

# Platonische Körper



Die geometrischen Formen der Platonischen Körper werden mit beiden Händen aus Tonerde gearbeitet. Hierzu wurden spezielle Griffe entwickelt. Über den Tast- und den Gleichgewichtssinn ist die Orientierung auf ein Zentrum hin orientiert. Die insgesamt 5 Grundformen werden nach bestimmten Gesetzmäßigkeiten aus der Kugel geformt. Während des Entstehens lassen sie sich objektiv betrachten und korrigieren. Daher geben sie Strukturierung und Halt. Sie binden stark ausfließende Emotionalität und verbessern die Konzentrationsfähigkeit.

Eingesetzt werden die Übungen u.a. bei Reaktionen auf schwere Belastungen, Angsterkrankungen und Psychosen. Sie sind geeignet, um ein Überangebot an Erinnerungen und Assoziationsketten zu stoppen, Affekte zu regulieren und die Kontrolle über innere Bilder zurück zu gewinnen.

Vgl. Ellis M (2015) Im Bild Sein, Beispiele aus der Praxis anthroposophischer Kunsttherapie, in Rolff H, Gruber H (Hrsg.) Anthroposophische Kunsttherapie, Grundlagen und Aspekte, ISBN: 978-3-86893-109-9.)