

# Kreativität zum Aufbau und zur Stärkung des Selbstbewusstseins

## Modul 6/10 der Praxisausbildung Kunst und Kreativität

### PSYCHOLOGIE / PSYCHOTHERAPIE



Diese Selbstbewertung hat entscheidende Konsequenzen für Wohlbefinden, psychische Gesundheit und Lebensgestaltung. Angesichts der engen Verknüpfung zwischen Wohlbefinden und Selbstwertproblemen verwundert es nicht, dass eine Verbesserung des Selbstwerts zu den wichtigsten Zielen aller Menschen gehört, die Hilfe zur Selbsthilfe, ein Coaching oder eine Therapie suchen. Schon William James, Alfred Adler und

Albert Ellis haben die herausragende Bedeutung des Selbstwerts im Leben jedes Einzelnen und in Coaching und Therapie im Speziellen betont. Anfang der 2020er Jahre gelang es Fabian Chmielewski und Sven Hanningein ein Modell zu veröffentlichen, das diesen einzelnen Interventionen einen konzeptionellen Rahmen gibt.

Dieser verbindende Rahmen war eine Einladung für die Dozentin, die Kunsttherapieform „Maskenspiel“ gezielt mit Interventionen zur Stärkung des Selbstbewusstseins zu verbinden und mit den so kreierten Masken die Wunschpersönlichkeit hinter der Maske zu suchen, zu finden und zum Leben zu erwecken.

Das Wochenende eignet sich insbesondere für Menschen, die im psychotherapeutischen Kontext oder im Gesundheits-/Sozialwesen tätig sind; jedoch auch für alle anderen am Thema interessierten Personen und Berufsgruppen.

**Dozent/in M.A. Christine Wahn:** Die Dozentin ist Magistra Artium und absolvierte zusätzlich Ausbildungen zur Kreativitätstrainerin (apakt HH) und Psychologischen Beraterin (VfP). Frau Wahn ist außerdem Kursleiterin für Progressive Muskelentspannung und Meditation (fitmedi). Einen weiteren Schwerpunkt ihrer Arbeit stellt die Gesprächsführung nach Rogers (Grüne Schule) dar.

Termine:  
**Sa. 06.06.2026**  
**So. 07.06.2026**  
jew. 10:00-17:00 Uhr

Preis:  
**280,- Euro \***

**Paracelsus**  
**Gesundheitsakademie**  
**Barmbeker Str. 8**  
**22303 Hamburg**  
Tel. 040 - 691 11 91

Seminarnummer:  
**SSH20280226V5**

Anmeldemöglichkeiten:

- bei jeder Akademie
- per Fax: 0261 - 9 52 52 33
- Web: [www.paracelsus.de](http://www.paracelsus.de)
- per QR:

