

Trüg ■ Kersten

3. Auflage



Praxis der Kunsttherapie

Arbeitsmaterialien und Techniken

 **Schattauer**

**Erich Trüg
Marianne Kersten**

Praxis der Kunsttherapie

3. Auflage

This page intentionally left blank

**Erich Trüg
Marianne Kersten**

Praxis der Kunsttherapie

Arbeitsmaterialien und Techniken

3., überarbeitete und
erweiterte Auflage

Mit 6 vierfarbigen Abbildungen

 **Schattauer**

Das Werk einschließlich aller seiner Teile ist urheberrechtlich geschützt. Jede Verwertung ist ohne Zustimmung des Verlags unzulässig. Das gilt insbesondere für Vervielfältigung, Übersetzungen, Mikroverfilmungen und die Speicherung in elektronischen Systemen.

Bibliografische Information der Deutschen Nationalbibliothek

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

Schattauer

www.schattauer.de

© 2002, 2005, 2013 by J.G. Cotta,sche Buchhandlung Nachfolger GmbH,

gegr. 1659, Stuttgart

Alle Rechte vorbehalten

Satz: Fotosatz Buck, Zweikirchener Str. 7, 84036 Kumhausen/Hachelstuhl

Datenkonvertierung: Kösel Media GmbH, Krugzell

Printausgabe: ISBN 978-3-608-42924-4

PDF-E-Book: ISBN 978-3-608-26754-9

Dieses E-Book basiert auf der aktuellen Auflage der Printausgabe.

Lektorat: Dr. rer. nat. Christina Hardt

■ **J. W. Goethe**

„Durch die Farbe werden die in die Dunkelheit gefallen Dinge wieder erlöst.“

■ **Otto Wolff**

„Der Umgang mit Farben beim Malen wirkt heilend auf die grau gewordenen, versiegenden oder verzerrten Empfindungen zurück ...“

Vorwort zur dritten Auflage

Wie schon zur zweiten Auflage, haben wir auch diesmal das Buch durch Überarbeitungen und Ergänzungen erweitert.

Im Einführungsteil wurden insbesondere die durch Klaus Grawe zwischenzeitlich veröffentlichten neueren Forschungsbefunde zur Psychotherapieforschung und Wirksamkeit der Psychotherapie eingearbeitet. Unseres Erachtens ist es für das Fach der Kunsttherapie und der künstlerischen Therapieformen unerlässlich, die auf dem Gebiet der allgemeinen Psychotherapieforschung gewonnenen Erkenntnisse zu rezipieren. Es genügt jedenfalls u. E. nicht, sich lediglich auf künstlerische Aspekte zu beziehen.

Im Praxisteil haben wir neue Aufgabenstellungen aufgenommen und das Literaturverzeichnis erweitert.

Wir freuen uns über die weiterhin stetige Nachfrage zu diesem Buch und danken Frau Dr. Christina Hardt für das Lektorat zur dritten, erweiterten Auflage.

Hamburg, im Sommer 2012

Erich Trüg
Marianne Kersten

Die kunsttherapeutische Wirklichkeit in Deutschland ist unter anderem davon geprägt, dass Kunsttherapeuten gegenüber den etablierten Therapieschulen psychoanalytischer und verhaltenstherapeutischer Richtung immer noch um die den jeweiligen kunsttherapeutischen Methoden zustehende Anerkennung kämpfen müssen.

Derzeit bekommt diese Anerkennungsfrage vor dem Hintergrund der Einführung des neuen Abrechnungssystems DRG (Diagnosis Related Groups) in den Kliniken ein besonders aktuelles Gewicht. Demnach sind alle kunsttherapeutisch Tätigen im klinisch-rehabilitativen Arbeitsbereich aufgefordert, ihre Leistungen genau zu dokumentieren, d.h. Diagnosen zu benennen und entsprechende Maßnahmen zu beschreiben, sodass beides in die Entgeltermittlung eingebracht werden kann.

Dies wird jedoch nur ein kleiner Baustein auf dem Weg zur Anerkennung sein. Ein viel entscheidenderes Gewicht kommt einer wissenschaftlich begründeten empirischen Evaluation kunsttherapeutischer Interventionen, ihrer Wirkung und Wirksamkeit zu. Nur über einen Wirksamkeitsnachweis wird die Kunsttherapie aus ihrer Rolle als Hilfsprofession herauskommen und kann bei dem gegenwärtig vorherrschenden Primat der empirischen Wissenschaft in der BRD eine Beweisführung mit Überzeugungskraft geführt werden.

Eine grundlegende Voraussetzung hierfür ist eine genaue Beschreibung der Ziele, Methoden, Techniken und Prozeduren kunsttherapeutischer Vorgehensweisen. Sie sind ihrem Leitbild zufolge einer ganzheitlichen Auffassung vom Menschen verpflichtet. Sie dienen nicht nur der Ressourcenaktivierung, Linderung und Heilung von Krankheit, sondern auch der Identitätsbildung und Identitätsförderung und haben deshalb einen unverrückbaren Platz nicht nur im klinisch-rehabilitativen Bereich, sondern auch im gesamten Bereich der Gesundheitsförderung und der Förderung von Lebensqualität. Damit kommt den künstlerischen Therapien insbesondere auch eine präventive Funktion zu, ganz im Sinne einer Orientierung von der Pathogenese hin zur Salutogenese (Gesundheitslehre).

Wir möchten mit dieser Veröffentlichung dazu anregen, alle zur Anwendung kommenden kunsttherapeutischen Interventionsmethoden genau und systematisch zu dokumentieren, insbesondere unter Einbezug des jeweiligen Kontextes (biopsychosoziale und ökologische Variablen). Ebenfalls wichtig ist die Beschreibung des jeweiligen theorieleitenden Hintergrundes.

Wir haben in diesem Buch bewusst darauf verzichtet, theorieleitende Bezüge im Allgemeinen und Einzelnen darzustellen, weil diese Veröffentlichung nicht als Lehrbuch konzipiert ist, sondern als ein anwendungsbezogenes Handbuch für die

Vorwort zur ersten Auflage

kunsttherapeutische Praxis, auch wenn wir hier nur ein sehr begrenztes Spektrum aus dem Katalog der künstlerischen Therapieformen abbilden können.

Zum Schluss bedanken wir uns bei den vielen Auszubildenden in den kunsttherapeutischen Seminaren und den Supervisionssitzungen zur kunsttherapeutischen Praxis, die uns wertvolle Erfahrungen vermittelt haben. Dank gebührt auch Frau Gisela Katscher vom Lektorat Medizin und dem Schattauer Verlag für die Bearbeitung und Veröffentlichung dieses Buches.

Hamburg, im Herbst 2001

Erich Trüg
Marianne Kersten

Einführung	1
Bilder	15
Das Namensbild	17
Von innen nach außen	18
Lebenspanorama	19
Kinderfotos	21
Säulen der Identität	22
Meine Prioritäten	23
Körperbild »body-chart«	24
Ich-Funktionsdiagramm	25
Relationale Körperbilder	27
Selbstbilder – Ich Selbst – mein Selbst	28
Spuren meiner Weiblichkeit / Männlichkeit	29
Innenwelt und Außenwelt	30
Selbstaktualisierung	31
Selbstporträt	32
Familienwappen	34
Spuren	35
Mein Leben in 10 Jahren	36
Ich – Du – Wir	37
Kindheits-, Erwachsenen- und Eltern-Ich	38
Mein Land und seine Grenzen	40
Psychogeografische Landkarte	41
Bereiche des Weltbezuges	42
Ressourcenfarbe	43
Innere und äußere Ressourcen	44
Das Ressourcenfeld	45
Engel und andere Schutzgeister	46
Mein ruhender Pol	47
Der Rhythmus der Natur	48
Das Rahmenbild	49

Gefühle in meinem Bauch	50
Mein Gefühlshaushalt	51
Das Gefühlshaus	53
Problemsituationen und Kompetenzsituationen	54
Das Beschwerde-Bild	55
Imagination, Fantasiereisen	56
Trauminsel	58
Traumbilder	59
Himmel und Erde	60
Wozu lebe ich auf diesem Planeten?	61
Drei Bäume	62
Symbolmalen nach Standardmotiven im katathymen Bilderleben ..	63
Messpainting	64
Farbinteraktion in der Gruppe	66
Spuren hinterlassen	68
Das Leben geht weiter	69
Dialogisches Zeichnen / Kontaktmalen	71
Therapeutisches Triptychon	72
Das Haus, in dem ich mit dir leben möchte	73
Zeichnerische Bewegungsübung	74
Geführtes Zeichnen	75
Kritzelnbilder	77
Mandala	78
Freiräume schaffen	79
Fortsetzungsbilder	80
Postkartenumgestaltung	81
Rezeption von Kunstwerken	82
Textilbild (Arbeiten mit Textilien)	83
Blind gestaltetes Materialbild	84
Beispiele therapeutischer Arbeiten	86
Plastiken	89
Ton werfen	91
Tongestalten	92
Projektive Familienskulptur	94
Gedenktafel	95

Skulpturen	99
Arbeit mit Stein	101
Objekte	103
Gemeinschafts-, Gruppenkunstobjekt	105
Meine Landschaft	106
Verzweigungen	107
Arbeit mit Symbolen	109
Mein Herz	110
Schutzschild	111
Masken	112
Auferstanden aus dem Müll	113
Inszenierungen	115
Spiel mit Masken	117
Schminkmasken	119
Meine äußere Hülle	120
Der Mensch im Fadenkreuz	122
Das Gruppennetz	124
Das Nestspiel	125
Stoffgestalten	126
Symbol meiner Weiblichkeit / Männlichkeit	127
Texte	131
Mein Leben als Theaterstück	133
Freudebiografie	134
Therapeutisches Vademecum	135
Ich im Text	136
Wie ich mit mir selbst spreche	137
Umgestaltung von Märchen	138
Naturmaterialien verdichten	139
Die vier Elemente: Feuer, Wasser, Erde, Luft	140
Rezeptive Arbeit mit Tarotkarten, Kunstpostkarten usw.	141

Arbeitshilfen	143
Gesichtspunkte / Leitfaden zur Besprechung der Exponate	145
Anmerkung zum Einsatz von Medien	147
Beobachtungskriterien zur Gestaltung	148
Die »Säulen der Identität« (H. Petzold)	150
Schritte der Körperzentrierung zur Arbeit mit Ton	150
Zur Durchführung von Fantasiereisen	151
Fantasiereise durch den Körper	151
Instruktionen zur Aufgabe »Gefühle in meinem Bauch«	153
Entspannung / Imagination zu »Innere und äußere Ressourcen« (teilgelenkte, themenzentrierte Imagination)	153
Entspannung / Imagination zu »Innerer Beistand«	154
Mantra-Visualisation	155
Imagination zum Thema »Trauminsel«	156
Imagination (Einstimmung) zum Thema »drei Bäume«	157
Imagination zum Thema »Spuren meiner Weiblichkeit«	157
Imagination zum Lebenspanorama	159
Fragen zum Lebenspanorama	160
Fragen zum »body-chart«	161
Fragen zur Tonplastik	161
Fragen zur Textbearbeitung	162
Berichterstattung zur kunsttherapeutischen Praxis in Institutionen	162
Vertragliche Vereinbarungen	163
Literaturverzeichnis	165
Sachverzeichnis	169

Einführung

This page intentionally left blank

Dieses Buch ist ein Praxisbuch für all diejenigen, die in ihren Arbeitsfeldern mit kunsttherapeutischen Mitteln arbeiten. Wir stellen ein relativ breit gefächertes Spektrum unterschiedlicher Themen- und Aufgabenstellungen zur kunsttherapeutischen Arbeit sowie deren Durchführung und Auswertung vor.

Damit soll jedoch keineswegs die Praxis der Kunsttherapie auf ein Inventar von Techniken unzulässig verkürzt werden. Der Stellenwert eigener kreativer und künstlerischer Entwürfe im aktuellen Kontext des jeweiligen Therapiesettings – vom Kunsttherapeuten¹ kreiert und in der therapeutischen Beziehung gestaltet – ist nicht hoch genug zu schätzen und zu würdigen. Andererseits muss sich aber ein therapeutisches Verfahren, das gesellschaftliche Anerkennung finden will, u. a. durch ein Instrumentarium legitimieren, das in einem theoretischen Bezugsrahmen abgesichert ist. Da das Spektrum der Theoriebezüge in der Kunsttherapie sehr vielfältig ist, bieten wir hier keine monolitische Ausrichtung an. Trotzdem wird schwerpunktmäßig deutlich, dass die Autoren sich ihrer Herkunft nach insbesondere der Integrativen Therapie, wie sie am Fritz Perls Institut Düsseldorf gelehrt wird, verpflichtet fühlen.

Unseres Erachtens muss sich auch die (klinische) kunsttherapeutische Praxis auf die Tatsache einstellen, dass bei einem nicht zu unterschätzenden Teil der Klientel ein Zustandsbild der Komorbidität bzw. Multimorbidität vorliegt. Das heißt für die therapeutische Praxis, dass nicht nur singular mit einer Methode, wie z. B. mit Maltherapie, behandelt werden kann, sondern im Sinne einer ganzheitlichen Erfassung des Störungszustandes multimodal, d. h. verschiedene mediale Zugänge zum Einsatz kommen sollten. Insbesondere in der Behandlung von Kindern und Jugendlichen erscheint ein multimodales kreatives Herangehen indiziert, indem verschiedene Sinnesorgane angesprochen und aktiviert werden. Dazu ein Praxisbeispiel:

»Der 5-jährige Paul ist feinmotorisch beeinträchtigt, hat Gleichgewichtsstörungen und Wahrnehmungsstörungen. Zu Beginn der 1. Stunde bietet ihm die Kunsttherapeutin ein Trampolin an, das er begeistert annimmt, darauf hüpfert und gleichzeitig von sich erzählt. Nach dieser Sequenz bietet ihm die Kunsttherapeutin an, zusammen einen Jonglierball zu basteln: Es wird dazu ein Tennisball geöffnet und mit Maisfutter gefüllt, darüber wird aus Luftballongummi eine Hülle gezogen. Danach wird mit dem Ball gespielt, und es zeigt sich, dass Paul erhebliche Defizite im Fangen und Werfen des Balles hat. Trotzdem macht es ihm Spaß. In einer weiteren Sequenz legt Paul sich auf einen großen Bogen Papier auf den Boden, die Kunsttherapeutin malt seinen Körperumriss ab, der anschließend ausgeschnitten und mit Farbe von Paul ausgefüllt wird. Paul ist vollkommen überrascht, dass er tatsächlich schon »so groß« ist, als er seinem Körperumriss gegenüber steht. Während er sein »body-chart« mit dunkelgrüner Farbe ausmalt, erzählt er nebenbei von seinen Wünschen, vom Urlaub und anderen Dingen.«

¹ Aus Gründen der Vereinfachung wird im Text jeweils nur eine Geschlechtsform verwendet.

Dieses Praxisbeispiel erscheint geeignet um darzustellen, wie durch die verschiedene Anwendung von Medien eine ganzheitliche und möglichst umfassende Förderung angeregt wird.

Eine partiell unlösbare Problematik in Bezug zur herrschenden Wissenschaftspraxis ergibt sich aus der Besonderheit des künstlerischen Arbeitens: Künstlerische Ergebnisse entziehen sich letztlich einer wissenschaftlichen Fixierung. Es liegt vielmehr im Wesen der Kunst begründet, dass sie sich nicht domestizieren lässt. Trotzdem sollte jeder kunsttherapeutisch Arbeitende den Versuch unternehmen, das eigene Handeln durch beschreibbare Anwendungen darzustellen und es dadurch zunächst jenseits seiner Nützlichkeit zu legitimieren. Es genügt jedenfalls nicht, sich nur auf die »heilenden Kräfte« künstlerischen und kreativen Gestaltens zu berufen.

Indem hier verschiedene mögliche Anwendungen aus der Praxis zusammengestellt sind, die bisher, wenn überhaupt, nur verstreut und vereinzelt in der Literatur erwähnt bzw. mündlich überliefert werden und in der Regel nicht systematisiert aufbereitet sind, soll mit dieser Zusammenstellung den Praktikern eine unterstützende Handhabe für ihre Praxis gegeben werden. Wir sind uns bewusst, dass die Praktiken und Anwendungen der Kunsttherapie weit über das hier vorgestellte Spektrum hinausgehen. Es bleibt deshalb weiterhin eine Aufgabe, den hier gemachten Anfang fortzuführen. Wir möchten alle kunsttherapeutisch Tätigen dazu anregen, ihre Erfahrungen und Anwendungen ebenfalls in systematischer Form zu explizieren. Dies wird die Sache der Kunsttherapie unseres Erachtens sicher fördern.

Was sind kunsttherapeutische Anwendungsfelder?

Da kunsttherapeutische Angebote der »sanften Medizin« zugeordnet werden können, kommen sie vorwiegend überall dort zum Einsatz, wo es ausdrücklich um das Seelische, den Empfindungsraum der Patienten und dessen Entfaltung geht. Diese Anwendungsfelder künstlerischer Therapien sind z. B. in der Psychosomatik, der Psychiatrie, der Kinderheilkunde, der Heilpädagogik, der Onkologie und im gesamten Spektrum rehabilitativer Leistungen anzutreffen. Darüber hinaus werden kunsttherapeutische Techniken aber auch im außerklinischen Bereich angewendet, so z. B. in pädagogischen Einrichtungen, Beratungsstellen, Malschulen und therapeutischen Praxen, oder auch in der Früh- und Vorschulförderung von Kindern.

Der kranke Mensch möchte und soll nicht nur im Sinne der sog. Schulmedizin behandelt werden, sondern auch in ganzheitlicher Weise angesprochen und verstanden werden. Diese Ansprache muss nicht – wie bereits erwähnt – ausschließlich durch das Gestalten von Bildern erfolgen. Bewegung, Musik, Theaterspiel,

Film, Literatur können ebenso – in aktiver oder auch rezeptiver Weise – eine wichtige Funktion für die seelische Eindrucks- und Ausdrucksförderung haben.

Ökologische Erkenntnisse haben uns gelehrt, dass Mischkulturen gesünder und überlebensfähiger sind und damit lebensgerechter als Monokulturen. Darum sollte im klinischen Rahmen stets ein umfassendes und ganzheitliches Behandlungsspektrum, das kreative Angebote mit einschließt, angeboten werden. In allen künstlerischen Medien steckt ein Potenzial, das einerseits therapeutisch, andererseits zur Persönlichkeitsförderung und -entfaltung genutzt werden kann wie dies z. B. in der Mal-, Musik-, Poesie-, Drama-, Tanz- und Bewegungstherapie geschieht.

Worum geht es in der Kunsttherapie, welchen Zielen dient sie?

Selbstaktualisierung

Zunächst geht es um den Gestaltungsvorgang selbst. Indem wir gestaltend tätig sind, gestalten wir auch unser »Selbst«. Der Gestaltungsvorgang ist ein strukturierender Vorgang, in dem sowohl der innere wie der äußere Raum individuell zum Ausdruck gebracht werden kann. Während des Gestaltens sind wir mit unseren Gedanken, Gefühlen, Wahrnehmungen und Empfindungen im Erlebniskontakt. Die »Selbstaktualisierung« wird also durch Gestaltung gefördert.

Symbolisierungsfähigkeit

Das Wesen der Kunsttherapie ist in einem überwiegend nichtsprachlichen und kreativen Prozess begründet, in dem das künstlerische Produkt der zentrale Fokus in der Beziehung zwischen Patient und Therapeut ist. Durch die Materialisierung in Bildern, Objekten usw. wird die subjektive Realität des Patienten in symbolischer und anschaulicher Weise sichtbar. Die im Gestaltungsprozess entstehenden Symbole haben somit eine Brückenfunktion zwischen bewussten und unbewussten Prozessen bzw. Vorgängen und werden durch Bilder (Farben, Formen, Linien), Plastiken, Objekte, Texte, Inszenierungen wahrnehmbar.

Kunsttherapeutische Anwendungen haben das Ziel, einen Zugang zu diesen Prozessen zu bekommen und dabei das projektive Potenzial der zutage kommenden Symbolisierungen zu nutzen, indem es in einem Bewusstwerdungsprozess aktiv angeeignet wird. Diagnostik und Therapie sind dabei notwendigerweise eng miteinander verknüpft. Es ist insbesondere zu berücksichtigen, dass »ein Symbol immer einen Anteil an Erinnerung und einen an Sehnsucht, an Erwartung, an Utopie enthält« (I. Riedel, Maltherapie, S. 40).

Weil die Symbolisierungsfähigkeit eine wesentliche Grundlage vieler reifer Aspekte einer Persönlichkeit ist, kommt der Kunsttherapie bei ihrer Entfaltung eine besondere Bedeutung zu.

Identitätsbildung und Identitätsförderung

Was die Identitätsbildung und Förderung angeht, so hat jeder Mensch sein ihm ureigenes, individuelles Gepräge. Genau diesen Aspekt macht der Umgang mit Formen und Farben in der Gestaltungs- bzw. Kunsttherapie deutlich sichtbar und erfahrbar. Nichts ist so eindrücklich und anschaulich wie der Umstand, dass die einfache Aufgabe »male oder zeichne einen Baum«, bei jedem Menschen individuell unterschiedlich ausfällt, garantiert keine Baumdarstellung gleicht der anderen, so wie jede Handschrift oder jeder Daumenabdruck unterschiedlich ist. Jedes Exponat ist ein Unikat.

Wir haben deshalb über das Therapeutikum Malen hinaus ein Diagnostikum für diejenigen, die gelernt haben, phänomenologisch zu lesen und im Dialog mit dem Patienten, der Gestaltung vor dem jeweiligen Lebenshintergrund eine individuelle Sinnhaftigkeit zu verleihen, die weit über das hinausgehen kann, was uns ein Röntgenbild oder ein normierter psychologischer Test zu offenbaren vermag. Bilder bringen dem Patienten und uns sein eigenes Wesen anschaulich nahe. Darüber hinaus dient z. B. die Methode der direkten Identifikation dazu, sich ein Bild »spiegel-bildlich« bewusst anzueignen, d. h., der Protagonist identifiziert sich sowohl mit allen Teilen des Bildes als auch mit dem Bild als Ganzes. Dadurch wird Identitätsbildung und Bewusstseinsbildung in der Gegenwärtigkeit ermöglicht.

Die Beschäftigung mit einem Exponat und die Versprachlichung der in ihm enthaltenen Symbolisierungen ist also identitätsstiftend und bewusstseinsfördernd im Sinne des klassischen Imperativs »Mensch erkenne dich selbst« wie auch entwicklungsanregend im Sinne des klassischen Imperativs »Mensch, werde der du bist«.

Therapeutisch indiziertes Gestalten dient der Entfaltung des seelisch noch Eingefalteten, der Umgang mit Farben kann dabei das Leben farbiger erscheinen lassen und die Lebenskräfte stärken.

Autonomiebildung und Selbstorganisation

Jede Aufgabenstellung ist ein Stimulus für den Organismus, der diesen zu einer autonomen Reaktion veranlasst: »Ich mache das so und nicht anders«, aber auch »ich kann das auch ganz anders machen«. »Ich könnte das Bild übermalen, umgestalten, diese oder jene Farben nehmen, ich kann mich dafür oder dagegen entscheiden, ich kann etwas im Dunkeln lassen oder ins Licht rücken«. Wie auch immer sich jemand entscheidet, jedes Produkt, jede Gestaltung ist ein Ausdruck der jeweiligen Person und insofern auch seiner Autonomie und Selbstorganisation. Der Gestaltungsvorgang selbst ist ein Akt, der wesentliche Aspekte des realen Lebens abbildet. Während dieses Vorgangs müssen Entscheidungen getroffen und Stagnation, Ärger, Ambivalenzen sowie Ängste aber auch Erfolge durchlebt werden. Dabei fördert das Ringen um die gewünschte Form, Farbe, Komposition und die Auseinandersetzung mit dem Material die Selbstorganisation. Schließlich können z. B. durch Übermalungen eines Bildes, Vergrößerungen oder Erweite-