

Expressive, intermediale Kunsttherapie in der NEXUS-Klinik

„Das letzte Mal hatte ich in der Schule einen Pinsel in der Hand. Und was die Kunsttherapie mit mir machen soll, weiß ich auch nicht so recht.“ So starten viele Patienten ihren Aufenthalt in der Kunsttherapie der NEXUS-Klinik. Die Überraschung ist dann umso größer, wenn sie sich vom kunsttherapeutischen Prozess berührt fühlen. Vielen ist dieser Prozess unbekannt, unwichtig sind künstlerische Fertigkeit oder kreatives Potential. Jeder kann mit Pinsel, Werkzeug oder Material sein schöpferisches Sein entwickeln und gestalterisch in die eigene Seele einwirken.

Da in der NEXUS-Klinik oft sehr kluge Menschen mit ihrer Not konfrontiert Hilfe suchen, führen gewohnte kognitive Strategien in eine Sackgasse. Künstlerische Therapien greifen hier auf anderen Ebenen ein. Im limbischen System, das für die Ebene der Gefühle zuständig ist, werden vor allem Bilder und Körperempfinden als Sprache verstanden. Deshalb können kunsttherapeutische Prozesse hier positiv wirken. In der bildnerischen Kunsttherapie nutzen wir im Wesentlichen drei Wirkweisen

1. Von Innen nach Außen

Es kommt immer etwas vom ganzen Menschen zum Ausdruck, wenn er gestaltet. Das heißt, auch was sie oder er fühlt und unbewusst oder als Körperempfinden erlebt, wird sich in seinem künstlerischen Werk zeigen. Über Resonanz im Therapeuten, Begleiter oder Betrachter können Patienten in einen positiven Austausch über das Werk kommen. Dies nennt sich in der Kunsttherapie Triangulation.

Häufig stellen die Patienten fest, dass im Bild oder in der Plastik sowohl ihr momentanes Thema, als auch wichtige Ressourcen wahrnehmbar sind. Wir legen in der Kunsttherapie großen Wert auf wertschätzende Betrachtung dessen, was im Moment bedeutsam ist.

2. Meditative Wirkung der künstlerischen Therapie

Ab dem Moment, wo ein Mensch einen Pinsel, Werkzeug oder Material in die Hand nimmt, ist er sofort aus der passiven Haltung heraus. „Ich bin Opfer der Erkrankung“. Dies bewirkt ein Gefühl von Selbstbestimmtheit, was der Mensch wiederum als wohltuend und beruhigend erleben kann.

So können alle Gestaltungsformen zu einem meditativen Erlebnis werden. Sorgenvolle oder angstbesetzte Gedanken treten in den Hintergrund. Rhythmen, die an Herzschlag oder Atmung erinnern, unterstützen diese meditative Wirkung und führen in die eigene Mitte.

3. Von Außen nach Innen

Wenn in der Betrachtung eines Bildes oder Plastik ein Thema wahrgenommen wird, kann durch spezifische individuelle kunsttherapeutische Aufgaben auch von Außen nach Innen eingewirkt werden.

Kompetenz und Zuwendung

In der NEXUS-Klinik werden besonders effektive, vornehmlich kognitiv-verhaltenstherapeutische Verfahren in intensiven Einzeltherapien, Indikativgruppen und thematisch offenen, teils männer- und frauenspezifischen Problemlösegruppen angewandt.

Die uns anvertrauten Patienten werden in ihren Therapiezielen ausschließlich durch approbierte psychologische Psychotherapeuten und Fachärzte begleitet. Die einzelnen Behandlungsbausteine werden gemeinsam vom Bezugstherapeuten und Patienten auf der Grundlage einer individuellen Problem- und Zielanalyse zu einem persönlichen Behandlungsplan zusammengestellt und verordnet. Das gesamte Therapieangebot aus Gruppentherapien, indikativen Schwerpunkten und Funktionstherapien stellt mit annähernd 150 Stunden pro Woche einen reichhaltigen Fundus dar, um die persönlichen Problemstellungen optimal zu berücksichtigen.

Die Gesamtherapie wird strukturiert und überwacht im Rahmen täglicher Übergaben und Arztkontakte, um die Anwendung evidenzbasierter Psychotherapiemethoden zu gewährleisten. Natürlich wird die Behandlung indikationsgerecht ergänzt: Besonders gut angenommen werden unsere breitgefächerten sport-, bewegungs-, körper-, kunst-, ergo-, musik-, kreativ und entspannungsfördernden therapeutischen Maßnahmen.

In der aktuellen NEXUS-News wollen sich Ihnen unsere hochqualifizierten Kunst- und Sporttherapeuten vorstellen – viel Spaß beim Lesen!

Wenn beispielsweise im Bild gemalte Strukturen ein Gefühl von Enge oder Beklemmung erzeugen, kann der Fokus auf landschaftliche Weite gelenkt werden. Ein Bild von Weite, Meer, Horizont in der Ferne kann dann im Patient einen Eindruck von Weite und Offenheit erzeugen. Verbindet sich ein Patient mit diesem Gefühl, wird es mögliche Realität für ihn. Auf diese Weise ist es z. B. möglich, Gefühle des Mangels in der Kindheit und Jugend schließlich nachnährend zu integrieren.

Der Fokus meiner kunsttherapeutischen Gruppen ist nach diesen Interventionen aufgebaut:

- Im „Lebenspanorama“ werden biographische Themen beleuchtet, wahrgenommen, gewürdigt und integriert.
- In den „Ressourcen“ liegt der Fokus auf den individuellen Kraftquellen, Qualitäten und stabilisierenden Imaginationen.
- In „Interaktion“ werden Grenzphänomene im Sozialen und die Strategien fokussiert, mit denen der Einzelne sich im Gruppenprozess positioniert.

Insgesamt lässt sich sagen, dass wir Menschen in tiefen Prozessen des Wandels durch non-verbale Methoden in unserem Wesen berührt werden.

Wilhelm Schmid schreibt: „Etwas gestaltend, gestalten wir uns selbst.“

Karin Münch



In der NEXUS-Klinik verfolge ich den Ansatz der „Expressiven Kunsttherapie“. Diese bedient sich ergänzend zu den Methoden der „Bildenden Kunsttherapie“ (Ton, Malerei, Bildhauerei) interdisziplinären Kunstrichtungen wie Tanz, Gesang, Poesie und Schauspiel.

Je nachdem, was der Patient an Material und Verfahren zur Unterstützung benötigt, ist ein „Intermediales Wandern“ zwischen diesen Kunstdisziplinen innerhalb eines Prozesses möglich. Auf diese Weise kann z. B. eine Stimmung eines gemalten Bildes getanzt werden und die getanzte Szene findet ihre lyrische Untermalung. Medienwechsel im transverbalen Raum ermöglichen eine Vertiefung des therapeutischen Prozesses.

Bei diesen nonverbalen Therapieformen tritt etwas Drittes zu der Beziehung zwischen Klient und Therapeut hinzu: Das gestaltete Medium (Bild, Skulptur, Körperausdruck) mit seiner atmosphärischen Aussage. Auf diese kunsttherapeutische Triade kann die Therapie aufbauen. Es entsteht fühlbare Resonanz zwischen Klient, Kunsttherapeut und Kunstwerk.

Neben dem kreativen Gestaltungsprozess am Material erlebt der Gestaltende, dass er zu einer schöpferischen Veränderung im Stande ist. Ressourcenorientierte, intermodale Handlungsmög-

lichkeiten am Material selbst (Ton, Malerei, Körper) machen die Erfahrung konstruktiver Veränderung möglich. „Art“ aktiviert Selbstheilungskräfte und integriert Selbstbestimmungskräfte.

Die gemeinsame Betrachtung des Werkes und seiner Wirkung hilft dem Klienten, sich zu reflektieren und Lösungsansätze im Kunstwerk in den Alltag zu transportieren.

Das gestaltete Medium oder in der Körpertherapie das „Leib-Selbst“ drückt sich von der mentalen Ebene entkoppelt aus. Als Therapeutin möchte ich den Patienten für die Sprache seines eigenen Werkes öffnen. Denn in dessen Wesen zeigt sich rein phänomenologisch das Abbild seiner psychischen Verfassung. Im nächsten Schritt kann das so im „Spiegel der Kunst“ Erkannte lösungsorientiert integriert werden.

Die innere Wirklichkeit sucht ihre Ausdrucksmöglichkeiten. Die Gedächtnisarchive finden jedoch nicht immer den unmittelbaren Weg durch das Nadelöhr ins Tagesbewusstsein. An dieser Stelle versteht es die körperorientierte Kunsttherapie, unbewusstes Material durch Bewegung, leibliches Skulpturieren, Rollenspiel oder Atemübungen hervorzubringen.

Die Phänomene (Ausdruck, Haltung, Stimmlage in diesen kreativen Therapieformen stehen nicht für sich. Sie haben einen biografischen Hintergrund. Ich erforsche zusammen mit dem Patienten diesen individuellen Bezug, d. h. was die Erfahrung und das daraus resultierte Verhalten hinter dem Gezeigten (Tanz, Schauspiel, Skulptur, Bild) ist. Das Werk zeigt das Unsichtbare sichtbar. Im offenen Zustand vernimmt der Gestaltende eine innere Antwort, welche durch das Erzählen des Körpers im kreativen Tun veräußert wird und dem Klienten Selbsterkenntnis erlaubt.

Deshalb deute ich in unseren Therapiegruppen die Äußerungsphänomene jedes Werkes nicht. Vielmehr erlaubt meine Kunsttherapie dem Klienten, sich eigene kognitive und sinnliche Zugänge zu seinen Hintergründen zu verschaffen. Diese „Präsenz der Absenz“ ist für mich das Geheimnis der künstlerischen Therapien und deutet auf die kreative Brücke zwischen Bewusstsein und Unterbewusstsein, die mit dem Patienten zu gehen ist, bis er diese Wege selbstverantwortlich beschreiten kann.

Lisa Käufling