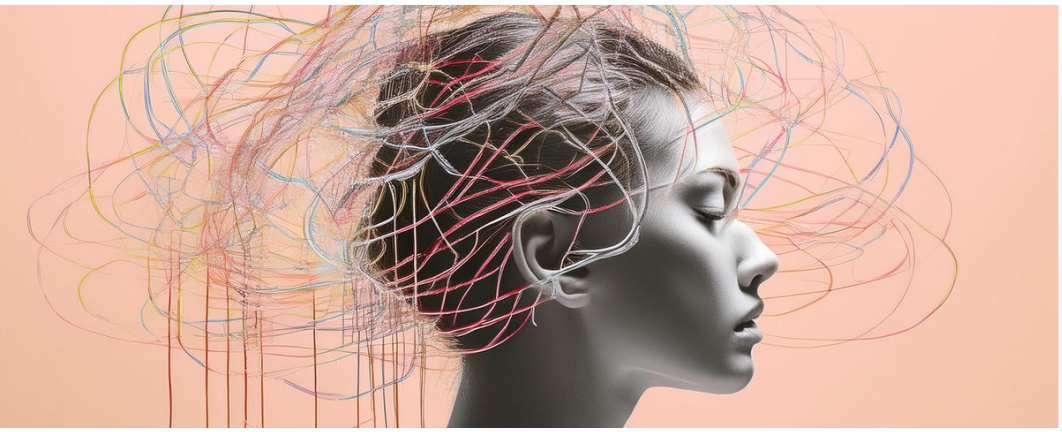

Psychotherapie

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, 05.03.2027
16:00-20:00 Uhr
Sa, 06.03.2027
09:00-18:00 Uhr
und 1 mehr

Preis

350,00 €

Schule

Paracelsus Heilpraktikerschule Augsburg
Oberbürgermeister-Dreifuß-Str. 1
86153 Augsburg
Tel. 0821-349 95 56

Seminarnummer

SSB89050327

Anmeldemöglichkeiten

- Bei jeder Akademie
- Per Fax: 0261-952 52 33
- Auf unserer Webseite

Irrtümer und Änderungen vorbehalten
Erstellt 24.11.2026

Dozentin

Katharina Steppe-Roth

Frau Steppe-Roth studierte Kunstpädagogik und gründete eine freie Kunstschule. Die tägliche Praxis lehrte sie eine immer feinere Wahrnehmung für Menschen. Als sie mit psychisch "kranken" Erwachsenen und traumatisierten Kindern arbeitete, wollte sie sich weiter qualifizieren und studierte vier Jahre berufsbegleitend analytische Kunst-Therapie. Als Kunsttherapeutin war sie in einer psychosomatischen Klinik angestellt und legte 2024 die Prüfung als Heilpraktikerin für Psychotherapie ab. Bereits seit 2016 betreut sie KlientInnen in der eigenen Praxis (HpPsy) in Augsburg. Für sie ist ein wichtiger Teil von Psychotherapie "Handeln" - geschützt, im Therapieraum. Eine der sanftesten Handlungs-Methoden, die sie anbieten kann, arbeitet mit Pinsel, Bleistift Farbe und Papier: die Kunst-Therapie.