



## Kreatives Schreiben oder Schreibtherapie?

**Ribanna hat Folgendes geschrieben:** Ich persönlich lehne es ab, kreatives Schreiben und Therapie gleichzusetzen. Wer Therapie anbietet, sollte eine entsprechende wissenschaftliche Ausbildung haben und nachweisen können (Psychologie, Psychiatrie, med. Psychologie).

Sicher, schreiben macht glücklich und zufrieden, eine echte Therapie ersetzt es nicht!

Ich habe eine entsprechende Ausbildung. Und es wird vielerorts explizit Schreibtherapie angeboten. Und bei vielen mentalen Störungen bietet Schreibtherapie sehr wohl eine adäquate Möglichkeit, - unter Anleitung - sich selbst zu helfen. Allerdings gebe ich Ihnen in soweit recht, dass bspw. Patienten mit Schizophrenie, Wahn, Psychosen etc. nicht in schreibtherapeutische Hände gehören. Das versteht sich für Therapeuten allerdings von selbst.

Lesen Sie [hier](#) die komplette Diskussion zu diesem Text ([PDF](#)).