.

اگر به اندازه ی کافی زبان آلمانی متوجه نشوم چه می تواند کرد؟

گاهی اوقات مشکلات زبانی ورود به هنردرمانی را مشکل ساز می کنند. اگر مایل باشید امکان آن وجود دارد که توسط پشتیبانان زبان و انتگرسیون (SIM) یاری شوید.

هنردرمانی

اطلاعات مختصری برای بیماران

هنردرمانی چیست؟

هنردرمانی نوعی درمان است که در آن به صورت گروهی یا تک نفره کار خلاقانه صورت می پذیرد. به عنوان مثال می توانید نقاشی، طراحی، مجسمه سازی، شکل دهی یا ساخت و ساز انجام دهید.

شرکت در این درمان نیاز به استعداد یا توانمندی هنری ندارد. کار شما در این اینجا ارزیابی نخواهد شد.

هنردرمانی می تواند چه کمکی به شما کند؟

هنردرمانی می تواند شما را یاری کند تا افکار آزاردهنده و مکرر بازگردند و افکار جدیدی شکل بگیرند. به این طریق وضعیت شما بهبود خواهد یافت.

استقبال خواهد شد اگر موضوع یا احساسی که در حال حاضر شما را آزار می دهد را به صورت خلاقانه ای نمایش دهید. می توانید راهکار های جدید یا تغییرات متفاوتی را امتحان کنید. در هنردرمانی می خواهیم راه های جدید برویم و آزمایش های مختلف انجام دهیم. می خواهیم فرصت های شما را تقویت دهیم.



كيف تسير عملية العلاج بالفن؟

جرب ما يعجبك. ويُسمح لك باستخدام جميع الخامات. ويمكنك بالتأكيد طرح الأسئلة في أي وقت.

في نهاية الحصة، يمكنك التحدث مع الآخرين عن الصور والعناصر التي تم إبداعها وانطباعاتك.

ماذا لو كنت لا تفهم اللغة الألمانية جيداً؟

أحياناً تُصعب الحواجز اللغوية من الوصول إلى العلاج بالفن. إذا أردت، يمكنك تلقي الدعم من وسطاء اللغة والاندماج (SIM).

العلاج بالفن

معلومات موجزة للمريضات والمرضى

ما العلاج بالفن؟

العلاج بالفن هو شكل من أشكال العلاج تقوم فيه بإبداع شيء ما سواء بشكل جماعي في مجموعة أم بشكل فردي. ويمكنك هنا على سبيل المثال النقش أو الرسم أو النحت أو التشكيل أو البناء.

ولا تتطلب المشاركة أي قدرة أو موهبة فنية. فما تفعله هنا لا يخضع للتقييم.

كيف يمكن أن يساعدك العلاج بالفن؟

يمكن أن يساعدك العلاج بالفن في اكتشاف الأفكار المؤرقة المتكررة ووأدها والتوصل إلى أفكار جديدة. ومن خلال ذلك سوف تشعر بالتحسن.

ويمكنك بالطبع أن تعرض موضوعاً أو شعوراً يشغل بالك في الوقت الحالي في شكل إبداعي. وفي تلك الأثناء، يمكنك تجربة حلول جديدة أو تغييرات. لأن العلاج بالفن يدور حول المحاولة والتجريب. كما يتعلق الأمر أيضاً بتعزيز إمكانياتك الشخصية.

كما يمكن أن يكون النقش أيضاً أمراً ممتعاً؛ حيث يمكنك إعادة اكتشاف المهارات أو إحياء المهارات القديمة. وهكذا يمكنك التعايش بشكل أفضل مع التجارب الصعبة والمؤرقة.



Landschaftsverband Rheinland (LVR)

LVR-Fachbereich 84

Planung, Qualitäts- und Innovationsmanagement

50663 Köln, www.lvr.de