

Annette Bartke

# Kunst akut

Ein Konzept für Kunst- und Gestaltungstherapie  
in der Psychiatrischen Klinik

Gliederung:

1. Einleitung
2. Die Theorie zur Praxis
  - 2.1 Kurze Darstellung der Entwicklungslehre von Pamela Levin
  - 2.2 Generelle Gestaltung der Einheiten
  - 2.3 Einführung für neue Patienten
3. Die Einheiten
  - 3.1 Die Kraft zum Sein
  - 3.2 Die Kraft zum Tun
  - 3.3 Die Kraft zum Denken und Fühlen
  - 3.4 Die Kraft der Identität
  - 3.5 Die Kraft zur Geschicklichkeit
  - 3.6 Die Kraft zur Loslösung und Erneuerung
  - 3.7 Die Kraft zum Recycling
4. Einzeltherapie
5. Betrachtung meiner Tätigkeit im Bereich Kunst- und Gestaltungstherapie
  - 5.1 Gruppenzusammensetzung
  - 5.2 Einführung bezüglich der Themen
  - 5.3 Einsatz von Medien
  - 5.4 Ablauf der Gestaltungsphasen
  - 5.5 Einsatz der Erlaubnissätze von Pamela Levin
  - 5.6 Abschluss der Einheiten und Adaptionmöglichkeiten
  - 5.7 Feedback und Eigenwahrnehmung

## 1. Einleitung

Warum Kunst akut? Wenn man Kunst- und Gestaltungstherapie als Heilmittel versteht, das neben seiner Wirkung eben auch Risiken und Nebenwirkungen haben kann, wird deutlich, warum ich diesen Titel gewählt habe: Ich arbeite als Ergotherapeutin mit kunsttherapeutischer Zusatzausbildung in einem psychiatrischen Akutkrankenhaus. Zu einem Teil besteht mein Auftrag darin, klassisch ergotherapeutisch mit drei Stationen aus dem Suchtbereich zu arbeiten, zusätzlich biete ich für insgesamt drei Stationen eine Kunsttherapeutische Gruppe an:

- H0: Psychosomatik
- G2: Suchtstation, vor allem Therapie nach Alkoholentzug
- G3: Sucht und Psychosomatik kombiniert

Diese Aufstellung macht ersichtlich, dass grundsätzlich Menschen (*im Folgenden Patienten, ohne geschlechtsspezifische Unterscheidung, genannt*) mit der gesamten Palette an psychiatrischen Krankheitsbildern an meinen Gruppenangeboten teilnehmen. Indikation und Kontraindikation von Kunst- und Gestaltungstherapie sind mit den Stationen kommuniziert. Dennoch kommt es im Alltag eines großen Krankenhauses (*ca. 1500 Mitarbeiter*) immer wieder auch zu der Situation, dass Patienten mit suizidaler Thematik oder auch produktiver Symptomatik in den Gruppen mit anwesend sind. Dann bin ich gefordert, das in der Kunsttherapie erlebte für solche Patienten in einen sinnvollen Kontext zu stellen. Bei fraglicher Suizidalität erfolgt eine zeitnahe telefonische Übergabe an das Stationspersonal.

Das Angebot findet für jede Patientengruppe einmal wöchentlich statt, die Einheiten sind mit ca. zwei Stunden Dauer geplant. Weiterhin gibt es auch die Möglichkeit, nach Absprache für Einzeltherapie einzuteilen. Hierfür gibt es aktuell einen Platz.

Das Gruppenprogramm wiederholt sich ca. alle sieben Wochen, da ich mich im Wesentlichen an den Cycles of Power von Pamela Levin orientiere.

## 2. Die Theorie zur Praxis

### 2.1 Kurze Darstellung der Entwicklungslehre von Pamela Levin

Nach Pamela Levin durchläuft jeder Mensch ab der Geburt bis zum 19. Lebensjahr sieben Entwicklungsphasen, die sie Cycles of Power nennt. Idealerweise erfährt das Individuum durch sein Umfeld stärkende, unterstützende Botschaften, die zur Entwicklungsphase passen, sodass es sich gut entwickeln und gestärkt in die nächste Phase eintreten kann. Diese Botschaften formuliert Levin als Erlaubnisse, ordnet jedem Cycle ganz bestimmte Erlaubnissätze zu.

Die sieben beschriebenen, aufeinander folgenden Einheiten habe ich nach diesen Cycles of Power benannt, sodass sie in dieser Arbeit in ihrer definierten Reihenfolge formuliert werden. Wer sich hier genauer informieren möchte, auch bezüglich der zugehörigen Erlaubnissätze, kann beispielsweise im Buch „Quellen der Gestaltungskraft“ von Klaus Lumma, Brigitte Michels, Dagmar Lumma, erschienen im Windmühle Verlag, nachlesen.

## **2.2 Generelle Gestaltung der Einheiten**

Die Themen sind ausnahmslos so gewählt und die Ein-/ Hinführung so gestaltet, dass die Ressourcen der Teilnehmer gestärkt werden. Wie intensiv Teilnehmer ihre inneren Themen bearbeiten, liegt in deren Verantwortung. Diese übergebe ich im Vorfeld, indem ich darauf hinweise, dass jeder für sich selbst entscheidet, was er von sich preisgeben bzw. für sich behalten möchte. Aktiv aufdeckendes Arbeiten findet nicht statt. Hintergrund sind teils hohe Vulnerabilität der Patienten und die oft eher kurze Aufenthaltsdauer.

Die Erlaubnisse aus den jeweiligen Cycles werden im Abschlussteil der Einheiten in der Mitte des Stuhlkreises ausgelegt, die Erlaubnisse zur Kraft des Seins und zum Recycling kommen immer mit dazu. Der Hauptauftrag der Klinik, die Grundstabilisierung der Patienten, entspricht nach meiner Auffassung dem ersten Cycle, der die Kraft des Seins zum Thema hat. Die Erlaubnisse zu dieser Entwicklungsphase kommen in jeder Einheit zum Tragen. Genauso wichtig ist es für die Patienten, sich als erwachsen und handlungsfähig wahrzunehmen, was aus meiner Sicht der Kraft des Recycling entspricht. Erlaubnisse aus dem Cycle „Erneuerung“ mit sexueller Komponente lasse ich weg, da Sexualität bei etlichen Patienten mit Trauma verbunden ist. Der Rahmen, in dem ich behandle, ist hierfür nicht geschützt genug.

Die einzelnen Einheiten laufen grob nach einem wiederkehrenden Schema ab, sodass für die Patienten Verlässlichkeit und Vorhersehbarkeit und damit auch ein Gefühl der Sicherheit entsteht. Wichtiger Aspekt ist die Initial-Resonanzbild-Methode, bei der die Patienten zunächst für sich eine Gestaltung machen, die im Anschluss unter speziellen Fragestellungen in der Runde vorgestellt wird. Je nach verbleibender Zeit gibt es die Möglichkeit, aus den gesamten Gestaltungen Elemente herauszugreifen und eine Schwarz-Weiß-Gestaltung hierauf zu beziehen. Dies dient der Verdichtung der in diesem Moment für den jeweiligen Patienten wichtigen Aspekte. Auch diese wird in der Runde kurz vorgestellt. Zum Schluss bekommen die Patienten die Möglichkeit, einen Erlaubnissatz aus den zur Verfügung gestellten Erlaubnissen auszuwählen, bzw. sich selbst einen Erlaubnissatz, bezogen auf die Einheit und eigene Entwicklungsbedürfnisse, zu formulieren.

## **2.3 Einführung für neue Patienten**

Fast jedes Mal sind in den Gruppen neue Patienten. Diese haben oft nur eine sehr vage oder überhaupt keine Vorstellung davon, was Kunst- und Gestaltungstherapie überhaupt sein soll. Ich erzähle etwas zu den wichtigsten Aspekten:

In der Kunst- und Gestaltungstherapie verwenden wir das Gestalten zum Ausdruck von Gedanken und Gefühlen. Daher ist es völlig irrelevant, wer das schönste Bild malt. Die Kunst dient als Mittel, im Fokus stehen die Therapie und der Prozess, der dabei entsteht.

Die Patienten sollen gut darauf achten, was ihnen gut tut. Sie sollen Pausen machen, wenn sie es brauchen und selbst entscheiden, wie weit sie sich öffnen möchten

*(Sei dein eigener Chair-Man).*

Weiterhin weise ich darauf hin, dass es wichtig ist, sich auf den eigenen Prozess einzulassen: Die menschliche Natur kennt keine Einbahnstraßen, und so kann das Gestalten auch Gedanken und Gefühle anregen. Wenn man sich aber währenddessen mit dem Tischnachbarn unterhält, kann die Wahrnehmung dafür verloren gehen.

Zirkel, Lineal, Bleistift und Radiergummi gehören nicht mit zum Programm. Sie repräsentieren unsere rationale Seite und ziehen eine scharfe Grenze zu unserem gefühlsbetonten, intuitiven Teil. Doch gerade dieser soll ja beim Gestalten Raum bekommen.

Suchtmittel sollen völlig ausgespart werden. Auch die durchgestrichene Weinflasche verankert unser unbewusster Teil als Weinflasche.

Patienten mit depressiver Auslenkung werden ermutigt, bunte Bilder mit positivem Fokus zu malen, denn gerade wenn die eigene Welt trüb und schwarz aussieht, macht es keinen Sinn, dies auch noch großformatig im Bild festzuhalten.

### **3. Die Einheiten**

Ich gebe nun einen Überblick über die Themen und Aufgaben, die ich den Cycles zuordne. Alles, was kursiv gedruckt ist, stammt aus meiner eigenen Feder und lese ich wörtlich vor. Die einzelnen Aufzählungspunkte innerhalb der Cycles stehen für Aufgaben, die ich alternativ zueinander verwende. Gerade im Bereich Suchtmedizin gibt es Menschen, die immer wieder zu uns ins Krankenhaus kommen. Das hat mich veranlasst, bei einigen Cycles unterschiedliche Aufgaben und Themen zu stellen, damit die Kunst- und Gestaltungstherapie spannend und voller Entdeckungen für alle Beteiligten bleibt. Aus Gründen des Datenschutzes habe ich auf das Einfügen von Bildern verzichtet, dafür aber zu jeder Einheit einen Absatz mit der Überschrift „Erfahrungen“ verfasst.

#### **3.1 Die Kraft zum Sein**

Hier geht es um innerliches und äußerliches Wohlbefinden. Thema für diese Einheit:

- Mein Wohlfühlort, mein sicherer Ort.

Am Anfang der Einheit steht eine kleine Imagination, in der die Patienten mit allen Sinnen durch ihren persönlichen Wohlfühlort geführt werden. Wenn die Imagination des „Sicheren Ortes“ aus anderen Therapien schon bekannt ist, greifen die Patienten oft diesen auf.

Die Patienten bekommen die Möglichkeit, ganz konkret und gegenständlich zu gestalten, dürfen jedoch Formen und Farben auch stellvertretend für ihre Vorstellungen einsetzen.

#### Erfahrungen:

Beliebte Bildmotive sind die einsame Insel oder der Liegestuhl am Strand. Auch das eigene Wohnzimmer taucht häufig auf. Viele Patienten haben auch einen ganz konkreten, in der Realität besuchbaren Wohlfühlort, z.B. eine Bank unter einem Baum, den sie dann malen.

Durch die Gestaltung eines angenehmen Ortes im Bild kommen die Patienten in Kontakt mit angenehmen Gefühlen sowie mit ihren Grundbedürfnissen. Sie beantworten sich im Bild selbst folgende Frage: „Was brauche ich, damit es mir gut gehen kann?“

Die Erlaubnissätze bringen dies am Schluss der Einheit auf eine generellere Ebene. Bewegend: Oft suchen sich Menschen, für die Suizid ein Thema war oder ist, den Satz „Es ist gut, dass es mich gibt“ aus, um diesen positiven Gedanken ihren eigenen, negativen Gedanken entgegensetzen.

### **3.2 Die Kraft zum Tun**

Hier geht es um Ausprobieren, Experimentieren.

Themen und Inhalte für diese Einheit:

- Gestalten mit (*Natur-*) Material, auch als Gemeinschaftsarbeit
- Farben- und Formenimagination, die im Anschluss frei gestaltet wird
- Großformatiges Gemeinschaftsbild der ganzen Gruppe, der Mund hat dabei Pause. Anschließend Reflektion des Gruppenprozesses. Danach Figuren stellen im Bild. Die Patienten reflektieren nun, was das für eine Figur ist, die sie sich da ausgesucht haben, wie es dieser an genau der Stelle im Bild geht und was sie von dort aus sieht. Daraufhin kleine Farbgestaltung bezüglich der wichtigsten Aspekte.

#### Erfahrungen:

Die häufigste Frage nach der Einführung in diese Einheit ist: „Hä? Was soll ich denn jetzt eigentlich machen?“ Mittlerweile muss ich innerlich schon schmunzeln, wenn ich freundlich, aber auch mit etwas Nachdruck sage: „Machen Sie einfach, lassen Sie das Nachdenken bleiben!“ Was dann geschieht, ist jedes Mal anders und so unterschiedlich, wie die Menschen in ihrem Tun, in ihrer Interaktion mit der Welt, eben sind. Zu allermeist stärkt das gemeinsame Arbeiten in der Gruppe das Gemeinschaftsgefühl und zeigt eigene Interaktionsmuster auf. In der abschließenden Rückmeldungsrunde höre ich immer wieder Sätze wie: „Das war schön / schwierig / herausfordernd heute, einfach mal so drauf los zu machen.“

### 3.3 Die Kraft zum Denken und Fühlen

Erlaubnis, die im Vordergrund steht:

Ich darf mir über meine Bedürfnisse im Klaren sein.

Themen:

- Tante Emma

Einführung:

*Vielleicht erinnerst du dich noch, oder vielleicht hast du davon gehört, früher, da gab es an diesem oder jenem Eck, in diesem oder jenem Dorf den Tante-Emma-Laden. Stell dir einen solchen Laden vor, tritt in deiner Phantasie durch die Eingangstüre und sieh dich um. Tante Emma ist geschäftig, räumt verschiedenste Dinge in die Regale. Da gibt es zu essen, ganz gewöhnliches, wie Mehl und Butter, Zucker, Bohnen, Reis und Nudeln. Es gibt Süßes, Konserven, ein kleines Kühlregal und noch vieles andere für den täglichen Bedarf. Hinter dem Ladentisch hat Tante Emma in Schütten, Schubladen und Körben all das, was ihr Sortiment besonders macht: Nüsse und getrocknete Früchte, Geräuchertes, wie Wurst und Fisch. Auch Batterien, Zündhölzer, ja sogar Reißnägel kann man bei ihr erwerben.*

*Zwischen den Regalen an der Wand entdeckst du einen Vorhang. Vorsichtig ziehst du ihn zur Seite und siehst hindurch. Vor dir liegt ein gemütlich warmer Raum, der die Gelegenheit zum Ausruhen bietet. Es gibt ein Cannapé und einen kleinen Tisch, der eine Teekanne auf einem Stövchen trägt, daneben stehen feine Kekse. Beim Betrachten dieses Raumes tauchen angenehme Gefühle und Erinnerungen in dir auf. Lass nun den Vorhang wieder zufallen und wende dich wieder dem Geschehen im Laden zu.*

*Tante Emma hat viel zu tun, denn die Leute kommen gerne zu ihr, aber sie hat dennoch ein offenes Ohr und ein wenig Zeit für jeden, der bei ihr einkauft. Sie kennt die Menschen, die zu ihr kommen, auch wenn sie sie vielleicht noch gar nicht oft gesehen hat, und sie weiß, was sie gerne mögen. Und so landet im ein oder anderen Einkaufskorb noch eine kleine Beigabe, die nicht auf dem Einkaufszettel stand. Manch anderem gibt sie gerne einen Rat oder ein paar freundliche Worte mit auf den Weg.*

*Stell dir vor, du bist in Tante Emmas Laden und bekommst dort all das, was du jetzt gerade brauchst. Was ist das alles? Das Sortiment ist unbegrenzt, du hast die freie Wahl. Und was legt Tante Emma in deinen Einkaufskorb? Welche Worte gibt sie dir mit?*

- Wünsche Formulieren, Assoziation und Anregung für eine Gestaltung sind buddhistische Gebetsfahnen, die jeder für sich an einen Ast aus meiner Materialsammlung bindet. Der aktuell wichtigste Wunsch wird in einer zweiten Gestaltungsphase als kleines Pastellkreiden-Bild gestaltet.
- Die gute Fee

Die gute Fee erfüllt den einen, allersehnlichsten Wunsch. Welcher ist das? Und was wäre, wenn sich dieser Wunsch erfüllt hat? Dieses „Was wäre wenn“ gestalten.

### Erfahrungen:

Hier zeigt sich immer wieder, wie unterschiedlich Patienten Zugang zu ihren Wünschen und Bedürfnissen, Gedanken und Gefühlen haben. Die einen wissen ganz genau, was sie brauchen, um sich wohl zu fühlen, haben aber kaum Ideen, wie sie im Alltag für sich sorgen können. Die Bilder und Gestaltungen sind entsprechend reichhaltig: Im Tante-Emma-Laden finden sich reich gefüllte Regale mit materiellen wie immateriellen Dingen, die Wünsche-Äste leuchten Bunt vor lauter Fähnchen.

Andere wiederum bleiben sehr an der Oberfläche und generalisieren, sodass die konkreten Bedürfnisse schwer greifbar sind. In der Bildbesprechung frage ich dann nach, was die einzelnen Aspekte für eine Bedeutung im Alltag haben. Wenn keine Antwort von Patientenseite möglich ist, sage ich, dass das völlig in Ordnung sei, derjenige solle sich aber diese oder jene Fragestellung für sich mitnehmen. Ich vertraue darauf, dass diese Fragen im Patienten weiter arbeiten und dadurch wichtige Themen auf eine bewusstere Ebene geholt werden.

Und dann gibt es noch diejenigen, die gar keinen Zugang zu diesem Thema und keine Idee davon haben, was ihre eigentlichen Bedürfnisse sind. Für diese Gruppe ist es von Bedeutung, sich überhaupt darüber bewusst zu werden, dass dies ein wichtiges Thema ist, an dem es zu arbeiten gilt. Sichtbar wird dies bei einer jungen Patientin mit fraglicher Borderline-Diagnose, die als Tante-Emma-Bild ganz schemenhaft einen Kaufladen aus Kindertagen mit weißem Buntstift auf dunkelblaues Papier zeichnet. Es sind nur Umrisse, jedoch keine Gegenstände erkennbar. Der Kaufladen wirkt dunkel und leer. Fragen zum Bild kann sie kaum beantworten, und auch in der Abschlussrunde kann sie nichts benennen, was sie sich aus der Einheit mitnehme. Sie wirkt hilflos. Ich erkläre ihr, dass die Dinge im Tante-Emma-Laden für unsere Bedürfnisse stehen und dass der leere Kaufladen möglicherweise zeige, dass sie sich ihrer Bedürfnisse gar nicht bewusst sei. In diesem Moment verändert sich plötzlich ihr Gesichtsausdruck. Es ist eine Mischung aus Erleichterung und Erschrecken. Auf einmal wird ihr klar, dass sie sich über ihre Bedürfnisse eben nicht im Klaren ist und dass dies ein wichtiges Thema für den weiteren therapeutischen Prozess ist.

## **3.4 Die Kraft der Identität**

Themen:

- Namen gestalten

Einführung:

*Stell dir vor, du hast zu einem Fest eingeladen. Du willst diesmal groß feiern und hast außer dem engsten Kreis, Familie und Freunden, auch noch Bekannte und Kollegen eingeladen. Du hast alles gut vorbereitet, für deine Gäste ist gesorgt. Nun ist dein Zuhause aber gar nicht so leicht zu finden. Damit deine Gäste nicht lange suchen müssen, gestaltest du ein Namensschild. Dem Anlass entsprechend verwendest du auch besondere Materialien, zum einen damit das Schild gut auffällt, zum anderen geht es ja immerhin um ein großes Fest.*

Teil 2:

Den eigenen Vornamen senkrecht und mittig auf eine Karte schreiben.

Eigenschaften finden, die einen persönlich ausmachen, um die Buchstaben des eigenen Namens herum schreiben. Die Buchstaben des eigenen Namens können am Anfang, aber auch innerhalb der Eigenschaftswörter stehen.

Positive oder auch nützliche Eigenschaften sollen gefunden, negative Eigenschaften weggelassen werden.

- Therapeutisches Triptychon in einfacher Version

Links außen: Namen gestalten

Innen: Kraftsymbol aus Bilderkartei als eigenes Bild umsetzen

Rechts außen: Erlaubnissatz

Erfahrungen:

Der Bezug zur eigenen Identität scheint recht unterschiedlich ausgeprägt. Den eigenen Vornamen zu gestalten, ist für manche ein Vergnügen. Es gibt jedoch auch Personen, die mit starker Abwehr reagieren und sich beschweren, sie seien doch hier nicht im Kindergarten, wie ich denn so etwas von ihnen wollen könne. Großes Erstaunen zeigt sich immer wieder, wenn der Auftrag lautet, positive und nützliche, jedoch keinen negativen Eigenschaften von sich selber zu formulieren. „Wirklich? Gar keine negativen Eigenschaften?“ Diese meist ungläubig formulierte Frage zeigt deutlich, wie sehr Menschen verinnerlicht haben, dass doch irgendetwas schlecht an ihnen sein müsse.

Die Arbeit mit der Bilderkartei empfinde ich als hilfreich. Im Laufe der Zeit habe ich eine große Sammlung an Bildausschnitten aus Zeitschriften und Kalendern, aufgeklebt auf farbigen Fotokarton, angelegt. Wenn die Patienten den Raum betreten, in dessen Mitte innerhalb des Stuhlkreises viele bunte Bilder liegen, verändert sich merklich die Stimmung in der Gruppe, und ohne jegliche Aufforderung wählen sich viele Patienten innerlich spontan ein Lieblingsbild.

### **3.5 Die Kraft zur Geschicklichkeit**

Themen:

- In der Fremde

Einführung:

*Stell dir vor, du begibst dich in die Fremde. Das kann eine andere Stadt oder ein anderes Land sein. Oder auch eine Gruppe, in der du vorher noch nie warst. Manchmal kann es auch die gewohnte Umgebung sein, die sich auf einmal fremd und unbekannt anfühlt. Auf einmal ist alles anders. Die Menschen, die Kultur, die Umwelt. Du kennst dich nicht so richtig aus. Aber:*

*Du hast die Fähigkeit, dich hervorragend an die Gegebenheiten anzupassen und dir Gegenstände, Hilfsmittel oder auch Kleidung zu machen. Die selbst hergestellten Gegenstände helfen dir, in der fremden Situation besser zurechtzukommen.*



Beispiele als Anregung: Tarnkappe, Schutzschild, ein Beutel für Dinge, die man findet, Sonnensegel, Übersetzungsautomat.

- Krafttier aus Ton gestalten

#### Erfahrungen:

Hier arbeite ich ausschließlich dreidimensional, denn dies fordert die Geschicklichkeit ganz praktisch auf der Handlungsebene und stellt so an sich schon einen Kontakt zum Thema her. In diesen Einheiten dominiert die Lust am Tun, und mir bereitet es immer wieder Freude, zu sehen, was an verborgenen „Geschicklichkeiten“ zum Vorschein kommt. Letztlich erscheint auch logisch, dass Menschen mit psychischer Erkrankung hier Kompetenzen haben: Viele von ihnen haben über Jahre oder gar Jahrzehnte „funktioniert“, haben also trotz aller biographischen Belastungen und alltäglichen Widrigkeiten ihr Leben gemeistert und so immer wieder Geschicklichkeit geübt.

Erstaunliches zeigt sich auch immer wieder bei den Krafttieren.

Hier ein Beispiel aus der Praxis:

Eine Frau mittleren Alters mit Sucherkrankung sieht sich mit der Aufgabe, ein Krafttier zu gestalten, konfrontiert. Ihr Problem: Sie denkt von sich, dass sie sowieso nichts kann, will aber gleichzeitig immer alles besonders gut machen. Darüber hinaus hat sie noch nie getöpfert. Nach einiger Ermutigung macht sie sich an die Arbeit. Sie wählt schwarzen Ton und beginnt, diesen zu formen. Es entsteht ein Bär. Ein auf ästhetisch hohem Niveau schrecklicher Bär. Er wirkt gefährlich und kraftvoll, hat einzeln ausgestaltete Zähne und Krallen, die aus ihm herauszuwachsen scheinen und ein zerklüftetes Fell.

Auch wenn die Patientin in der anschließenden Reflektionsrunde kaum in Worte fassen konnte, was dieses Tier ihr bedeutet, so hat es mich doch sehr berührt, als sie sagte, sie habe während des Arbeitens alles um sich herum vergessen und habe völlig in sich selbst versunken eben jenes Krafttier gestaltet.

### **3.6 Die Kraft zur Loslösung und Erneuerung**

Thema:

- Mein Weg zu neuen Ufern

Einführung:

*Immer wieder im Leben kommen wir an den Punkt, am dem wir sagen: „Jetzt soll etwas anders werden.“ Wir erkennen, dass es Sinn macht, zu neuen Ufern aufzubrechen. Bei der folgenden Gestaltung haben Sie verschiedene Möglichkeiten: Gestalten Sie*

- *einen Ausschnitt, eine Situation, wie es in der neuen, besseren Lebenslage aussieht*
- *eine Art „Satellitenbild“ ihres Weges, der Sie dorthin führt, wo Sie hinkommen möchten*
- *oder eine abstrakte Darstellung des Themas*

### Erfahrungen:

Für diese Aufgabe gibt es in meinem Konzept kein alternatives Thema. Denn zu neuen Ufern aufzubrechen, etwas zu verändern oder aus einem ganz anderen Blickwinkel zu betrachten, das macht immer Sinn, wenn sich Krisenhaftes im Leben zeigt. Und so wird diese Aufgabe beinahe immer gerne angenommen, egal, wie oft jemand schon damit konfrontiert war. In diesen Einheiten zeigt sich viel Phantasie und Vorstellungskraft.

Eindrücklich in Erinnerung ist mir ein Patient Ende dreißig geblieben, der nur ein einziges Mal teilgenommen hat. Die Oberärztin habe befunden, er müsse in die Kunsttherapie gehen, ansonsten würde sie ihn nicht entlassen. Da er Wichtiges zu tun habe und möglichst schnell wieder nach Hause wolle, sei er nun notgedrungenermaßen hier. Seine Mutter sei Ergotherapeutin, die Räume hier würden ihn an das heimische Treppenhaus erinnern und er hoffe, das alles sei möglichst schnell vorbei.

Als ich der Gruppe die Aufgabe stelle und im Anschluss die Materialien erläutere, macht er sich sofort ans Werk. Er entscheidet sich für die Technik Collage und schneidet eifrig aus. Sein fertiges Bild kann er wortreich erläutern: Auf der linken Seite stellt er seinen Ist-Stand, seine Probleme dar, in der Bildmitte zeigen sich Schritte und Maßnahmen, wie der Ist-Stand veränderbar ist. Auf der rechten Seite zeigen sich seine Ziele, berufliche wie private. An dieser Stelle thematisiert er auch den Aspekt der Sexualität. Das empfinde ich deshalb spannend, da Sexualität explizit ein Thema im Cycle Loslösung und Erneuerung ist, aus oben genannten Gründen jedoch von mir nicht vordergründig betrachtet wird. In der Abschlussrunde äußert der Patient sich folgendermaßen: „Ich hasse Kunst, und ich hasse Malen, aber das hier war jetzt irgendwie gut!“

### **3.7 Die Kraft zum Recycling**

- Carpe Diem – Nutze den Tag oder: Ein Tag, an dem alles möglich ist

#### Einführung:

*Stell dir vor, du hast heute frei. Du hast keinerlei Verpflichtungen. Für deine Bedürfnisse ist gesorgt, du brauchst dich weiter um nichts kümmern. Genau heute hast du die Möglichkeit, etwas zu tun, was du dir schon lange wünschst. Was du dir bisher vielleicht nicht zugetraut hast oder wozu dir bisher die Mittel fehlten. Heute ist alles möglich. Und das, was du tun willst, wird durch deine Umwelt unterstützt. Du kannst auch andere um Hilfe bitten und du wirst sie bekommen. Und du kannst dich an frühere Situationen erinnern, die du gemeistert hast und auf deine eigenen Erfahrungen zurückgreifen. Was ist das, was du gerne machen möchtest? Wie sieht die Situation aus, wenn der Tag zu Ende geht und du alles gut geschafft hast?*

Materialien sind frei.

### Erfahrungen:

Hier schließt sich der Kreis. Die Bilder und Gestaltungen unterscheiden sich gar nicht so sehr von denen, die in der Einheit zur Kraft des Seins gestaltet werden. Nur liegt der Fokus viel mehr auf dem aktiven Part, den die Menschen dazu beizutragen haben, dass die gestaltete Szene Realität wird. In dieser Einheit gestalten die Patienten den erwachsenen, aktiven und eigenverantwortlichen Wohlfühlort, während es im Cycle Sein noch der umsorgende, nährende, die Grundbedürfnisse befriedigende Wohlfühlort war. Am Ende der Einheit sagen viele Patienten ganz konkret, was sie für sich umsetzen möchten, z.B.: „Ich mag wieder in den Urlaub fahren, in die Lüneburger Heide. Das ist mir heute bewusst geworden.“

## **4. Einzeltherapie**

Wenn Patienten mit dem Gruppensetting Schwierigkeiten haben, können sie, in Absprache mit dem behandelnden Arzt oder Psychotherapeuten, auch Einzeltermine wahrnehmen, was in den wöchentlich stattfindenden Stationsbesprechungen abgeklärt werden kann.

Hier arbeite ich in einem Vorgespräch aktuelle Themen heraus und lasse diese dann gestalten. Wenn kein Zugang zu Themen über das Gespräch möglich ist, lasse ich unter zielführenden Fragestellungen ein Bild aus einer Sammlung auswählen. Dieses darf dann als Inspiration für ein eigenes Bild dienen.

Für das Einzelsetting habe ich die Erlaubnissätze auf ein handliches Format gebracht, sodass wie aus einem Kartensatz ausgewählt werden kann. Gerne lasse ich aber auch, gerade im Einzelsetting, ganz eigene Erlaubnisse formulieren.

## **5. Betrachtung meiner Tätigkeit im Bereich Kunst- und Gestaltungstherapie**

### **5.1 Gruppenzusammensetzung**

Die Patientengruppen sind sehr verschieden und nehmen die Themen unterschiedlich auf. Auch die Anzahl der Patienten in einer Gruppe sowie deren individuelle Aufenthaltsdauer schwankt stark (*1-9 Personen*). Als ideale Gruppengröße empfinde ich 4-6 Personen. Die Patienten haben ein tatsächliches Gefühl von Gruppe, ich habe aber noch genug Aufmerksamkeit für den Einzelnen.

Nach der Einführung in das Angebot für neue Patienten mache ich eine Befindlichkeitsrunde und im Anschluss die Einführung in das Thema der Einheit.

## **5.2 Einführung bezüglich der Themen**

Die Einführungen in die verschiedenen Themen, die ich oft in der Du-Form spreche, habe ich immer wieder verändert und erweitert. Zum Beispiel lasse ich mittlerweile im Tante-Emma-Laden durch einen Vorhang in ein gemütliches Hinterzimmer blicken, in dem die Patienten positive Gefühle und Gedanken entdecken. So ermögliche ich den Patienten mehr Zugang zu ungelebten Anteilen.

## **5.3 Einsatz von Medien**

Ich biete Papiere in verschiedenen Qualitäten, Farben und Größen an. Als Farben stehen zur Auswahl meist Gouache-Farben, Pastell- und Ölpastellkreiden und bei einigen Einheiten spezielle Materialien wie Perlen, Goldpapier oder Naturmaterial. Auch Ton kommt immer wieder zum Einsatz.

## **5.4 Ablauf der Gestaltungsphasen**

Während der Gestaltungsphasen der Patienten habe ich auch die Gelegenheit, kleinere Tätigkeiten nebenher zu machen und kann mich so im Arbeitsalltag entlasten bzw. den durch die Vorbereitung der Einheiten entstehenden Mehraufwand ausgleichen. Ich vergewissere mich in recht kurzen Abständen, ob alle Gruppenmitglieder gut arbeiten können. Wenn ich merke, dass jemand nicht zurechtkommt, finde ich mit dem Patienten gemeinsam Lösungen. Die Patienten sind so gut betreut, fühlen sich aber nicht beobachtet oder unter Zeitdruck.

## **5.5 Einsatz der Erlaubnissätze von Pamela Levin**

Die Erlaubnissätze von Pamela Levin werden von den Patienten sehr positiv aufgenommen. Teilweise sind sie sogar der Grund dafür, dass unsichere Patienten sich dafür entscheiden, weiter an den Einheiten teilzunehmen. Ich habe sie alle in der Ich-Form geschrieben und habe den Eindruck, dass dies die Identifikation mit den Sätzen erleichtert.

## **5.6 Abschluss der Einheiten und Adaptionmöglichkeiten**

Jede Einheit schließe ich mit einer Rückmeldungsrunde. Je nach Verlauf der Einheit ist diese mehr oder weniger ausführlich, beinhaltet aber immer die Frage, was sich die Patienten aus der Einheit für sich persönlich mitnehmen.

Immer wieder bin ich in der Situation, dass ich mich flexibel anpasse an die Gegebenheiten, die aus dem Ablauf entstehen:

- Resonanzbild bei Zeitmangel weglassen.
- Bei schnellen Gruppen das Resonanzbild als Tonskulptur machen lassen.
- Bei noch schnelleren Gruppen eine Pause machen, in dieser ein eigenes Thema für jeden einzelnen Teilnehmer ausdenken, auf Karten schreiben und gestalten lassen.

- Wenn Gruppen viele einzelne Gestaltungen machen, diese von den Patienten in Reihenfolge bringen und vorstellen lassen.
- Bei unklaren Themen Positionen im Bild stellen lassen (z.B. mit einer Figur, Eichel oder Muschel).
- Einzelpersonen bei Bedarf aus der Gruppe herausnehmen und separat mit ihnen weiterarbeiten.
- Bei negativer Stimmung in der Gruppe zum Einstieg ein großes Gemeinschaftsbild malen lassen (*auflockernder Charakter*). Wenn dabei gruppenspezifische Schwierigkeiten entstehen, diese therapeutisch nutzbar machen.

## 5.7 Feedback und Eigenwahrnehmung

Das Angebot wird gut angenommen und ich bekomme von Patienten wie Kollegen (*Verantwortliche auf den Stationen*) positive Resonanz. Dennoch ist es unabdingbar, dass ich mich aktiv darum bemühe, die Gruppen „am Laufen“ zu halten. Gründe sind schnelle Fluktuation der Patienten sowie komplexe Kommunikationswege. Ich selbst mache diese Gruppen sehr gerne, empfinde diese Art zu arbeiten als konstruktiv und sinnvoll. Ab und zu, wenn sehr negative Stimmung in einer Gruppe ist, bedeutet das Angebot zwar therapeutische Schwerstarbeit für mich, ich habe aber den Eindruck, dass sich das lohnt.

Vor allem aber bin ich immer wieder berührt und begeistert, was diese Art der Arbeit mit kreativen Medien bewirken kann. Empathie und Wertschätzung bilden die Grundpfeiler meiner therapeutischen Haltung, mit der ich den Patienten einen leistungsfreien Raum eröffnen möchte. Allein die Anwesenheit von Ausdrucksmöglichkeiten auf der Bildebene unter Abwesenheit von Leistungsdruck schafft idealerweise Schlüsselmomente, in denen sich Patienten klar darüber werden, welche inneren Prozesse für ihre Genesung von Bedeutung sein können.

## **Zusammenfassung**

Diese Arbeit ist ein Konzept für Kunst- und Gestaltungstherapie mit Gruppen. Die Autorin bringt es in einem Psychiatrischen Akutkrankenhaus zum Einsatz. Sie beschreibt, wie sie die Therapieeinheiten nach den Cycles of Power von Pamela Levin aufbaut und bettet dies in grundsätzliche Überlegungen zum kunsttherapeutischen Arbeiten innerhalb dieses Handlungsfeldes ein.

## **Biographische Notiz**

Name: Annette Bartke

Wohnort: Nürnberg

Berufsbezeichnung: Ergotherapeutin

Fachrichtung: Kunst- und Gestaltungstherapie

LehrCounselor: Heide Müller-Kraeter, Astrid Brehmer-Kreis

LehrTrainer: Dr. Klaus Lumma, Dagmar Lumma, Brigitte Michels

