

# **- Gemalte Worte -**

## **Verknüpfung von Systemischer Beratung und Kunsttherapie**

Hausarbeit  
im Rahmen der Praxis – Weiterbildung  
Systemisches Arbeiten  
2009 – 2011

Susann Scheidemantel  
Glockenquergasse 9  
99084 Erfurt

25.08.2011

## **- Gemalte Worte -**

### **Verknüpfung von Systemischer Beratung und Kunsttherapie**

## **Inhaltsverzeichnis**

1.	Einleitung _____	1
2.	Einführung in die Kunsttherapie _____	1
2.1.	Geschichte der Kunsttherapie _____	1
2.2.	Anwendungsbereiche und Setting _____	2
2.3.	Das Besondere an der Kunsttherapie _____	3
2.4.	Eigenes Verständnis _____	3
3.	Kunsttherapie und System. Beratung in der Praxis _____	4
3.1.	Anwärmen für kunsttherapeutische Übungen _____	4
3.2.	Der leichte Einstieg _____	5
3.3.	Ein Ziel in Pastell _____	7
3.4.	Gemalte Themen erleichtern Hypothesen _____	8
3.5.	Die Skulptur als Bild _____	10
3.6.	Freies Malen zur Stärkung der Selbstwirksamkeit _____	11
3.7.	Der Abschied – ein Weg _____	14
4.	Vielfältige Möglichkeiten _____	15
4.1.	Gemaltes Leben – Zeitstrahl einmal anders _____	15
4.2.	Gemaltes Leben als Gruppenarbeit _____	16
4.3.	Verstärkung der Ressourcen über Farbwirkungen _____	18
5.	Ist die Verknüpfung gelungen? _____	18
	Literaturverzeichnis _____	20

## - Gemalte Worte -

# Verknüpfung von Systemischer Beratung und Kunsttherapie

## 1. Einleitung

Am Anfang stand eine Frage: Wie bekomme ich das, was ich in der Ausbildung zur Systemischen Beratung lerne in meine kunsttherapeutische Arbeit hinein? Manches ist sicherlich einfacher, wie ein gutes Joining und ein ressourcenorientiertes Arbeiten. In der Kunsttherapie wird gemalt, gezeichnet, plastiziert usw. – weniger geredet. Wie bringe ich also zirkuläre Fragen unter, wie wende ich systemische Methoden an, wie schaue ich auf das ganze System (z.B. die Familie), wenn ich doch nur einen einzelnen Patienten habe.

Aus dem Bauch heraus wusste ich – es geht. Nur, wie erkläre ich meinem Gegenüber, dass es funktioniert und Erfolg hat. Ganz langsam, Schritt für Schritt habe ich begonnen. Habe gelerntes ausprobiert, anfangs noch zwei Dokumentationen geschrieben, eine für die systemische Arbeit und eine für den kunsttherapeutischen Prozess – bis sich diese, fast unmerklich, ineinander gemischt haben. Ich bin immer noch begeistert von diesem Thema und ständig, besonders beim Schreiben dieser Arbeit, wachsen Ideen, welche ich noch ausprobieren werde.

## 2. Einführung in die Kunsttherapie

Im folgenden Abschnitt möchte ich auf die Geschichte, die Ansätze und die Wirkungsweise der Kunsttherapie eingehen. Dies kann auf Grund der Fülle von Informationen nur auszugsweise gelingen und soll hier dem besseren Verständnis dieser Arbeit dienen.

### 2.1. Geschichte der Kunsttherapie

Erste Impulse für künstlerische Therapie gab es zu Beginn des 20. Jahrhunderts unabhängig voneinander in den USA und Europa. Sowohl in England und den USA liegen die Wurzeln der Kunsttherapie hauptsächlich in der Kunsterziehung, der künstlerischen Praxis und der Entwicklungspsychologie. Pioniere sind Margaret Naumburg und Edith Kramer.

Im deutschsprachigen Raum stehen erste kunsttherapeutische Ansätze mit der Entwicklung der anthroposophischen Menschenkunde (Rudolf Steiner) und Medizin im Zusammenhang. 1921 gründete Ita Wegman die anthroposophische Klinik in Arlesheim in der Schweiz und integrierte ab 1927 mit Margarethe Hauschka und Liane Collot d'Herbois künstlerische Therapien wie das bildnerische Gestalten in die klinische Praxis. Grundlage ist als Menschenbild die Dreigliederung des Menschen in Geist, Seele und Körper (Denken, Fühlen, Wollen) und die Beziehung dieser „Wesensglieder“ untereinander.

Auch Carl Gustav Jung lies schon seine Patienten ihre Träume malen, um sie wieder mit den eigenen schöpferischen Möglichkeiten in Kontakt zu bringen. [In seinem Aufsatz „Ziele der Psychotherapie“ \(1929\) schreibt er: „Auch wenn gelegentlich](#)

schöne Dinge von meinen Patienten produziert werden ..., es soll sich nicht um Kunst handeln, sondern um mehr und anderes..., nämlich um lebendige Wirkung auf den Patienten selber.“ (Zitat aus Martius, Sperti, Henningsen „Kunsttherapie bei psychosomatischen Störungen“ Urban & Fischer S. 43)

Zur gleichen Zeit gab es Impulse zur Integration bildnerischen Gestaltens in die therapeutische Versorgung der Psychiatrie. Wegbereiter waren hier Hans Prinzhorn und Walter Morgenthaler.

Andere Ursprünge liegen in der Pädagogik, der Heilpädagogik, der Kunstpädagogik und der ästhetischen Bildung.

Aus den unterschiedlichen Wurzeln haben sich verschiedene kunsttherapeutische Ansätze entwickelt. So können:

- tiefenpsychologische und psychotherapeutische,
- pädagogische, heilpädagogische oder kunstpädagogische,
- anthroposophische und
- kunstorientierte Ansätze

unterschieden werden.

Quelle: Wikipedia (Suchbegriff Kunsttherapie)

## **2.2. Anwendungsbereiche und Setting**

Kunsttherapie bedient sich (meist) der bildenden Kunst, wie der Malerei, dem Zeichnen oder dem Plastizieren. Als Materialien stehen Aquarell-, Tempra- und Acrylfarben zur Verfügung, jede Art von Stiften, Pastell- und Ölkreiden sowie Ton, Holz und Stein zum plastischen Gestalten.

Die Kunsttherapie wird in klinischen, pädagogischen, heilpädagogischen und sozialkulturellen Bereichen ausgeübt, also in Krankenhäusern, Schulen, Einrichtungen der Behindertenhilfe, Altersheimen, der freien Praxis usw. Ihre Anwendungsbereiche erstrecken sich gegenwärtig von der Psychiatrie über die Psychosomatik, Onkologie/Hämatologie, (Sozial-)Pädiatrie bis hin zur Neurologie und Geriatrie. Besondere Bedeutung hat die Kunsttherapie bereits in der psychiatrischen, psychosomatischen und psychosozialen Therapiepraxis.

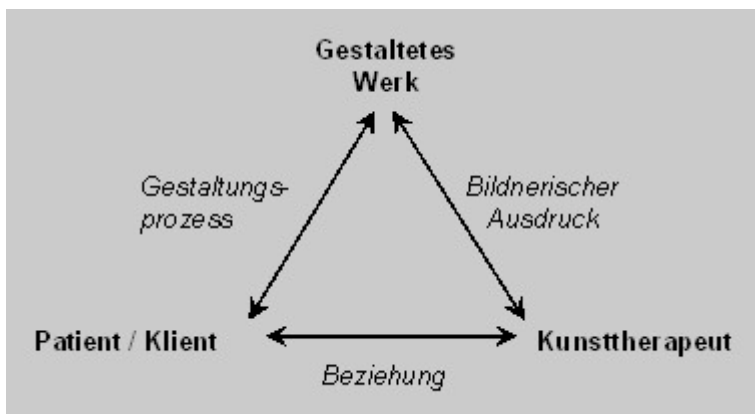
Kunsttherapie kann als Einzeltherapie, als Gruppentherapie und als Einzeltherapie in der Gruppe durchgeführt werden. Neben der Arbeit mit Kindern, Jugendlichen und Erwachsenen in klinischen, aber vor allem auch in pädagogischen und anderen sozialen Zusammenhängen ist auch die Arbeit mit alten Menschen und Krebspatienten etabliert. Oft ist ein Atelier Ort der Therapiestunden, es genügen aber auch Gruppenräume oder Therapieräume für die Einzeltherapie.

In zahlreichen klinischen Anwendungsbereichen der Kunsttherapie liegen Einzelfallstudien vor, allerdings muss kritisch angemerkt werden, ohne empirische Befunde. Grund ist, dass sich schöpferisch - kreative Prozesse mit evaluativen Methoden nur schwer erfassen lassen. Hier besteht noch Forschungsbedarf.

Quelle: Wikipedia und eigene Erfahrungen

### 2.3. Das Besondere an der Kunsttherapie

„Die Kunsttherapie unterscheidet sich von anderen Therapieformen dadurch, dass zu der Beziehung Patient – Therapeut ein Drittes hinzutritt: das künstlerische Medium. Daraus ergibt sich zwischen den Beziehungspunkten Klient – Therapeut – Medium (Werk) ein Beziehungsdreieck, das in der kunsttherapeutischen Literatur als kunsttherapeutische Triade bezeichnet wird. Damit spielen für die kunsttherapeutische Praxis drei Ebenen und ihre Beziehung zueinander eine Rolle: das künstlerische Gestalten am Werk, die Beziehung zwischen Therapeut und Patient sowie die Betrachtung des Werkes und seine Wirkung.



Skizze: Kunsttherapeutische Triade

(Wikipedia, vergl. U.a. G. Schmeer „Kunsttherapie in der Gruppe“, Pfeiffer bei Klett-Cotta, Stuttgart 2003)

Die Patienten drücken durch ihr Werk innere und äußere Bilder aus, ihren Blick auf die Welt, sie können schöpferisch tätig sein, ihre kreativen Fähigkeiten entwickeln und die sinnliche Wahrnehmung ausbilden. Beide, Patient und Therapeut, blicken in die gleiche Richtung, suchen neue Handlungsspielräume, gehen in Veränderungsprozesse, erweitern Lösungsmöglichkeiten und entdecken Ressourcen neu.

### 2.4. Eigenes Verständnis

Von 2002 bis 2007 habe ich berufsbegleitend Anthroposophische Kunsttherapie in Weimar studiert. Zum Studium gehören 1200 Praxiseinheiten, welche ich in einer Klinik für Psychiatrie, Psychotherapie und Psychosomatik in Erfurt absolviert habe. Hier wurden Menschen ab dem 18. Lebensjahr mit unterschiedlichen psychiatrischen Krankheitsbildern und psychosomatischen Störungen behandelt.

Außerdem konsultierte ich in einer stationären, heilpädagogischen Jugendhilfeeinrichtung in Baden Württemberg und in zwei anthroposophischen Krankenhäusern. Gegenwärtig arbeite ich (neben meiner „Hauptarbeit“ bei einem freien Träger in der Kinder- und Jugendhilfe) als freiberufliche Kunsttherapeutin und bin Mitglied im Berufsverband für anthroposophische Kunsttherapie (BVAKT). Mitgliedern des Berufsverbandes ist es möglich, Maltherapie mit den Krankenkassen abzurechnen – ein Eigenanteil für den Patienten bleibt immer bestehen.

In den Richtlinien des BVAKT heißt es:

„Grundsätzlich regt die anthroposophische Kunsttherapie die Selbstheilungskräfte des Patienten an, so dass dieser im schöpferischen Handeln und in der gestalterischen Auseinandersetzung seine Krankheitstendenzen erkennen, ihnen selbst aktiv entgegen wirken und sie in gesunde Zukunftspotentiale verwandeln lernt.“

... Medizinischer Nutzen und Wirtschaftlichkeit wurden von 1996 bis 2005 in der Anthroposophic Medicine Outcomes Study (AMOS) wissenschaftlich untersucht und nachgewiesen.“

Neben den o. g. Wirkungsweisen der Kunsttherapie ist für mich noch wichtig, den Patienten eine Idee der Farbwirkungen mitzugeben. Wer einmal erlebt hat, wie belebend Orange, wärmend Karminrot und klar ein Türkis sein kann, erschließt sich einen neues Erleben. Malen bietet die Möglichkeiten etwas auszuprobieren, Sichtweisen zu verändern, Wege zu suchen und vieles mehr. Es ist wie im richtigen Leben, neben hellem ist auch dunkles wichtig – am Bestem im guten Gleichgewicht.

Ich persönlich bin sehr vorsichtig, mit gemalten negativen Erlebnissen. Durch das lange Arbeiten auf dem Blatt, kommt z.B. ein Problem noch mehr ins Bewusstsein. Wichtig ist, sich zu fragen, welches Ziel der therapeutische Prozess haben soll. Achtsamkeit und Aufmerksamkeit dem Patienten gegenüber sind unbedingt notwendig, um ihn durch schwierige Phasen zu führen und neue Impulse zu setzen. Patienten sollten für die Teilnahme an der Kunsttherapie genügend innere Stabilität besitzen, d. h. keine Medikamente nehmen, die dem Therapieerfolg entgegenstehen.

### **3. Kunsttherapie und Systemische Beratung in der Praxis**

#### **3.1. Anwärmen für kunsttherapeutische Übungen**

„Ich kann doch nicht malen!“ ist oft der erste Satz, welcher von Patienten zu Beginn der Kunsttherapie gesagt wird. Manchmal gibt es aber auch Ideen: „Ich möchte etwas Schönes machen, was ich mir dann in die Wohnung hängen kann.“ Oder: „Ich brauche ein Geschenk ...“.

Nach jahrelanger „Abstinenz“ im künstlerischen Arbeiten brauchen die meisten Menschen einen behutsamen Einstieg in diese besondere Form der Therapie. Vielen ist noch der Kunstunterricht vertraut, bei welchem es nur auf schöne Ergebnisse ankam und vieles von der Bewertung des Lehrers abhing. Wenigen ist bekannt, dass die Entstehung eines Bildes ein Prozess ist, Farben Wirkungen haben, Freude und Entspannung gefunden werden kann. Ein Ausprobieren von ungeahnten Möglichkeiten ist unbedingt erwünscht! Man kann beim Malen zu sich selbst finden, wird aber auch mit sich selbst konfrontiert.

Zu Beginn der Zusammenarbeit zeige ich den Patienten das Atelier, welches durch die Vielzahl von Materialien, Staffeleien, Farben, Leinwänden, Papieren, Pinseln neugierig macht. Bei Kindern und Jugendlichen ist Ton sehr beliebt und wir können uns beim ersten Rundgang anschauen, was andere gemacht haben. Oft steigt dadurch die Motivation und manche werden anregt, ähnliches zu tun und neues auszuprobieren. Ein Gespräch kann so ganz unbefangen beginnen, ohne das gleich

Probleme erörtert werden. Wichtig ist für mich, dass Vertrauen in die Beziehung zwischen mir, als Therapeutin, und dem Patienten zu wachsen beginnen und Zutrauen in die eigenen Fähigkeiten erlebbar wird. Erst dann können neue Impulse und Ideen verankert werden sowie Veränderungen und Entwicklungen gelingen.

Jaak Pankseep beschreibt in seiner Forschung über die 7 emotionalen Systeme, vier Bereiche die für den therapeutischen Prozess besonders wichtig sind, da sie die Lernfähigkeit des Gehirns erhöhen. Dazu gehören als erstes Neugier und Erkundung (weiterhin Freude und Spiel, Angst und Gefahrenabwehr sowie Bindung und fürsorgliche Liebe). (mündlich – Rainer Schwing am 3.11.2010)

Diese Bereiche lassen sich in die Kunsttherapie sehr leicht integrieren.

Das Atelier soll für die Patienten ein geschützter Raum sein. Deshalb informiere ich über den therapeutischen Ansatz, nehme die diagnostischen Informationen auf und frage nach Anliegen und Erwartungen. Weiterhin bitte ich um Erlaubnis, alles fragen zu dürfen, was mir wichtig erscheint, bitte um Erlaubnis Fotos und Videoaufnahmen machen zu dürfen und spreche über Therapiezeiten und Termine. Ein weiterer, Sicherheit gebender Punkt, ist die Information über die Aufbewahrungsmöglichkeiten und den Schutz der entstandene Bilder bzw. Plastiken. Während der Therapiedauer verbleiben diese in Mappen und Regalen des Ateliers.

### **3.2. Der leichte Einstieg**

Es gibt viele Möglichkeiten die Kunsttherapie zu beginnen. Das Spektrum reicht von ganz freien Bildern (abstrakt oder gegenständlich), freie Arbeiten mit Ton oder Collagen. Aber auch „geführte“ Impulse und kunsttherapeutische Übungen, wie z.B. Formenzeichnen finden Anwendung.

Zum Formenzeichnen steht der Patient vor einer Staffelei, Malwand (mit Papier bespannt) oder Tafel und nutzt ein sehr großes Format (mindestens A1). Anfangs eignen sich gut geometrische Figuren (Kreis, Dreieck, Lemniskate, Pentagramm) später kann zu Flechtbändern und bewegten (dynamischen) Formen übergegangen werden. Die Figuren werden mehrmals wiederholt, so entsteht einerseits Sicherheit andererseits ist es möglich, durch schwingende Bewegungen und achtsame Atmung „Gedankenknoten“ loszulassen. Aus kunsttherapeutischer Sicht wird auf die Ausführung, den Rhythmus, die Geschwindigkeit, die Atmung und die körperlichen und seelischen Wahrnehmungen geachtet.

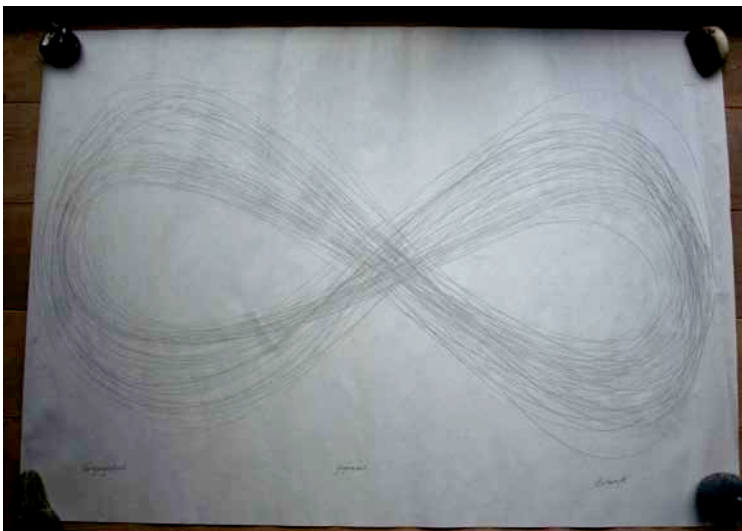
*Die Fallbeispiele in diesem Kapitel beziehen sich immer auf Frau A. (48 Jahre). Sie kommt erstmalig in die Kunsttherapie. Da es den Rahmen dieser Arbeit sprengen würde, habe ich nicht den ganzen Therapieprozess, mit allen kunsttherapeutisch wichtigen Inhalten und Bildern beschrieben, sondern für die Arbeit wesentliches ausgewählt.*

*Wie oben beschrieben zeige ich der Patientin das Atelier, die Materialien und beschreibe Möglichkeiten des Arbeitsbeginns. Frau A. berichtet über eine Schilddrüsenüberfunktion, Unruhezustände und Erschöpfung, Schweißausbrüche, Atemnot und Kreislaufprobleme. Sie kann nachts schlecht schlafen, ist morgens nicht ausgeruht und findet schwer in den Tagesrhythmus. Die Patientin fühlte sich einem*

*Born out nahe. Sie arbeitete von morgens bis abends mit vollem Engagement, fühlte sich für alles verantwortlich und gönnte sich kaum Urlaub. Abends war sie oft völlig erschöpft, weder Nächte noch Wochenenden reichten zur Regeneration. Wie ein „Hamster im Rad“, nicht in der Lage zu bremsen oder auszusteigen. Bis dann das Aufstehen immer schwerer viel, die Gereiztheit stieg, Unlust und Kraftlosigkeit den Tag begleiteten.*

*Nach dem Einführungsgespräch bitte ich die Patientin eine liegende Lemniskate (liegende Acht) zu zeichnen und durch mehrmaliges wiederholen, Bewegungen, Atmung und eventuelle Gedanken wahrzunehmen.*

Aufgrund meiner systemischen Ausbildung habe ich diese Übung mit der liegenden Lemniskate über Fragen hinsichtlich der aktuellen Problembeschreibung und Lösungsorientierung erweitert. Man kann die Lemniskate nutzen wie einen Zeitstrahl. Der Kreuzungspunkt ist dabei die Gegenwart, der linke Bogen die Vergangenheit und der rechte Bogen der Ausblick in die Zukunft. Ergänzt werden kann der Einstieg noch um Fragen wie: Wann ging es ihnen in der Vergangenheit gut und wie fühlten sie sich in dieser Zeit? Wie tief ist die Atmung, wenn sie entspannt sind? Wie sind sie aus guten Nächten erwacht (oberer Bogen)? Welches waren Tiefpunkte und wie wurden diese bewältigt (unterer Bogen, der nach oben führt)? Welche wichtigen Entscheidungen gab es (Kreuzungspunkt)? Welche Lösung wünschen Sie sich? Welche Möglichkeiten gibt es, diese zu erreichen (rechter Bogen)? Mit Händen und Augen kann man Wege und Erlebnisse nachvollziehen und wichtige Ereignisse visualisieren. Der Vorteil einer Lemniskate gegenüber einem Zeitstrahl ist, dass diese ihre „Bewegungsfähigkeit“ behält. Die eingeübte Bewegung hilft, neben dem körperlichen auch im gedanklichen und seelischen Bereich beweglicher zu werden.



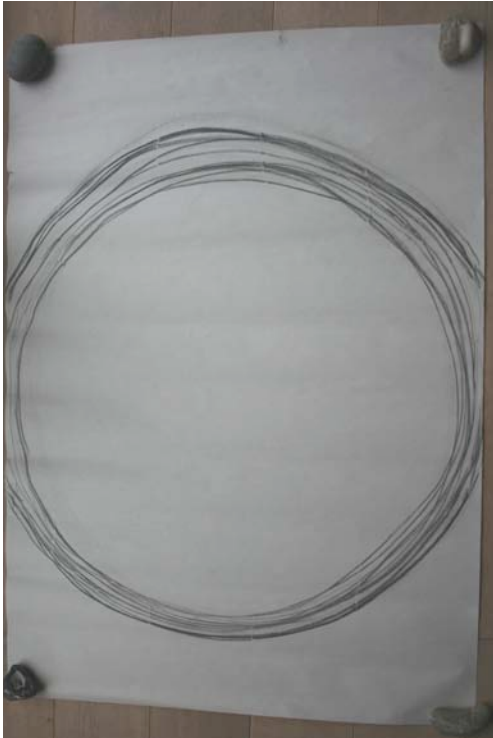
Lemniskate der Patientin

Zum Formenzeichnen gehört weiterhin der Kreis, auch dieser lässt sich für vielerlei Interventionen nutzen.

*Frau A. wird in der zweiten Stunde gebeten einen großen Kreis zu malen. Dieser gelingt ihr flüssig und gleichmäßig. Nach ein paar Wiederholungen stellt sie jedoch fest, dass sie die Linie immer über den Rand des Blattes zeichnet. Es entsteht ein Gespräch über Rahmen und Grenzen. Wann fällt es schwer Grenzen einzuhalten? Wozu ist es gut, Grenzen zu überschreiten? Durch welche Auslöser werden die*



*persönlichen Grenzen überschritten? Die Patientin berichtet, dass sie in der Vergangenheit, Zitat: „immer über die Grenze“ gearbeitet hat und den dort entstandenen Stress als Mitauslöser für ihre Krankheit sieht. Sie möchte nicht nur Medikamente nehmen, sondern aktive Änderungen herbeiführen.*



Kreis der Patientin

Steve de Shazer unterscheidet drei Beziehungstypen mit Klienten; a) Kunden, b) Kläger, c) Besucher oder Geschickte. Die oben beschriebene Patientin ist eindeutig eine Kundin, sie möchte Veränderungen, kann Wünsche formulieren und ist bereit, dafür zu investieren. Aufgabe im therapeutischen Prozess ist hier, Anregungen und Unterstützung zu geben. (Schwing / Fryszer „Systemisches Handwerk S. 106)

### **3.3 Ein Ziel in Pastell**

Eigentlich ist das nicht so einfach mit den Zielen – viele Patienten haben ihre Diagnose und ihre Verordnung zur Kunsttherapie. Die Erwartung - etwas zu erhalten, damit es einem wieder gut geht oder so ist wie früher - ist groß. ... Und jetzt kommt eine Therapeutin und fragt nach den persönlichen Zielen, die durch die Therapie erreicht werden sollen ...

Ich halte es für sehr wichtig über die Ziele des Patienten zu reden, denn nur dadurch lässt sich für mich erkennen, was dem Patienten wirklich wichtig ist. Kann ich dieses Anliegen gut erklären, gehen viele Menschen sehr verantwortungsbewusst mit der Benennung ihrer Ziele um, überlegen konkret, suchen nach Worten und bleiben sehr realistisch. Der Vorteil eines gut beschriebenen Zieles ist: es steigen Motivation und Wille zur Veränderung – und man kann im Ergebnis stolz sein, ein Ziel erreicht zu haben.

Wie wäre es, ein Ziel zu malen?

Das untere Bild ist entstanden, nachdem Frau A. folgendes Ziel formuliert hat:  
„Ich möchte die Zeit meiner Krankheit nutzen, um jeden Tag spazieren zu gehen.  
Draußen werde ich tief durchatmen, damit ich wieder ruhiger werde. Ich möchte die  
Frühlingswiesen genießen, die Temperatur fühlen und den Himmel anschauen.“



Pastell - Landschaft

Der Entstehungsprozess dieses Bildes hat ca. eine halbe Stunde gedauert. Verwendet wurden Pastellfarben. Die Pigmente werden durch ein Sieb auf das Bild gerieben und dann mit den Fingern oder der ganzen Hand verrieben. Es ist sinnvoll das Papier mit Kreppband festzukleben, damit es durch die Bewegung der Hände nicht verrutscht. Außerdem erhält das Bild dadurch einen Rahmen. Die Farben sind anfangs ganz sanft, durch mehrmaliges Auftragen werden sie kräftiger und es gelingen schöne Abstufungen. Dieses „Arbeiten mit dem Ziel“ und dem tatkräftigen Verreiben der Pigmente macht warm und das Ziel wird im wahrsten Sinne des Wortes „ergriffen“.

Hilfreiche Fragen bei der Bildbetrachtung können noch sein: Welchen Duft hat die Wiese? Wie fühlt sich das Gras unter ihren Füßen an? Würde sie diesen Moment gern mit jemanden teilen? Werden Sie sich bewegen – springen, tanzen, rennen – oder nur einfach ausruhen und „rum liegen“? (auch ein bisschen Humor tut gut)

### **3.4. Gemalte Themen erleichtern Hypothesen**

*Fallbeispiel: Frau A. ist mit dem Thema „Loslassen“ beschäftigt. Dieses Thema begegnet ihr in vielen Fassetten: Wie lasse ich meine großen Kinder los? Wie gelingt mir der Abschied aus meiner Leitungstätigkeit? Wie kann ich diese Krankheit akzeptieren? Wie kann ich den Gedanken an den perfekten Mann loslassen?*

*Wir haben bereits Lebenssituationen, in denen ein Loslassen und Abschiednehmen notwendig war, in einem thematischen Zeitstrahl zusammengestellt und die gelungenen Lösungsvarianten aufgeschrieben. Damit diese Ergebnisse nicht nur im*

*“Kopf“ ihren Platz finden, sondern auch im „Bauch“, bitte ich die Patientin ein Bild zum Thema „Loslassen“ zu malen.*

*Zur Verfügung stehen 6 Aquarellfarben (Hellgelb, Goldgelb, Zinnoberrot, Karminrot, Preußischblau und Ultramarinblau). Gemalt wird auf einem feuchten Papier mit breitem, weichem Pinsel. Diese Technik nennt sich Nass in Nass Malerei und ist sinnvoll, wenn man einen langen Malprozess wünscht und Farben, Gedanken und Gefühle ins fließen kommen sollen.*

*Die Patientin arbeitet anfangs sehr schnell und mit viel Farbe, - später ruhiger an ihrem Bild. Gegen Ende betrachtet sie es aufmerksam, jetzt ist sie ganz bei sich.*



Orange / Blau Bild

*Das Bild ist sehr farbintensiv und leuchtend gemalt. Es wurde viel Wasser verwendet, so dass die Farben sich miteinander vermischt haben. Der linke Bereich des Bildes ist in Gelb-Orange-Rottönen gemalt der rechte Bereich ist dunkel, in Blau-Violett und Grün gehalten. Erkennbar sind nicht nur flüssige Farbverläufe sondern auch Kanten und Einschlüsse (hellgelbe Sichel).*

Aus dem Gesagtem und Gemalten ergeben sich für mich folgende Hypothesen:

- Die Krankheit ist für die Patientin wichtig, um eine Neuorientierung in ihrem Leben möglich zu machen. Erst jetzt hat sie Zeit über vieles nachzudenken und sich neu zu orientieren.
- Es ist wichtig für die Patientin, dass das, was sie bis jetzt geleistet hat, gewürdigt wird. Da die Patientin keinen Partner hat, kann es sein, dass jemand fehlt, der Komplimente gibt.
- Der Farbverlauf ist einerseits sehr flüssig (mit viel Wasser) und andererseits sehr trocken bzw. angetrocknet. Hier ist es wichtig, ein Gleichgewicht im Malerischen zu finden, damit ein inneres Gleichgewicht möglich wird.
- Der Arbeitsbeginn war sehr schnell und mit viel Farbe, es sah aus, als hätte sie keine Zeit und will schnell fertig werden. Es wichtig auf Ruhe und Gelassenheit zu achten.
- Loslassen könnte ihr gut gelingen, wenn sie sich gesund und kraftvoll fühlt.

*Während der folgenden Bildbetrachtung besprechen wir den Prozess des Malens, die Gedanken und Gefühle die bewegten und was für Ideen kommen, wenn das Bild betrachtet wird. Die Patientin äußert, dass sie dieses Bild gut sehen kann. In sich spürt sie Kraft, Energie und Wärme. Aber auch die Krankheit ist da und manchmal geht nicht alles so, wie sie will. Sie wünscht sich, viele Dinge erzählen zu können,*

anzuschauen und dann loszulassen. Außerdem ist sie der festen Überzeugung, dass die Krankheit wichtig für sie ist, um ihr Leben zu ordnen.

Innerlich überprüfe ich meine Hypothesen, ob sie als Annahme richtig sind und welche neuen Perspektiven sich daraus für den weiteren Therapieprozess ergeben.

Manfred Lütz schreibt zu diesem Thema in seinem Buch „Irre! Wir behandeln die Falschen – Unser Problem sind die Normalen“: Zitat S. 42: „Für viele Patienten, die längst wieder gesund sind, stellt sich ihre kranke Phase im Nachhinein als positiver Wendepunkt in ihrem Leben dar.“

### **3.5. Die Skulptur als Bild**

*Fallbeispiel: Eine der ersten Skulpturen die ich ausprobiert habe stellte die Beziehung zwischen Großmutter, Mutter (Frau A - Patientin) und Tochter dar. Die Patientin stellte rote Klötzchen für die Personen. Aus dem entstandenen Beziehungsbild ist zu erkennen, dass Enkeltochter und Großmutter sich sehr nah stehen und die Patientin weiter entfernt ist. Sie sieht die beiden an, welche einander wie in einem Gespräch zugewandt sind. Einerseits bewegt die Patientin eine große Sehnsucht zur Mutter, andererseits will sie sich nicht von ihr vereinnahmen lassen. Sie fühlte sich in ihrer Kindheit nicht geliebt und hat bis heute keinen innigen Kontakt zu ihrer Mutter. Auf den warmherzigen Kontakt zwischen Großmutter und Enkeltochter schaut sie mit Neid und fühlt sich ausgeschlossen. Ich bitte sie aus dem Leben ihrer Mutter zu erzählen in dem sie den Platz wechselt und den Finger auf die Figur der Mutter legt. Sie weiß viel zu berichten von Vertreibung, Armut, Leid, der Beziehung zum Ehemann. Während sie erzählt wird ihre Stimme ganz weich und sie muss innen halten, weil sie viel von ihrer Mutter weiß und „dies schon nicht mehr hören konnte“.*

*Wir überlegen, wie es zu mehr Nähe kommen könnte. Die Patientin setzt sich selber (ihr Klötzchen) in Bewegung und sagt, dazu braucht sie Mut, denn in den vergangenen Jahren haben sich viele Muster im Miteinander verfestigt und gegenseitige Vorwürfe sind oft Gesprächsthema. Deshalb bitte ich die Patientin ein Klötzchen für Mut auszusuchen, danach stellt sie noch als stärkende Wegbegleiter Vertrauen und Hoffnung. Begleitet von den drei grünen Klötzchen, kann sie sich gut auf den Weg machen. Spontan dreht sie die Klötzchen für die Mutter und die Tochter in ihre Richtung. Sie sagt, sie ist so froh und voller Hoffnung auf eine gute Beziehung.*

*In der darauf folgenden Stunde besprechen wir die Wirkungen der Skulptur kurz noch einmal. Ich bitte sie, ein Bild für die Hoffnung, die sie in sich spürt, zu malen. Es entsteht eine sehr bewegte Hoffnung, die immer noch zu wachsen scheint. Ich frage sie weiter, wo sie sich selber auf diesem Bild sieht und ob sie sich hineinmalen möchte. Sie möchte sich nicht als Person ins Bild malen, aber einen kleinen, glänzenden Stern nimmt sie freudig an, überlegt, wo sie im Moment steht (wie bei einer Skalierung) und klebt ihn aufs Papier. Immer wieder schauen wir auf den Stern und die lebendige Hoffnung, - es braucht keine Worte mehr.*



Bild Hoffnung

Zitat: „Der Eindruck und die Überzeugungskraft des sinnlich Erlebten hat eine größere Kraft als die kognitive Erschließung von Beziehungsstrukturen auf der verbalen Ebene.“ (Schwing / Fryszer Systemisches Handwerk S.183)

### 3.6. Freies Malen zur Stärkung der Selbstwirksamkeit

Selbstwirksamkeit bedeutet, selbst wirksam zu werden, etwas selbst zu gestalten und die Überzeugung zu haben, dass ein Ziel erreicht werden kann.

Der Neurologe Dr. Gerald Hüther sagt, dass neue Fähigkeiten und Verhaltensweisen gelernt werden können, durch:

1. die Selbstwirksamkeit
2. das Vertrauen in andere
3. die Lebenszuversicht

(mündlich R. Schwing – Vortrag zur Neurobiologie 11/2010)

In der Kunsttherapie liegt mir daran, die Selbstwirksamkeit eines Patienten über das Malen oder das Plastizieren zu erhöhen. Sich selbst wieder etwas zu trauen, ausprobieren, Mut haben, anschauen, Abstand nehmen, verändern, selbst handeln, der Farbe nach spüren, mit einem Ergebnis zufrieden sein – all das sind Lernfelder, die in diesem geschützten Umfeld probiert werden dürfen. In weiteren Gesprächen kann die Verbindung zum Alltag, zu persönlichen Lebenserfahrungen und zu eingprägten Mustern hergestellt werden.

*Das folgende Fallbeispiel dokumentiert eine Bild, welches über mehrere Stunden entstand. Frau A. ist mittlerweile mit der Kunsttherapie und mir als Therapeutin sehr vertraut. Deshalb traute ich ihr zu, ein sehr großes Bild (1m x 1m) frei zu gestalten. Das große Format wählte ich bewusst, da dieses, wenn es auf der Staffelei steht, nicht im Ganzen zu überschauen ist. Man arbeitet einerseits sehr aus dem Gefühl und aus der Bewegung. Andererseits zwingt es dazu, immer innezuhalten, ein paar Meter Abstand zu nehmen und sich sein Werk anzusehen. Diesen Wechsel zwischen Nähe und Distanz wollte ich fördern, um ihn in den folgenden Gesprächen auf Alltagssituationen der Patientin übertragen zu können.*



Bild 1

*Hellgelb und Hellgrüne Schwünge bestimmen das Bild. Die ersten Striche auf der weißen Leinwand erforderten Mut. Die Farben sind noch sehr hell gewählt – ein langsames Herantasten an das Bild erfolgt. Dann malt sie ganz aus der Bewegung, zügig und mit breitem Pinsel. Die Patientin freut sich über das Ergebnis, schränkt ihren Erfolg aber gleich ein bisschen ein: „Am Anfang ist meistens noch alles gut“.*



Bild 2

*Etwas anderes ausprobieren, war ihr Ziel. Deshalb erfolgte eine ganz neue Farbwahl. Es ist deutlich zu erkennen, wie schwer es noch fällt, wirklich Farbflächen zu malen, also etwas anderes auszuprobieren und sich zu entscheiden. – die Bewegung ist ähnlich und die Strichführung ist trotz dunkler Farbe nur ganz zart.*



Bild 3

*Von zu Hause hat die Patientin einen Kettenanhänger mitgebracht. Er unterstützt bei der Motivsuche. Engagiert arbeitet sie nach dieser Vorlage die Fische als Ying / Yang Motiv auf das Bild.*

*Als es fertig ist betrachtet sie es von weitem – es gefällt ihr nicht. „Der Kopf war wieder einmal schneller als der Bauch“ – sagt sie – „Statt zu warten, was als Form entsteht, habe ich gleich losgelegt.“*



Bild 4

*„Ich mach das jetzt anders“ - und dies ist nicht zu übersehen. Lange malt sie an diesem Bild. Die Farben werden dabei immer dunkler, für sie ist dies in Ordnung. Sie sagt, vor ihr liegt noch ein Weg, den sie gehen muss und dieses Bild ist ein Symbol dafür. Es ist ein Ergebnis, welches Bewegung, Veränderung und Entwicklung dokumentiert und immer noch veränderbar.*

Wie hat sich die Selbstwirksamkeit der Patientin verändert?

Durch das eigenständige Malen des Bildes, musste sie selbständig Entscheidungen treffen (welche Farbe und Pinsel, welche Bewegung, welches Aufteilung, welches Motiv) und im weiteren Verlauf ihre Ergebnisse ansehen, beurteilen und ändern. Besonders wichtig ist der Moment, in dem von der Vorlage (Kettenanhänger) Abstand genommen wird und ein eigenes Motiv entsteht, welches von Emotionen mitgetragen wird.

*„ Das Lernen funktioniert bei Kindern (wie bei Erwachsenen) immer dann am besten, wenn es ein bisschen „unter die Haut geht“, wenn also die emotionalen Zentren im Gehirn aktiviert werden und all jene Botenstoffe vermehrt gebildet und freigesetzt werden, die das Knüpfen neuer Verbindungen zwischen den Nervenzellen fördern.“ (Hüther Veröffentlichungen im Internet „Märchen“ Herbst 2005)*

*Im abschließenden Gespräch würdigen wir noch einmal die Vergangenheit. Vieles musste abgearbeitet werden und schnell gehen, ohne dass groß darüber nachgedacht wurde. Muster und Verhaltensweisen hatten sich verfestigt, damit gingen eigene Kreativität und schöpferisches Tun, welches Quellen der Selbstwirksamkeit sind, zurück.*

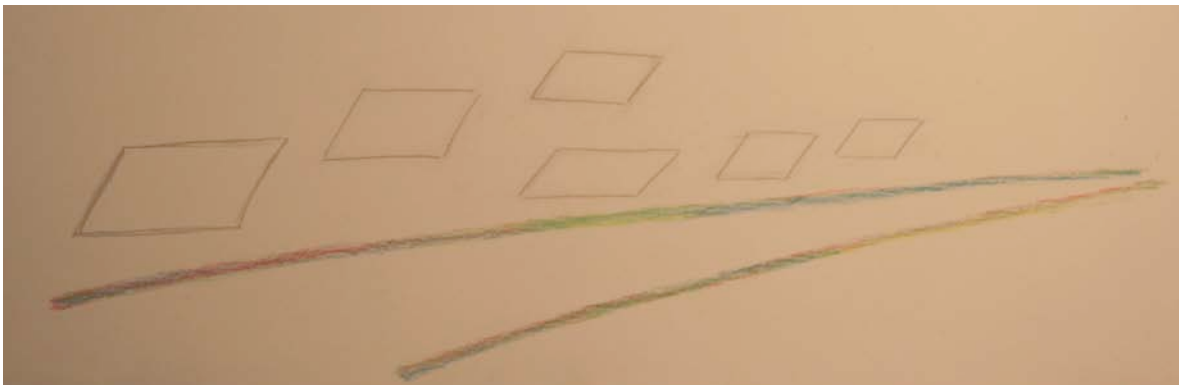
*Hüther sagt, „... man lernt sein Fühlen vom Denken und oft vom Handeln abzuspalten“ (Fokus 2009 Nr. 23) und verliert dadurch an Selbstwirksamkeit.*

*Wir schauen auf die Gegenwart, viel hat sich schon verändert. Frau A. hat ihre Stelle als Leiterin abgegeben und mit einer neuen Tätigkeit begonnen. Sie liebt die Arbeit mit Kleinkindern, diese zu umsorgen, mit ihnen zu spielen und zu singen, tut ihr gut. Abends ist sie oft körperlich völlig erledigt, aber glücklich.*

### 3.7. Der Abschied - ein Weg

Den Rückblick auf die gesamte Dauer der Kunsttherapie gestalte ich als Weg. Alle gemalten Bilder, Plastiken oder Collagen liegen auf dem Fußboden. Gemeinsam gehen wir (Patientin und Therapeutin) den Weg entlang. Im Rückblick wird der Verlauf mit seinen Höhen und Tiefen sichtbar. Durch die Bilder werden die vergangenen Monate wieder deutlich. Was hat sich seit dem verändert? Was war gut? Welche offenen Punkte gibt es? Welche Gefühle werden wach? Soll noch etwas gesagt werden. Bilder sind Wegbegleiter geworden. Sieht der Patient die Fülle von Bildern, so entsteht oft das Gefühl, ich habe etwas geschafft! Es sind sichtbare Erfolge, die gefeiert werden dürfen.

Am Ende der Reihe beginnt der Ausblick. Es ist gut den Weg mit einem Seil fortzuführen. Ist das Ziel erreicht worden? Oder, wann hat sich dieses verändert? Was war damals wichtig, was ist jetzt? Welche Lösungsmöglichkeiten wurden gefunden? Was sind nächste Schritte?



*Zeichnung Weg und Bilder*

*Was wird die Zukunft für Frau A. bringen? Sie sagt, wichtig sind für sie andere Menschen, mit denen sie die Erlebnisse des Alltags sowie Gedanken und Gefühle teilen kann und die ihr spiegeln, wenn sie sich wieder „vergraben sollte“. Es gibt Freunde, einen neuen Mann – und große Kinder, die die Wohnung verlassen haben. Neben den Menschen, ist ihre auch die Natur zur Energiequelle geworden. Der tägliche Fußmarsch zur Arbeit ein Puffer zwischen Arbeit und Privatleben.*

Haben Patienten Freude am Malen gefunden, sind Malkurse z.B. bei der Volkshochschule empfehlenswert. So kann ihr Soziales Netzwerk um eine weitere Adresse bereichert werden.



## 4. Vielfältige Möglichkeiten

### 4.1. Gemaltes Leben – Zeitstrahl einmal anders

In der systemischen Arbeit erhält man als Therapeut oder Berater sehr viele Informationen aus dem Zeitstrahl.

Nicht nur die Ereignisse werden geschildert und zeitlich eingeordnet, sondern auch die Problem- und Symptomentwicklung und die bisherigen Lösungsversuche aufgeschrieben. (Vergleiche mit Schwing / Fryszer „Systemisches Handwerk“ S. 88 und folgende)

Biografische Fragen über besondere Ereignisse im Leben des Patienten sind sehr wichtig.

Ergänzend kann gefragt werden nach:

- Bezugs- oder Vertrauenspersonen,
- welche Krankheits- oder Belastungssymptome wann aufgetreten sind, und Möglichkeiten der Linderung ausprobiert wurden,
- welche Ergebnisse und gute Zeiten sind noch im Bewusstsein?

Mit den Fragen nach Lösungsversuchen entsteht eine positive und wertschätzende Grundstimmung.

*Fallbeispiel:*

*Eine Patientin (35J.) berichtete über den Verlust mehrerer Bezugspersonen in ihrer Jugendzeit. Die Eltern trennten sich, als die Patientin 18 Jahre alt war, der Kontakt zum Vater brach vollständig ab, beide Großeltern, die mit im Haushalt lebten, starben kurz hintereinander. Die Mutter musste aus dem gemeinsamen Haus ausziehen und lebte mit den jüngeren Geschwistern in einer Neubauwohnung. Die Patientin bekam eine eigene kleine Wohnung. Sie fühlte sich in dieser Zeit sehr allein und auf sich gestellt „aus dem Nest geworfen“. Danach, so schildert sie, begannen heftige Migräneanfälle und Essstörungen.*

*Alle Informationen wurden auf einem Zeitstrahl festgehalten. Besonders wichtig war das Notieren der Lösungsversuche. Mit Hilfe von Fragen war eine gute Rückbesinnung möglich. Welche wichtigen Menschen standen Ihnen in dieser Zeit zur Seite? Welche schönen Erlebnisse sind im Gedächtnis geblieben? Welche Hürden wurden genommen und wie wurden sie bewältigt? Über welche Dinge wurde viel gelacht?*

*Um die gute Atmosphäre festzuhalten, bat ich die Patientin ein Bild über ihre Kinder- und Jugendzeit zu malen. Ich wählte den zeitlichen Rahmen weiter, damit die Gedanken nicht in der problematische Zeit hängen blieben, sondern malerisch die Kinder- und Jugendzeit abgebildet wurde.*



Pastellbild -Lebensweg

*Nachdem das Bild fertig war, betrachteten wir es gemeinsam. Die Patientin beschrieb bewegte, fließende Formen für lebendige Kinderjahre mit viel Liebe, leuchtende Farben für die Vielfalt des Lebens. Auch die dunklen, schweren, kantigen Bereiche, welche jedoch auf dem Blatt nur einen kleinen Teil ausfüllen, wurden benannt. Ich machte die Patientin darauf aufmerksam, dass genau neben den dunkelsten Farben ein kräftiges und leuchtendes Gelb steht – und unter den kantigen Teilen ein tragfähiger Boden (wie die Erdkugel) zu sehen ist. Wir überlegten noch einmal für was bzw. für wen diese Farben stehen könnten. Noch lange nach der Entstehung des Bildes erzählte mir die Patientin, wie sehr sie das Malen und die Bildbetrachtung bewegt hat. Oft hat sie es sich angesehen und festgestellt, dass nur ein kleiner Bereich in ihrem Leben schwer war und vieles an eine schöne Kinder- und Jugendzeit erinnert.*

In diesem Gespräch kamen besonders die Methoden des **Reframings** und des **Normalisieren** zum Tragen. Die Betrachtung in einem größeren zeitlichen Rahmen, in Verbindung mit den eigenen Ressourcen und Lösungsergebnissen, ließen die Negativerlebnisse kleiner erscheinen – ohne sie zu negieren.

#### **4.2. Gemaltes Leben als Gruppenarbeit**

Meine Peer-Gruppe wollte sich ebenfalls malerisch an diesem Thema ausprobieren.

Wir sind 5 Frauen und jede hat einen anderen Lebensabschnitt gemalt: Kindheit, die Zeit als Jugendliche, als junger Erwachsener usw. Im Anschluss haben wir unsere Bilder angesehen und uns über Erlebnisse, Personen, Gedanken und Gefühle ausgetauscht.

Hier ein paar Zitate über die Wirkungsweise des Prozesses:

- „durch das langsame Arbeiten kann man sich gut in die Zeit zurückversetzen – man malt sich rein“
- „der Blick auf den gesamten Zeitraum ändert sich“

- „schöne Erinnerungen werden wach“
- „die Gefühle von damals werden im Jetzt lebendig“
- „auch die Ambivalenzen sind wahrnehmbar“
- „durch den Fingerkontakt auf dem Papier, kann man sich richtig reinfühlen“
- „Kraft wird im Bild sichtbar“
- „wichtig ist das anschließende Gespräch“
- „der Austausch mit Anderen (der Gruppe) ist leicht möglich“
- „ein Bild ist ein Anker, der bleibt“

Die entstandenen Bilder lassen sich gut zum **Reframing** nutzen. Ich bin auf diesem Gebiet noch sehr Lernende und für mich ist es einfacher, die Sätze der Patienten zu hören und auf das Bild zu schauen, und mit Hilfe dessen andere Sichtweisen zu eröffnen und Räume im Denken und Fühlen zu erweitern. Für mich ist ein Bild ebenfalls ein Anker, der bleibt.

„Reframing bedeutet, dem Gesagten oder Erlebten eine neue Bedeutung zuzuweisen, es in einen neuen Rahmen (frame) zu stellen und dadurch dem Klienten neue Sicht- und Handlungsweisen zu erschließen.“ (Schwing / Fryszer „Systemisches Handwerk“ S.243)

Das Arbeiten in der Gruppe hat noch einen Wesentlichen Vorteil, nämlich der Blick auf das Bild des Nachbarn, hier ist Schauen erlaubt! Fast auf jedem Bild sind Phasen zu erkennen, die dunkel bzw. schwierig waren – es ist also ein Stück **Normalität**, dass nicht immer alles leicht zu bewältigen ist. Für Menschen ist es sehr befreiend zu spüren, anderen geht oder ging es auch schon so.

„... normalisierende Kommentare, also Formulierungen, die die genannten Anliegen als prinzipiell lösbare normale Anforderungen des Lebens beschreiben, (können) hilfreich sein.“ „...wenn Klienten mit ihren Problemen bisher wenig gesehen und gewürdigt wurden, ..., passen normalisierende Kommentare nicht; denn sie wecken beim Gegenüber das Gefühl, ... nicht verstanden oder ernst genommen zu werden.“ (Schwing / Fryszer „Systemisches Handwerk“ S. 239 /240)

... Und noch eins war schön zu erleben, sich gegenseitig Komplimente zu machen. Auch Klienten freuen sich über ein schönes Bild oder schöne Bereiche im Bild, wo die Farbe leuchtet oder ein Form gut gelungen ist. Deshalb gilt für mich - nie mit Komplimenten sparen! Manchmal ist es notwendig durch ein Passepartout einem Bild oder Bildausschnitt einen Rahmen zu geben, um die Veränderungen klarer wahrzunehmen. Auch der Wechsel zwischen Nähe und Abstand ist wichtig, denn durch einen geänderten Blickwinkel lässt sich einerseits die Schönheit des Bildes neu erfassen und andererseits gelingt die Veränderung der Perspektive.

„Komplimente drücken Wertschätzung aus, schaffen eine positive Arbeitsatmosphäre und setzen voraus, dass unser Gegenüber uns aufmerksam wahrgenommen hat, darüber hinaus sind Komplimente wohltuend.“ (Schwing / Fryszer „Systemisches Handwerk“ S. 240)

### 4.3. Verstärkung der Ressourcen über Farbwirkungen

Eine besonders schöne Beschreibung, was Ressourcen sind, habe ich von Barbara Gromes in - Kunsttherapie bei psychosomatischen Störungen - gefunden (S.93)

„Eine Ressource ist eine stärkende, unterstützende, energiespendende Quelle. Dazu zählen alle inneren und äußeren, alte und neue positiven Erfahrungen und Handlungsmöglichkeiten.“

*Fallbeispiel Beratung:*

*Eine Klientin (Lehrerin) berichtet über tiefe Spannungen mit ihrer Kollegin. Gemeinsam betreuen sie eine Förderschuleklasse mit 9 geistig behinderten Kindern. Sie berichtet, wie sehr ihr konstruktiver fachlicher Austausch wichtig ist, ihr dieser fehlt und wie rar persönliche Kontakte sind. Da die Problembeschreibung sehr vielschichtig ist, visualisieren wir die einzelnen Aspekte auf grünen Karten. Danach sortierten wir diese, nach dem, was derzeit am Wichtigsten für die Klientin ist: „Energie für mich“ steht im Ergebnis an erster Stelle.*

*Im weiteren Gespräch frage ich nach den Energiespendern. Wer gibt Kraft? Wer eignet sich zum persönlichen Austausch? Mit wem kann man Kaffee trinken gehen? Für jeden „Kraftgeber“ verwenden wir eine orange Karte – bis 12 Karten vor uns liegen und uns Orange entgegen strahlt.*

Durch die Visualisierung der Personen mit Karten lassen sich zirkuläre Fragen sehr leicht und anschaulich stellen, z. B. welches erfrischende Lied singen die Kinder zu hause ihren Eltern vor, dass sie mit ihnen eingeübt haben?  
Alle Karten werden der Klienten als sichtbare Erinnerung mitgegeben.

Ganz bewusst habe ich hier die Farbwirkung genutzt und die blau-grünen Karten für die Strukturierung und die orangen Karten als Ressourcengeber ausgewählt.

Grün: wirkt still, ruhig, transparent, fördert das Denken, die Kreativität und die Objektivität, Heilfarbe

Orange: wirkt wärmend, vermittelt Fülle und Geborgenheit, vermittelt ein Gleichgewicht zwischen Ruhe und Beweglichkeit, Begeisterung, Aktivität, Mut, Ideen  
Farbwirkungen (nach Liane Collat d`Herbois „Licht, Finsternis und Farbe in der Maltherapie“ S. 132/133 und S. 176/177/178)

## 5. Ist die Verknüpfung gelungen?

Kunsttherapie und Systemische Beratung sind für mich längst miteinander verknüpft.

Wie wir wissen, bedienen sich systemische Methoden oft Bildern, so werden Worte auf Karten visualisiert, mit Klötzchen Beziehungsgefüge dargestellt, mit Seilen Lebenswege markiert usw. Durch das Tun mit den Händen und dem sinnlichen Wahrnehmen, kann die Kunsttherapie noch zur Vertiefung der Systemischen Beratung beitragen.

Oder ist die Systemische Beratung eine sinnvolle Erweiterung der Kunsttherapie?

Ich erinnere noch einmal an den Auszug aus den Unterlagen des Berufsverbandes (BVAKT). Darin heißt es:

- Wichtig ist, dass der Patient seine Krankheitstendenzen erkennen,
- ihnen selbst aktiv entgegen wirken
- und sie in gesunde Zukunftspotentiale verwandeln lernt.

Dies klingt doch sehr systemisch! Krankheitstendenzen erkennen, heißt für mich: Wann war was, welche Symptome, welche Probleme, in welchem Zusammenhang, wie sind die derzeitigen Belastungen. An den oben aufgeführten Fallbeispielen habe ich dargestellt, wie man einen Zeitstrahl malen kann, eine Lemniskate mit der Vergangenheit, Gegenwart und Zukunft in Verbindung bringt und wie aus gemalten Themen kraftvolle Ressourcen neu entdeckt werden können.

Wichtig ist für mich weiterhin, die eigenen Ziele des Patienten zu kennen und was seine Vorstellungen von einem gelungenen Leben sind. Die Vertiefung des Ziels über ein gemaltes Bild, empfand ich als vertiefenden Prozess. Das Ziel wurde dadurch nicht nur mit Worten, sondern auch mit Farben verankert.

Veränderungsprozesse gestalten! Therapeutisch begleite ich die Patienten nicht nur im Malprozess, sondern auch in ihrem Blick auf die Bilder in Verbindung zu ihrem Leben. Gedanken, Gefühle und auch körperliche Empfindungen wahrzunehmen, anzuschauen, aus anderen Perspektiven zu erleben und damit in Veränderung zu führen, ist wichtiger Bestandteil meiner Arbeit.

Gesunde Zukunftspotentiale - hier schaue ich jetzt noch mehr auf Unterstützer, Ressourcen und das soziale Netzwerk. Denn es wäre sehr schade, wenn ein langer kunsttherapeutischer Prozess gut endet und seine Ergebnisse nicht in das Alltagsleben integrierbar wären.

Ist es nun Kunsttherapie, die mit Hilfe der systemischen Beratung ergänzt oder ist es die Systemische Beratung, die durch Kunsttherapie erweitert werden kann?

Ich kann dies nicht abschließen und erschöpfend beantworten. Manchmal kommt es auf die Sichtweise an:



....wichtig ist nur – ist es nützlich?!

Susann Scheidemantel  
August 2011

## Literaturverzeichnis

1. Rainer Schwing / Andreas Fryzer ,  
Systemisches Handwerk, Werkzeug für die Praxis,  
Vandenhoeck & Ruprecht, 3. Auflage, 2009
2. Arist von Schlippe / Jochen Schweitzer,  
Lehrbuch der systemischen Therapie und Beratung,  
Vandenhoeck & Ruprecht, 10. Auflage, 2007
3. Gerald Hüther Internet Thema Märchen (Herbst 2005)
4. Gerald Hüther Fokus 2009 Nr. 23
5. Manfred Lütz  
Irre! Wir behandeln die Falschen – Unser Problem sind die Normalen  
Gütersloher Verlagshaus, 16. Auflage 2010
6. Rh. Martius / F. von Sperti / R. Henningsen,  
Kunsttherapie bei psychosomatischen Störungen;  
Urban & Fischer, 2008
7. Liane Collot d`Herbois  
Licht, Finsternis und Farbe in der Maltherapie  
Verlag am Goetheanum
8. Richtlinien des Berufsverbandes für Anthroposophische Kunsttherapie
9. Wikipedia „Suchbegriff Kunsttherapie“