

## **Weshalb Intuitives Schreiben und Malen in der Schwangerschaft?**

- \* verborgene Gefühle und Emotionen werden frei gesetzt und erhalten einen kreativen Ausdruck durch Schrift und Bild
- \* auch bewusste Gefühle und Emotionen erhalten einen Raum
- \* neue Betrachtungen werden möglich
- \* Heilung kann geschehen
- \* es birgt die Chance sich intimer, anders, wertschätzender zu betrachten
- \* Stärkung der Bindung zwischen dir und deinem Kind
- \* Botschaften des Kindes könne sichtbar werden
- \* du nimmst dir Zeit für dich
- \* Kreativität ist ein Raumöffner, wirkt entspannend und lösend
- \* du gestaltest ein sehr individuelles Schwangerschaftstagebuch, ein „lebendiges“ Erinnerungsstück