



Psychotherapie

Stressbewältigung durch Kunsttherapie

Stress beginnt, wenn wir in das Ungleichgewicht zwischen Anforderung und Erholung abstürzen. Oft sind es Begleitumstände, wie Konflikte, Perfektionismus, Termindruck, Ehrgeiz und Multitasking, die uns zu sehr anstrengen.

In diesem Workshop arbeiten wir mit den kreativen Möglichkeiten der Kunsttherapie, um Stress abzubauen und vorzubeugen.

Durch das Erleben von unterschiedlichen Materialien und Methoden wird ein Weg zu unseren Ressourcen und Fähigkeiten geschaffen, der, wie jeder Mensch, einzigartig ist.

Für die kunsttherapeutische Arbeit sind keine besonderen künstlerischen Fertigkeiten oder Talente erforderlich. Die Freude am kreativen Arbeiten sollte gegeben sein, ebenso die Bereitschaft zur intensiven Selbsterfahrung, um ein tiefes Verständnis für den therapeutischen Prozess, der Kunst- und Maltherapie zu erlangen.

Das Seminar richtet sich an Heilpraktiker/innen, Coaches, psychologische Berater/innen und Therapeut/innen, die interessiert sind, neue Kundengruppen zu erreichen, ihr Portfolio zu erweitern und sich einen Vorsprung durch Fachwissen und Spezialisierung zu verschaffen.

Termine

Fr, 13.02.2026
17:00–21:00 Uhr
Sa, 14.02.2026
10:00–18:00 Uhr
[und 1 mehr](#)

Preis

350,00 €

Schule

Paracelsus Heilpraktikerschule
Bielefeld
Herforder Str. 74
33602 Bielefeld
Tel. 0521-136 80 63

Seminarnummer

SSH48130226

Anmeldemöglichkeiten

- ☑ Bei jeder Akademie
- ☑ Per Fax: 0261-952 52 33
- ☑ Auf [unserer Webseite](#)



Irrtümer und Änderungen vorbehalten
Erstellt 30.01.2026

Dozentin

Franziska Zobel

Seit 1985 im kreativen Bereich tätig, beschäftigt Frau Zobel sich seit Jahren mit naturverbundenem Wissen nordamerikanischer Urvölker und ist autorisierte Schwitzhüttenleiterin. Sie hat während Weiterbildungsreisen das Wissen in New Mexico und Südafrika vertieft. Im Bereich der Ayurveda-Konstitutionslehre, verschiedener ayurvedischer Massagetechniken und der ayurvedischen Ernährungsberatung ist sie zertifiziert. Danach folgte eine Ausbildung im "Aura sehen" nach Rainer Strücker. Bei den Deutschen Paracelsus Schulen absolvierte sie die Fachausbildung Kunst-, Kreativ- und Maltherapie, die Seminare Stressbewältigung durch Kunsttherapie, Trauerarbeit in der Kunsttherapie und "Der Baum" in der Kunsttherapie. Sie ist in ihrem eigenen Atelier als kunsttherapeutische Beraterin und Künstlerin tätig.