

«Frühlingsperlen».

Wien ist auch für Eidgenossen ein überaus beliebtes Reiseziel; jedes Jahr kommen ungefähr 160 000 Schweizer in die österreichische Bundeshauptstadt. Bietet sie doch nicht nur architektonische Sehenswürdigkeiten wie den Stephansdom, die Karlskirche und unzählige weitere Kirchen, die Barockschlösser der Habsburgerära und die Prachtbauten an der Ringstrasse, sondern weist auch mit mehr als hundert Museen ein reichhaltiges Angebot für Kunstfreunde auf und gilt mit der Staats- und Volksoper sowie dem Musikverein und dem Konzerthaus noch immer als Weltstadt der Musik. Wien ist zudem weltweit eine der Städte mit dem höchsten Grünflächenanteil; über 500 Kilometer Wanderwege meist im Wienerwald stehen den Gästen ebenso zur Verfügung wie zahlreiche Gaststätten, Kaffeehäuser und Heurige.

Wer sich für Psychologie und Psychotherapie interessiert, dem sind sicherlich auch Sigmund Freud, Alfred Adler und Viktor Frankl ein Begriff, die entscheidend dazu beitragen,

dass Wien heute als «Weltstadt der Psychotherapie» beworben werden kann. Künstlerische Therapien unterscheiden sich von anderen Therapieformen dadurch, dass zur Klienten-Therapeuten-Beziehung ein künstlerisches Medium als Drittes hinzutritt, sei es die Musik in der Musiktherapie, der Tanz in der Tanztherapie oder die bildende Kunst in der Kunsttherapie sowie das Lesen und Schreiben in der Poesie- und Bibliothherapie. Sie werden freilich nicht nur im akutmedizinischen Bereich angewandt, sondern können auch der Förderung der Entwicklung, der sozialen und kreativen Fähigkeiten und der Selbstverwirklichung dienen.

Im kunsttherapeutischen Prozess können neue Einsichten und Zugänge zu sich selbst gewonnen werden; alles ist zulässig, nichts ist falsch. Die Kunsttherapie ist ein vertrauensvoller Ort, wo man sein Selbstvertrauen festigen und sich selber einen Schritt näherkommen kann. Und die Poesie- und Bibliothherapie ermöglicht es einem, im Schreiben sich und seine Lebensgeschichte besser zu verstehen und

im wertschätzenden Gespräch mit anderen seine sozialen Kompetenzen und seine Selbstakzeptanz zu stärken. Denken Sie schon jetzt im Winter an den Frühling und verbringen Sie eine kunsttherapeutische Woche in Wien! Von Montag, 25.4., bis Freitag, 29.4.2016 können Sie unter dem Motto «Frühlingsperlen» täglich zwischen 10 und 15 Uhr malend, zeichnend und schreibend Ihrem eigenen Prozess folgen und auf die Suche nach dem gehen, was Ihnen gut tut und Sie stärkt. Wien ist wohl am schönsten im Frühling mit seinen vielen blühenden Gärten und Parks; es wird jeden Tag nach dem kunsttherapeutischen Gestalten Zeit geben, es zu erkunden (nähere Informationen bei www.annadanzererst.at).

Dies ist mein vorläufig letzter Beitrag als freier Schreiber für die «Wandzeitung»; ich danke Ihnen für Ihr Interesse und wünsche Ihnen ein frohes Weihnachtsfest und alles Gute im neuen Jahr!

Herbert Danzer,
23.12.2015, 114. Jahrgang, Nr. 357.