

Selbst-Bilder

Der Individuationsprozess in der Kunsttherapie

Alexandra Glück



Alexandra Glück

Selbst-Bilder. Der Individuationsprozess in der Kunsttherapie

Umschlagabbildung: photocase.com © Thomas K.

Umschlaggestaltung: Norman Rinkenberger | Tectum Verlag

© Tectum Verlag Marburg, 2011

ISBN 978-3-8288-5375-1

(Dieser Titel ist als gedrucktes Buch unter der
ISBN 978-3-8288-2692-2 im Tectum Verlag erschienen.)

Besuchen Sie uns im Internet

www.tectum-verlag.de

Bibliografische Informationen der Deutschen Nationalbibliothek

Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation in der Deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische Angaben sind im Internet über <http://dnb.ddb.de> abrufbar.

INHALT

Einleitung	7
TEIL 1	
DIE BEDEUTUNG DES INDIVIDUATIONSPROZESSES	11
1. Das Entwicklungsprinzip im Menschenbild C. G. Jungs	13
2. Allgemeine Charakterisierung der Individuation	19
3. Die Phasen des Individuationsprozesses	23
3.1. Die erste Lebenshälfte: Vom Selbst zum Ich	25
3.1.1. Das Selbst	28
3.1.2. Das Ich: Ablösung aus der Einheit	31
3.1.3. Persona und Schatten	35
3.1.4. Die Ablösung von der Großen Mutter und dem Großen Vater	38
3.1.5. Anima und Animus	42
3.2. Die zweite Lebenshälfte: Vom Ich zum Selbst	46
3.2.1. Der Alte Weise und die Alte Weise	47
3.2.2. Das Selbst	50
3.3. Das Ziel der Individuation	52
3.4. Zusammenfassung und Ergänzungen	54
TEIL 2	
DIE INDIVIDUATION UND IHRE BEDEUTUNG FÜR DIE KUNSTTHERAPIE	57
4. Der Individuationsprozess im Kontext der Kunsttherapie	59
4.1. Die therapeutische Arbeit mit den Archetypen	61
4.1.1. Das Bewusstmachen von unbewussten archetypischen Anteilen	62
4.1.2. Anregung durch archetypische Motive in der Therapie	65

4.2. Die Kunsttherapie als gestaltende Arbeit mit dem Material aus dem Unbewussten	68
4.2.1. Der schöpferische Dialog mit dem Unbewussten	71
4.2.2. Der blockierte oder krankmachende Dialog mit dem Unbewussten und die Möglichkeiten der Kunsttherapie	73
4.2.3. Die Wichtigkeit der Besprechung des gestalteten Materials	78
4.3. Kunsttherapeutische Methoden zur Förderung des Individuationsprozesses	79
4.3.1. Das Geführte Zeichnen	80
4.3.2. Die Märchenarbeit	83
4.3.3. Die Imagination	87
5. Der kunsttherapeutische Verlauf von Frau Lutz	91
5.1. Diagnose, Therapieziel und kunsttherapeutisches Vorgehen	92
5.2. Die Prozessdarstellung und der Versuch einer Deutung	93
5.3. Prozessbetrachtung und Zusammenfassung	101
6. Schlussbetrachtung	103
Abbildungsverzeichnis	107
Literaturverzeichnis	109

Einleitung

In den zurückliegenden Jahren meines Kunsttherapiestudiums begegnete mir immer wieder der Begriff der Individuation. Woher kommt dieser Begriff und was ist damit gemeint? Ich machte mich auf den Weg diese Fragen zu klären.

Während meines Praxissemesters in einem Fachkrankenhaus für Psychiatrie und Neurologie konnte ich beobachten, dass viele Bilder wie eine folgerichtige Erzählung wirken. Sie zeigen eine Entwicklungsspur auf. Es scheint, als ob die Bilder den archetypischen Mustern der Persönlichkeitsreifung folgten. C. G. Jung beschreibt diese Entwicklung als Individuationsweg. Er entdeckte, dass jedem Mensch eine Tendenz zur Entwicklung und Reifung innewohnt. Genau diese Tendenz konnte ich in vielen Bildern wahrnehmen. Ich hatte den Eindruck, dass sich in den entstandenen Bildern ein innerer Prozess abbildet, in dem sich die Individuation spiegelt. Zusammengefasst lässt sich vermuten, dass die in den Bildern enthaltenen Symbole die verschiedenen Entwicklungsschritte des Individuationsweges kennzeichnen. In mir stiegen neue Fragen auf.

Welche Rolle spielt die Individuation im Kontext der Kunsttherapie? Wie lässt sich das Wissen über die Individuation in das kunsttherapeutische Arbeiten integrieren?

Lassen sich die Bilder den verschiedenen Phasen des Individuationsprozesses zuordnen? Lässt sich der natürliche Individuationsprozess durch die Kunsttherapie fördern?

Auf der Suche nach Antworten ergab sich das Thema der hier vorliegenden Arbeit. Es ist mein Ziel, die Bedeutung des Individuationsprozesses herauszuarbeiten und einen Bezug zur Kunsttherapie herzustellen.

Die umfassende Literatur machte es mir nicht leicht einen strukturierten Einstieg zu finden. Ich habe mich entschieden, meine Arbeit in zwei Teile zu gliedern. Der 1. TEIL beinhaltet die elementaren Grundlagen, die für die theoretische Darstellung des Individuationsprozesses wichtig sind und bildet somit die Basis für meine Diplomarbeit.

Nach einer kurzen Einführung in das Entwicklungsprinzip im Menschenbild von C. G. Jung werde ich die Phasen des Individuationsprozesses anführen. C. G. Jung teilt den Individuationsprozess in die erste und zweite Lebenshälfte ein. Zu Beginn werde ich die Inhalte der ersten Lebenshälfte aufzeigen. Es findet eine Entwicklung vom Selbst zum Ich statt. Im Anschluss folgt ein Bezug zur zweiten Lebenshälfte. Sie beinhaltet den Weg vom Ich zum Selbst. Mit diesem 1. TEIL soll eine Art „Leitfaden“ geschaffen werden, der eine Orientierung über die verschiedenen Entwicklungsstadien bietet.

In meiner Auseinandersetzung stütze ich mich vorrangig auf Literatur von und über C. G. Jung, da das Konzept der Individuation auf ihn zurückgeht. Das Ausgeführte wird ergänzt durch die Anschauungen von Erich Neumann, der ein Schüler Jungs war und sein Werk weiterführte. Er stellte fest, dass sich in den Mythen archetypische Entwicklungsstadien des Bewusstseins nachweisen lassen. Auch ich versuche, immer wieder auf die mythologischen Erklärungen in Bezug zum Individuationsprozess zurückzugreifen. Die im Mythos enthaltenen Probleme sind die Selben, die auch Menschen der heutigen Zeit beschäftigen und die uns in der kunsttherapeutischen Praxis begegnen werden.

In TEIL 2 möchte ich einen Weg aufzeigen, wie die theoretischen Erkenntnisse, die praktische Arbeit der Kunsttherapie gewinnbringend ergänzen können. Es ist mir ein Anliegen, den Individuationsprozess im Kontext der Kunsttherapie zu beleuchten.

Hierbei erscheint es mir wichtig, auf die therapeutische Arbeit mit den Archetypen sowie die Wichtigkeit der Besprechung des gestalteten Materials einzugehen. Des Weiteren wird es um den schöpferischen sowie den blockierten Dialog mit dem Unbewussten gehen. Auch möchte ich auf verschiedene kunsttherapeutische Methoden zu sprechen kommen, die zur Förderung des Individuationsprozesses beitragen können.

Das letzte Kapitel beinhaltet die skizzenhafte Darstellung eines Kunsttherapieverlaufs. Ich werde hierbei den Versuch unternehmen, die entstandenen Werke, anhand des bisher aufgezeigten „Leitfadens“, mit den Phasen des Individuationsprozesses in Verbindung zu setzen. Ich möchte betonen, dass es sich hier nicht um unverrückbare Wahrheiten handelt, sondern um eine von vielen Möglichkeiten um Rückschlüsse zu ziehen.

In diesem letzten Teil sind es vor allem die Schriften von Verena Kast, Ingrid Riedel und Jolande Jacobi, die mir von großer Wichtigkeit erscheinen. Abbildungen und Patientenbilder werden durchgängig in den Text eingestreut, um dem Leser den theoretischen Inhalt zu verdeutlichen.

Das Werk C. G. Jungs, das das Wissen um den Individuationsprozess beinhaltet, hat in den letzten Jahren unterschiedliche Reaktionen ausgelöst. Die einen stimmen ihm vorbehaltlos zu, die anderen reagieren mit Ablehnung. Auch heute noch scheiden sich die Geister an der Analytischen Psychologie. Dies ist für mich ein Hinweis, dass das Gedanken- gut Jungs auch im aktuellen Kontext zu einer lebendigen Auseinander- setzung einladen kann.

Mit der folgenden Arbeit möchte ich das Interesse des Lesers am Indi- viduationsprozess wecken und eine Nutzbarkeit für die Kunsttherapie aufzeigen.

TEIL 1:

DIE BEDEUTUNG DES INDIVIDUATIONSPROZESSES

„Individuation bedeutet: zum Einzelwesen werden, und, insofern wir unter Individuation unsere innerste, letzte und unvergleichbare Einzigartigkeit verstehen, zum eigenen Selbst werden. Man könnte <Individuation> darum auch als <Verselbstung> oder als <Selbstverwirklichung> übersetzen.“
(JUNG 1964 S. 191)

1. Das Entwicklungsprinzip im Menschenbild C. G. Jungs

„Im Weltbild der Jungschen Psychologie gilt, dass das, was außen ist, auch innen, was innen, auch außen ist.“ (KAST 1998b S. 20).

In diesem ersten Punkt möchte ich einige grundlegenden Gedanken ansprechen, die das Prinzip der Entwicklung im Menschenbild C. G. Jungs erklären.

Das Konzept Jungs bezieht sich auf eine natürliche Entwicklungstendenz, die in jedem Lebewesen vorhanden ist und zu einer lebenslangen persönlichen Entwicklung führt. Somit besitzt jeder Mensch die Fähigkeit zu wachsen und sich zu entwickeln. Nach Jung werden viele Probleme gelöst, indem diese Entwicklungstendenz angeregt wird. So ist der Mensch fähig, seine Probleme zu „überwachsen“, da er sie aus einer anderen Perspektive betrachtet. Dieser Prozess wird von Jung als Individuationsprozess beschrieben (KAST 2003 S. 118). Die Psychologie Jungs ist von einem Menschenbild geprägt, das den Menschen in einem umfassenden Sinnzusammenhang sieht. Der Mensch steht in schöpferischer Wandlung und erlebt die fehlende Wandlung als bedrückend (KAST 1990 S. 9).

Dem Gedankengut Jungs folgend, erklärt JACOBI (2006), dass der kranke oder sinnentleerte Mensch seine Probleme als groß und unlösbar ansieht. Genau dies muss er tun, da dies die notwendige Polarität ausdrückt, welche jedem selbstregulierenden System zugrunde liegt. Diese Probleme können nicht gelöst, sondern nur „überwachsen“ werden. Jung bezeichnet dieses „überwachsen“ als eine Niveau-Erhöhung des Bewusstseins. Irgendein weiteres Interesse kommt hinzu, der Horizont der Person erweitert sich und das unlösbare Problem verliert die Dringlichkeit. Das Problem verblasst gegenüber einer neuen Lebensrichtung, ohne logisch gelöst zu werden (S. 134).

Das Menschenbild Jungs und sein Therapiekonzept lässt sich mit dem Bild eines Baumes vergleichen, der einen Wachstumsprozess durchläuft. Bei Wachstumsstörungen wäre der Weg zur Heilung ein Weg des Stützens und Stärkens der Wachstumskräfte. Beim Menschen geht es um das Ausprägen der ureigenen Gestalt. Jung nennt diesen Vorgang

den Individuationsprozess. Es ist also wichtig herauszufinden, auf welche Gestalt jedes Individuum angelegt ist (RIEDEL & HENZLER 2004 S. 15).

Das therapeutische Vorgehen ist bei Jung von einem prospektiv-finalen Ansatz geprägt. Hiermit meint er den „Blick nach vorne“ in eine sinngebende und zielführende Richtung (ROTH 2003 S. 194).

Dem Entwicklungsgedanken Jungs liegt die Idee zugrunde, sich auf die Ressourcen des Menschen zu beziehen. Diese liegen vor allem in der schöpferischen Fantasie, der Imagination und der Kreativität (KAST 2003 S. 120). Die Entwicklung des Schöpferischen und damit der Selbstwirksamkeit wird von KAST (2004) als ein Kernanliegen der Jungschen Therapie bezeichnet (S. 7). Jung sieht das Schöpferische als ein wichtiges Entwicklungsprinzip. Er bezeichnet das Unbewusste als Quelle des Schöpferischen und somit als zentrale Kraft, die den Mensch zur Entfaltung anregt. Jung empfindet es als äußerst wichtig, der Kreativität und den schöpferischen Impulsen aus dem Unbewussten Ausdruck zu verleihen. Die Entfaltung der schöpferischen Impulse führt zu Wandlung und trägt somit zu Heilung und Ganzwerdung bei (MÜLLER 2003 S. 374). Durch die schöpferische Veränderung gelangt die Psyche aus einem Ungleichgewicht ins Gleichgewicht und kann sich den Anforderungen der Außen- und Innenwelt anpassen.

Indem Menschen die Bilder ihres Unbewussten gestalten, setzen sie Kräfte der Selbstgestaltung frei. Dies fördert den Individuationsprozess, der letztlich ein natürlicher Prozess ist (RIEDEL u.a. 2004 S. 21). Das Wissen um die Selbstregulierung gehört zur Grundidee der Analytischen Psychologie. Der Individuationsprozess wurde von Jung als Methode und Weg zur Erweiterung der Persönlichkeit herausgearbeitet. Er besteht in einer schrittweisen Annäherung an die Inhalte und Funktionen der psychischen Gesamtheit. Der Weg der Individuation ist ein Weg der Selbsterkenntnis und der Selbstregulierung. Vor allem in der klinischen Praxis gibt die Krankheit den Anlass diesen Weg zu gehen. Genauso gut kann aber die Sehnsucht, einen Sinn im Leben zu finden, diesen Anlass geben. Es besteht die Möglichkeit, die schöpferischen Kräfte des Unbewussten zu aktivieren und ihrer bewussten Einbeziehung in das Ganze der Psyche zu begegnen (JACOBI 2006 S. 132f.). Der schöpferische Prozess ereignet sich im Dialog zwischen dem Bewusstsein und dem Unbewussten. Zum Unbewussten zählen die archetypische Struktur sowie die Komplexe (KAST 2003 S. 124). Ein schöpferischer Lebens-