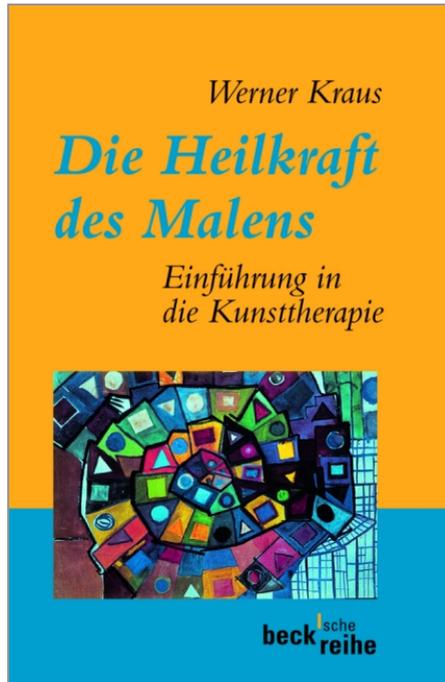


Unverkäufliche Leseprobe



**Werner Kraus (Hg.)**  
**Die Heilkraft des Malens**  
Einführung in die Kunsttherapie

6., aktualisierte Auflage 2012.  
176 Seiten, Paperback  
ISBN: 978-3-406-49421-5

Weitere Informationen finden Sie hier:  
<http://www.chbeck.de/20193>

## Die Heilkraft des Malens – Zu diesem Buch

*Von Werner Kraus*

Das seelische Gleichgewicht kann schnell verlorengehen. Mit schwierigen Situationen werden wir allenthalben konfrontiert: mit Konflikten zwischen Eltern und Kindern, mit der Trennung vom Partner, dem Tod eines geliebten Menschen, mit dem Verlust des Arbeitsplatzes oder mit einer schweren Erkrankung. Wer bemerkt, daß seine Psyche „nicht mehr mitmacht“, wird sich fragen, was er tun kann, um nicht krank zu werden. Er wird seinen Lebenszuschnitt und seine Lebensgewohnheiten überdenken und nach Alternativen, gerade im kreativen Bereich, suchen.

Wer an psychischen Störungen wie Angstzuständen, Depressionen oder unter dem Gefühl der Leere und Sinnlosigkeit leidet – das sind heute etwa ein Drittel der Bevölkerung –, wird sich fragen, ob die „klassischen“ Therapien im ambulanten Bereich, also Medikamente, Einzel- und Gruppengespräche, ausreichen, um die Ursachen der Erkrankung aufzudecken und Heilung zu bringen. Informationen über das weite Spektrum der verschiedenen Behandlungsmöglichkeiten sind nötig.

Wer – wie jeder zehnte Bundesbürger – einmal in seinem Leben ein psychiatrisches Fachkrankenhaus aufsuchen muß, wird feststellen, daß dort neben „Pillen und Worten“ auch kreativ-therapeutische Verfahren ihren Platz haben: Es wird Musik gemacht, getanzt, es wird gezeichnet, gemalt, mit Plastilin, Ton oder Stein gearbeitet. Was aber geschieht bei dieser Behandlung?

Nicht wenige Kliniken zeigen die Werke, die im Rahmen dieser Therapieformen entstehen: Skulpturen schmücken das Foyer oder den Park, Bilder werden in den Gängen und Patientenzimmern ausgestellt, und was wäre ein Tag der offenen

Tür in der Psychiatrie ohne einen Basar mit Bildern und Skulpturen von Patienten! Trotz des großen Interesses, das eine breite Öffentlichkeit dann an der Kunsttherapie zeigt, ist das Wissen über sie nur sehr gering.

Für welche Personen/Patienten ist die Kunsttherapie die Behandlungsmethode der Wahl? Wie gehen die Therapeuten vor? Wird nur gemalt oder auch über die Bilder geredet? Muß man für diese Therapie künstlerisch begabt sein? Sollen gar Kunstwerke entstehen? Wie ist die Ausbildung zum Kunsttherapeuten geregelt? Wer hilft bei Spezialfragen weiter?

Hier setzt das vorliegende Buch an. Es beantwortet diese Fragen und zeigt, wie Kunsttherapie in kritischen Lebenssituationen, bei seelischen Störungen und bei psychischen Krankheiten eingesetzt werden kann, welche Heilungschancen sie bietet und wo ihre Grenzen liegen. Medizinische Vorkenntnisse sind nicht erforderlich, um das Werk mit Gewinn zu lesen, wenn auch manchmal von Nutzen, da die einzelnen Krankheitsbilder nur ansatzweise theoretisch erklärt werden. Schließlich will es denjenigen Lesern weiterhelfen, die Interesse am Beruf des Kunsttherapeuten haben.

Dieses Buch hat auch eine persönliche Geschichte, die im Herbst 1993 beginnt: Ich sitze im Malatelier einer bayerischen Bezirksklinik, will mich zur Vorbereitung einer Tagung und Ausstellung über Kunsttherapie informieren, selbstverständlich nur „theoretisch“, und werde vom Therapeuten kurzerhand in eine Therapiestunde mitgenommen und aufgefordert zu malen. Das weiße Blatt Papier liegt schon geraume Zeit vor mir, nichts will gelingen. „Denken Sie nicht so erfolgsorientiert, Sie müssen kein Kunstwerk produzieren“, meint er und gibt den Tip, ein einfaches Motiv doch mal mit der linken Hand zu versuchen. Das Eis ist gebrochen, ein erstes Bild entsteht. Doch meine Frage, was Kunsttherapie denn eigentlich ist, bleibt noch unbeantwortet. Zwar gibt es genug Literatur – über hundert Publikationen sind im deutschsprachigen Raum erschienen –, doch sie ist entweder für Fachleute geschrieben oder sie behandelt Spezialthemen. Ein Überblicks-

werk für den Laien fehlt, ein Buch, das den Einstieg in Theorie und Praxis dieser Therapieform ermöglicht. Im Laufe des Sommers 1994 zeigten wir dann eine Wanderausstellung mit Bildern von Patienten aus den Bezirkskliniken, und immer wieder hörten wir von Besuchern die Frage: „Gibt es nicht ein Taschenbuch zu diesem Thema?“ Die Idee für das vorliegende Buch war geboren.

Diese Darstellungsform der Kunsttherapie birgt aber auch Risiken. Gleich zu Anfang will ich darauf hinweisen und vier Gründe nennen:

Erstens: Der Lesermeinung, daß mit der Kunsttherapie ein „Allheilmittel“ gefunden sei, muß entschieden widersprochen werden, denn sie ist nur ein Angebot aus dem psychologischen beziehungsweise psychiatrischen Behandlungsspektrum, ein wichtiges und unverzichtbares, aber nicht das einzig wirksame.

Zweitens: *Die Kunsttherapie gibt es nicht.* Es gibt (fast) so viele Kunsttherapien wie Kunsttherapeuten. Der Satz des Psychiaters Viktor Frankl, daß jede Therapie eine Gleichung ist mit zwei Unbekannten, nämlich dem Therapeuten und dem Patienten, ist auch hier gültig. Weder läßt sich die Kunsttherapie in jedem Fall mit gleichen Erfolgsaussichten anwenden, noch kann jeder Therapeut diese Methode mit der gleichen Wirksamkeit handhaben.

Drittens ist dieses Buch ein Risiko, weil es unhöflich ist. Es beschreibt die Arbeit des Therapeuten, die Gestaltungen des Klienten oder Patienten, es wendet sich an den Leser . . . Stehen also ausschließlich Männer im Mittelpunkt? Nur um der Lesbarkeit willen bedienen wir uns der alten maskulinen Form. Wir wissen, daß Frauenpersönlichkeiten die Kunsttherapie in Praxis, Forschung und Lehre prägen. So ist die erste Lehrstuhlinhaberin für „Bildnerisches Gestalten und Therapie“ eine Frau, die Münchner Professorin Dr. Gertraud Schottenloher, und in diesem Buch kommen weit mehr Autorinnen zu Wort als Autoren.

Und schließlich viertens: Dieses Buch ist kein „Ratgeber“, der dem Leser alle Fragen beantwortet und alle Unklarheiten beseitigt.

Das Buch will vielmehr neugierig machen auf diese Therapieform, es will Basisinformationen bieten und es will Mut machen zum eigenen bildnerischen Gestalten. Denn die Arbeit mit Pinsel, Stiften und Farben, jede kreative Tätigkeit, sollte nicht erst in Zeiten seelischer Kränkung – also zur Therapie – aufgenommen werden, sondern als Prophylaxe, als Weg zur Erhaltung der seelischen (und körperlichen) Gesundheit. Auf den Punkt gebracht hat diesen Aspekt Joseph Beuys mit dem Satz: „Kunst ist ja Therapie“, und so will dieses Buch auch einladen zu kreativer Tätigkeit.

Weiteres Ziel dieser Aufsatzsammlung ist es, die unterschiedlichen Einsatzfelder und Methoden der Kunsttherapie zu beschreiben. Deutlich werden dabei verschiedene Ansätze: psychotherapeutische, pädagogische, künstlerische, anthroposophische. Der Leser kann einzelne Therapieverläufe miterleben und sich von den positiven Wirkungen dieser Therapieform überzeugen: daß im Rahmen der Kunsttherapie die Klienten/Patienten

- verlorengegangene kreative Fähigkeiten wiederentdecken,
- Selbstvertrauen und Selbstwertgefühl aufbauen,
- sich ihrer Mit- und Umwelt verstärkt öffnen,
- in der Gruppenarbeit soziale Erfahrungen machen und soziale Kompetenzen entwickeln,
- psychische Stabilität erlangen und damit Lebensfreude zurückgewinnen.

Im Bereich der Klinik kann die Aufgabe der Kunsttherapie darin bestehen,

- bei schwer zugänglichen Patienten eine (zunächst nonverbale) Kontaktmöglichkeit anzubahnen und damit auch Wege für andere therapeutische Verfahren zu eröffnen,
- schwer faßbare innere Prozesse anschaulich zu machen und so deren bewußte Verarbeitung einzuleiten,
- Gefühlen wie Ängsten, Erwartungen und Sehnsüchten gestaltend Ausdruck zu verleihen,
- verborgene kreative Kräfte zu aktivieren und damit gesunde Persönlichkeitsanteile zu stärken.

Da psychische Störungen beziehungsweise Erkrankungen

nach heutiger Erkenntnis auf verschiedene Ursachen zurückzuführen sind, muß auch die Therapie „mehrdimensional“ vorgehen. Vielfach eröffnet erst die Gabe von Medikamenten einen Zugang zum Patienten und erhöht die Erfolgsaussichten für die Kunsttherapie. Immer muß also die Verbindung zu anderen Therapieformen, beispielsweise der Pharmaka- oder der Psychotherapie, gesehen werden, aber auch die zu anderen Kreativtherapien wie der Musik-, Tanz- und Bewegungstherapie, dem Psychodrama, der Biblio- und Poesietherapie.

Diese Zusammenhänge werden im Beitrag von *Christoph Thomas* erläutert. Vorgestellt werden außerdem die verschiedenen kunsttherapeutischen Ansätze und die Rahmenbedingungen für die Therapie. Die Künstlerin *Karin Blum* wirbt im zweiten Beitrag für eine „schöpferische Lebenseinstellung“, die Voraussetzung dafür ist, Lebensfreude zu erfahren.

Die beiden folgenden Beiträge geben Beispiele einer kunsttherapeutischen Gruppenarbeit, wobei *Bettina Egger* ein Kurzzeit-Therapiemodell vorstellt, bei dem aufgrund eines klaren Therapieauftrages mit „einem Minimum an Gespräch und einem Maximum an effektivem Malen“ gearbeitet wird. *Christoph Thomas* beschreibt, wie mit einer großen Gruppe junger Patienten ein umfangreiches Filmprojekt realisiert werden konnte.

*Gisela Schmeer*, *Sybille Loew* und *Ulla Tretter* setzen sich mit seelischen Störungen auseinander, die in der Praxis zunehmend an Bedeutung gewinnen: Beziehungsstörungen, Stress, Burn-out-Syndrom und Angst. *Felix Tretter* und *Angelika Althoff* behandeln den Einsatz der Kunsttherapie bei Suchtkranken und im Bereich der Kinder- und Jugendpsychiatrie; *Monika Gerlinghoff* schreibt über die Therapie von Eßstörungen.

Die folgenden drei Beiträge zeigen auf, inwieweit Kunsttherapie bei psychotischen Erkrankungen, insbesondere bei Schizophrenien, eingesetzt werden kann. *Norbert-Ulrich Neumann* beweist, daß das Malen von Bildern zum Lebensinhalt eines Patienten werden kann; *Elisabeth Muth* und *Reinhold Gerum* plädieren für kreativtherapeutische Verfahren gerade

bei denjenigen Kranken, die in der Vergangenheit vielfach nur „verwahrt“ wurden, den chronisch-schizophrenen Langzeitpatienten; *Dietmar Dunker* schreibt über den Therapieprozeß bei einer akuten Psychose. *Flora von Spreti* schildert den Einsatz der Kunsttherapie bei einem zunächst hoffnungslos erscheinenden Fall von chronischer Depression. Daß Kunsttherapie auch bei geistig behinderten Menschen mit Erfolg angewendet werden kann, verdeutlichen *Ilse Merkle* und *Monika Brückner*. Das ‚Schlußwort‘, Bilanz und Ausblick zugleich, bildet der Beitrag von *Norbert-Ulrich Neumann* mit dem programmatischen Titel ‚Kunst wirkt, auch therapeutisch‘. Ein abschließender Informationsteil bietet vor allem Hinweise zu Ausbildungsfragen.

Zu danken habe ich dem Verband der bayerischen Bezirke, der die Herausgabe dieses Buches ermöglichte. Zu danken habe ich auch den Leitern der bayerischen Bezirkskliniken, die meine Arbeit engagiert unterstützten, nicht zuletzt allen Ärzten und Ärztinnen sowie allen Kunsttherapeuten und -therapeutinnen, ohne die dieses Buch nicht entstanden wäre.

---

Mehr Informationen zu [diesem](#) und vielen weiteren Büchern aus dem Verlag C.H.Beck finden Sie unter: [www.chbeck.de](http://www.chbeck.de)