

## Kursleitung

### Prof. Dr. med. Silke Heimes

Ärztin und Professorin für Journalistik an der Hochschule Darmstadt, Gründerin und Leiterin des Instituts für kreatives und therapeutisches Schreiben (IKUTS), Darmstadt

## Teilnehmerkreis

alle Berufsgruppen

## Teilnehmerzahl

15 Personen

## Termin

Freitag, 16.05.2025, 12:30 Uhr bis  
Sonntag, 18.05.2025, 13:00 Uhr

## Kursgebühr

675,00 € inkl. Unterkunft und Verpflegung  
575,00 € inkl. Verpflegung

## Anmeldung und Information

Bildungswerk Irsee  
Klosterring 4  
87660 Irsee  
Tel.: +49 (0)8341 906-608 oder -604  
Fax: +49 (0)8341 906-605  
E-Mail: [info@bildungswerk-irsee.de](mailto:info@bildungswerk-irsee.de)



## Veranstaltungsort

Kloster Irsee  
Schwäbisches Tagungs- und Bildungszentrum  
Klosterring 4  
87660 Irsee  
Tel.: +49 (0)8341 906-00

## Sie erreichen Kloster Irsee

### mit dem Auto

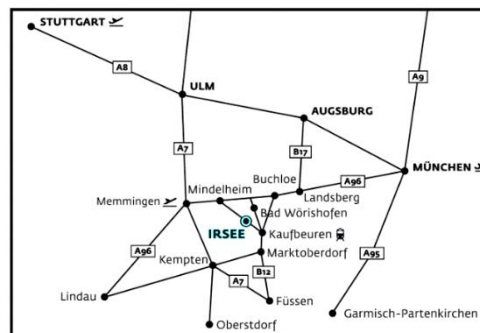
Von Norden wie von Süden über die A7 Ulm-Kempten, bei Memmingen auf die A96 Richtung München bis zur Ausfahrt Bad Wörishofen, hier Richtung Kaufbeuren.

Von München und Augsburg aus in einer Stunde über die A96. Ab Ausfahrt Jengen/Kaufbeuren weiter auf der B12 bis zur Ausfahrt Germaringen/Neugablonz/Pforzen/Irsee.

### mit der Bahn

Das von Irsee 7 km entfernte Kaufbeuren verfügt über günstige Zugverbindungen von und nach Augsburg, München und Zürich.

Zwischen Irsee und Kaufbeuren gibt es werktags eine stündliche Busverbindung (Irsee Haltestelle „Kriegerdenkmal“ / Busbahnhof „Kaufbeuren Plärrer“). Von dort können Sie umsteigen in Richtung „Bahnhof Kaufbeuren“ (siehe auch [www.vg-kirchweihthal.de](http://www.vg-kirchweihthal.de)).



Stand: 21.02.2025

**Bildungswerk Irsee**  
[www.bildungswerk-irsee.de](http://www.bildungswerk-irsee.de)

## Kreatives und therapeutisches Schreiben

Kurs 2724/25

16.05.2025 – 18.05.2025  
Kloster Irsee

## 2.7 Psychotherapie & Psychosomatik

---

### Kreatives und therapeutisches Schreiben (Kurs 2724/25)

Kreatives und therapeutisches Schreiben kann über Förderung der schöpferischen Potentiale, der Wahrnehmungs- und Erlebnisfähigkeit und der Einsicht in relevante lebensgeschichtliche Konflikte zur Heilung und Persönlichkeitsentwicklung beitragen. Es hilft, Gedanken zu ordnen und Gefühle zu klären und kann als Entdeckungsreise zu sich selbst und achtsame Annäherung an die eigene Person und die Umwelt verstanden werden. Eine durch das Schreiben veränderte Sprach- und Ausdruckskompetenz führt von einer routinierten Wahrnehmung zu einem neuen, erweiterten Blick. Schreiben ist Hilfe zur Selbsthilfe und lässt sich überall und jederzeit durchführen.

Auf der Grundlage eigener Erfahrungen eröffnet sich den Teilnehmenden die Wirkung des kreativen und therapeutischen Schreibens; sie erhalten ein breit gefächertes Repertoire an Übungen, das sie in die Lage versetzt, das kreative und therapeutische Schreiben in der Praxis anzuwenden.

#### Themen und Inhalte

- Schreibeinstiege finden und Schreibblockaden lösen
- Automatisches, assoziatives und imaginatives Schreiben (Freewriting)
- Schreiben und Achtsamkeit
- Annäherungen an das Selbst (schreibend sich selbst coachen)

### Freitag, 16.05.2025

---

- 12:30 Uhr Begrüßung im Foyer  
Dr. Stefan Raueiser  
Leiter Bildungswerk  
Mittagessen
- 14:00 Uhr Vorstellungsrunde  
Einen Anfang finden ...  
Automatisches Schreiben  
Assoziatives Schreiben  
Imaginatives Schreiben
- 15:30 Uhr Kaffeepause
- 16:00 – Sinnliches Schreiben  
17:30 Uhr Farbraumimagination
- 18:00 Uhr Abendessen

### Samstag, 17.05.2025

---

- 07:00 Uhr Frühstück
- 09:00 Uhr Märchen in der Poesietherapie  
Märchenlotterie
- 10:30 Uhr Kaffeepause
- 11:00 Uhr Nerudas Fragen  
Die Petition
- 12:30 Uhr Mittagessen
- 14:00 Uhr Wenn ich könnte, wie ich wollte ...  
Für was ich brenne  
Ankommen
- 15:30 Uhr Kaffeepause

### Fortsetzung Samstag, 17.05.2025

---

- 16:00 – Haiku  
17:30 Uhr Gedichtrezepte  
Elfchen
- 18:00 Uhr Abendessen

### Sonntag, 18.05.2025

---

- 07:00 Uhr Frühstück
- 09:00 Uhr Annäherung an des Selbst ...  
Das Selbst als Haus  
Gefühlscluster
- 10:30 Uhr Kaffeepause
- 11:00 Uhr Listengedicht  
Best possible self (Zukunftsvisionen)
- 12:30 Uhr Mittagessen

(Änderungen vorbehalten)

#### Hinweise

Für diese Veranstaltung werden Fortbildungspunkte bei der Bayerischen Landesärztekammer (BLÄK) beantragt.

Im Rahmen der Modularisierten Qualifizierung des Bildungswerks Irsee können die 16 UE des Seminars angerechnet werden für den Themenbereich „**Mit allen Sinnen**“ (siehe auch Rubrik Modularisierte Qualifizierung & Weiterbildung in unserem Jahresprogramm).



MIT ALLEN SINNEN