

Kunst und Therapie – ein ungleiches Paar?

Die Rolle der Kunst in der phronetischen Kunsttherapie

Kunsttherapie ist ein Wort, das bei vielen Menschen zunächst einmal Fragen aufwirft. Wie können zwei scheinbar so unterschiedliche Bereiche wie Kunst und Therapie zusammengehen? Die Kunst, die doch oft unverständlich und verstörend ist, oder weit entfernt von der alltäglichen Lebenswelt und die Therapie, die doch gerade darauf abzielt aus Verstörungen herauszuhelfen, Halt zu geben und das eigene Leben wieder zu meistern oder auszuweiten.

Um die Frage zu beantworten, wie Kunst und Therapie für den Menschen fruchtbar zusammenkommen, muss ich zurückgehen zu den Grundlagen unserer Menschwerdung, wie auch den Grundlagen der Kunst.

Kunst erscheint heute oft elitär.

Doch das war nicht immer so.

Kunst und Gesellschaft waren früher nicht so getrennt wie heute. Man geht heute sicher davon aus, dass die Inhalte und Bedeutungen der entstandenen Gestaltungen allen Mitgliedern der Gemeinschaft bekannt war.

Menschen drücken sich schon lange durch Kunst aus.

Daniela Hammer –Tugendhat spricht von Funden, die aus der Zeit von 50 000 bis 40 000 Jahren vor Chr. Stammen. (Aspekte der Geschichte der Kunst, 1. Vorlesung, veröffentlicht 07.01.2013)

Die Kunst, die Gestaltungen, die Bilder sind also eng mit der Menschwerdung verknüpft und gehören zu unserem ursprünglichen Sprachrepertoire.

Es ist die Sprache, die uns zutiefst zu eigen ist und die nicht nur in unserer biografischen Entwicklung, sondern auch in unserer geschichtlichen dem Erwerb der Lautsprache vorausgeht. Die Seele äußert sich in Bildern. Bild und Gestaltung sind der Ur-Sprung des Lebens selber. Und wo diese inneren Bilder verloren gehen oder versiegen entsteht ein Gefühl der Leere. Der Zugang zur eigenen Tiefe, zu sich selbst ist versperrt. Andererseits können sie aber auch eine so große Intensität entwickeln, dass sie den Menschen erschrecken, weil sie sich verselbstständigen, ihn überfluten, seine Wahrnehmung verändern und beschneiden. KunsttherapeutInnen verstehen und sprechen diese tief in uns verankerte Sprache, die nichts von ihrer ursprünglichen Kraft verloren hat, in all ihren Qualitäten.

Nehmen wir als Beispiel einen Handabdruck:

Schon in den Höhlenmalereien tauchen sie auf und so wie damals sind sie auch heute eine elementare Form der menschlichen Präsenz. Immer wieder begegnen wir in kunsttherapeutischen Settings diesem Ausdruck. Es ist kein zufälliger Abdruck schmutziger Hände.

Es ist das fassbare, sichtbare Ergebnis eines schöpferischen Prozesses des Gestalters/der Gestalterin und gewinnt so seine psychische Bedeutung weit über das traditionelle Verständnis von Malerei hinaus.

„Surrender of Touch“ ist ein Ausdruck der gebraucht wird, um das Selbstbewusstsein des Künstlers während des Gestaltungsaktes zu beschreiben. Der Akt selber schafft, indem er immer sicherer wird Selbstbewusstsein. Der Künstler vertieft also im künstlerischen Prozess seine Wahrnehmung, auch die Wahrnehmung der eigenen Person. Er lernt seine eigenen Bedingungen kennen und erweitert und vertieft seine Gestaltungsmöglichkeiten. Dieselbe Erfahrung macht der Klient/die Klientin im kunsttherapeutischen Setting, wenn er/sie gestaltet. Dieser Prozess ist kein „Probehandeln“, sondern eine konkrete Auseinandersetzung mit dem, was entgegenkommt, den Stärken und Schwächen, den angenehmen und unangenehmen Gefühlen, sowie der Hilflosigkeit und deren Überwindung. Dieser Prozess ist unter Umständen eine zu große Herausforderung um ihn alleine bewältigen zu können.

Deshalb begleitet der Kunsttherapeut/die Kunsttherapeutin ihn/sie in diesem Prozess dem er sich stellen muss, um ein Stück freier zu werden durch alle Höhen und Tiefen. Er nimmt dem Klienten/der Klientin nichts ab, doch er stellt ihm die passenden Mittel und die passende Unterstützung zur Verfügung um eine stimmigere Gestaltung möglich werden zu lassen. Diese Erfahrung kann der Klient/die Klientin unmittelbar in seiner Lebensgestaltung umsetzen. Dafür bieten sich die vielfältigen Ausdrucksmittel der bildenden Kunst wie z.B. Malerei, Zeichnung, Skulptur, Performance, Installation und Video an, denen bei aller Unterschiedlichkeit eins gemeinsam ist: Das Ergebnis können KlientIn und KunsttherapeutIn gemeinsam anschauen, ihm begegnen. Der Ausdruck, der gefunden wurde wirkt zurück, der Mensch begegnet Aspekten und Möglichkeiten seiner selbst.

Als praktisches Beispiel möchte ich hier eine speziell phronetisch-kunsttherapeutische Methode anführen: die von mir entwickelte Primäre Prozessarbeit. Dem Klienten stehen eine Kugel unschamottierter Ton, ein rundes Porzellangefäß mit temperiertem Wasser und eine Arbeitsplatte mit den Maßen 90 x 120 zur Verfügung.

Der Klient wird aufgefordert, die Augen zu schließen und sich nicht vom Denken oder seinen Vorstellungen, sondern von seinen inneren Bildern leiten zu lassen, seiner inneren Bewegung. und dieser Gestalt zu geben. Einerseits erleichtert ihm die haptische und damit leibliche Erfahrung diesen Prozess, andererseits bedeutet sie eine konkrete Auseinandersetzung mit dem Stoff. Der Therapeut/die Therapeutin ist geschult, die Qualitäten der Bewegung, des Widerstandes, des Ausdrucks

und seiner Dynamik wahrzunehmen und durch gezielte verbale Interventionen den Klienten/die Klientin zu unterstützen.

Dabei focussiert der Kunsttherapeut/die Kunsttherapeutin nicht auf die Verhinderungen und Verstellungen, sondern auf die noch nicht oder nicht mehr zur Verfügung stehenden förderlichen Kräfte, Impulse und Wünsche des Klienten/der Klientin.

Der Klient gestaltet und wird gleichzeitig auch von seinen eigenen Gestaltungen beeinflusst. Wenn ich Material berühre werde ich auch selbst berührt. Genauso ist es wenn ich einen Strich ziehe, dann wirkt der Strich auch auf mich zurück. Ausdruck und Eindruck bedingen sich wie ein unbewusster Dialog. Wenn dieser Dialog ein vorläufiges Ende gefunden hat in Form einer Endgestaltung öffnet der Klient/die Klientin die Augen und begegnet damit seinem aus der Tiefe heraus geformten Bild (auch dreidimensionale Formen sind im weiteren Sinne Bilder)

Der Kunsttherapeut/die Kunsttherapeutin hilft dabei , das was geschehen ist und sich gezeigt hat ans Bewusstsein des Klienten/der Klientin anzubinden und die gemachten Erfahrungen auf den Alltag zu transferieren. Denn das wunderbare an der Kunsttherapie ist ja, dass wann immer eine Gestaltung möglich war und sei sie noch so zaghaft oder „klein“ gewesen: Sie ist ein sichtbares Zeichen von Handlungsfähigkeit, selbst wenn der Klient/die Klientin es selber noch nicht glauben kann. So kann ein Thema auch über mehrere Sitzungen begleitet und bearbeitet werden, bis der Klient/die Klientin so gestärkt und gefestigt ist, dass der lebensförderliche Umgang mit dem zugrunde liegenden Thema nun mehr ohne Unterstützung gelebt werden kann.



Auch bei den malerischen Gestaltungen liegt das Augenmerk des Kunsttherapeuten/der Kunsttherapeutin nicht schwerpunktmäßig auf dem WAS, sondern dem WIE des Entstehens und der Wirkung.
WIE ist dieser Handabdruck oder WIE sind die Handabdrücke entstanden?
Über welche Grenze musste ich gehen um ihn zu wagen oder welche Freude hat es mir bereitet dies zu tun? Es deutlich zu verstehen geben: Ich bin da! Es gibt mich! Es gibt mich so wie ich bin!

Ein Handabdruck zeigt direkt und unübersehbar die Einzigartigkeit der Person.

Die Gestaltung ist also einerseits Repräsentanz einer bestimmten Qualität. Zusätzlich kann sie aber auch eine symbolhafte Bedeutung haben, sie kann z.B. für das Gefühl stehen: Ich kann mein Leben oder eine Situation „händeln“.

Diese Bilder zuzulassen und zu zeigen erfordert Vertrauen und Mut. Dazu braucht es einen geschützten Raum. Diesen Raum stellt der Kunsttherapeut zur Verfügung und hält ihn bis zum Ende der Sitzung und darüber hinaus.

Auch hier zeigt sich eine Parallele zu den frühen Äußerungen der Menschheit:

Schon damals schaffte der künstlerische Ausdruck ganz besondere Räume, wie die Höhlenmalereien eindrücklich beweisen. Sie wurden mit Bedacht und Achtsamkeit betreten.

So hat für mich auch der kunsttherapeutische Raum diese Qualität.

Auch Projekte im öffentlichen Raum (z.B. in der Arbeit mit Jugendlichen) sind sinnvoll und förderlich und bedürfen, obwohl öffentlich, derselben Qualität.

Sie sind kein Event – sie sind Ausdruck der Auseinandersetzung der Beteiligten mit ihrer Umwelt.

Dieser indirekte Möglichkeitsraum fördert Kreativität und Innovation, begrüßt die Unterschiedlichkeit jedes Einzelnen und arbeitet wie die Kunst selber mit den inneren Spannungsverhältnissen, die sie nicht leugnet sondern die instabile Phase, die sie erzeugen begrüßt und zum Prozessmusterwechsel hin begleitet.

Die künstlerische Arbeit ermöglicht es den Menschen, starre Erfahrungs-, Erlebens- und Verhaltensmuster zu verändern.

.....

Kunsttherapeutische Arbeitsfelder:

Damit ist die Kunsttherapie in allen Bereichen sinnvoll, in denen Menschen mit Einschränkungen zu kämpfen haben oder einen Mangel oder Enge empfinden. Es gibt also viele Bereiche, in denen sie Anwendung findet.

Kunsttherapeuten arbeiten z.B. in folgenden Arbeitsfeldern:

- Lebens- und Sozialberatung
- Erwachsenenbildung
- Teamentwicklung
- Kreativcoaching und Consulting
- Sozialarbeit und Sozialpädagogik
- Gesundheitsbildung und Rehabilitation
- Psychosomatik, Persönlichkeitsentwicklung
- Psychiatrie
- Forensik
- Geriatrie
- Entwicklungsförderung
- Palliativbegleitung

„Kunst im Raum von Therapie will im sozialen Feld, wo notwendig, d.h. da, wo Not zu wenden ist, Lebensverhältnisse abbilden, um sie dem alltäglichen Gestus wieder verfügbar zu machen. Um sie überschaubar, gestaltbar werden zu lassen, so dass sie nicht mehr krankmachend sind. Das zu leisten, das zu initiieren, dazu kann Kunst, ... , Vorzügliches beitragen.“ (Karl-Heinz Menzen in : Grundlagen der Kunsttherapie, München 2004)

Sie sind tätig in der Arbeit mit:

- Kindern und Jugendlichen
- Erwachsenen
- Alten Menschen
- Behinderten Menschen
- Abhängigen Menschen
- Traumatisierten Menschen
- Menschen in Krisensituationen