

Eingereicht von  
**Johanna Göllles BEd**

Angefertigt an der  
**Kunstuniversität Linz**

Angefertigt am Institut für  
**Bildnerische Erziehung**

Angefertigt im  
Prüfungsfach  
**Fachdidaktik**

Beurteiler / Beurteilerin  
**A.Univ.-Prof.Mag.art.  
Wolfgang Schreiberlmayr**

**November 2023**  
Datum der Approbation

# **KUNSTTHERAPIE UND IHR MÖGLICHER EINSATZ IM KUNSTPÄDAGOGISCHEN BEREICH**

Masterarbeit

zur Erlangung des akademischen Grades

Master of Education

im Masterstudium

Lehramt Sekundarstufe (Allgemeinbildung)

## 1. Abstract

Die Arbeit versucht Kunsttherapie und das österreichische Schulsystem in einen Zusammenhang zu bringen. Eine Literaturrecherche mit Interviews erklärt Kunsttherapie, deren Ziele und Rahmenbedingungen. Die Einzelfallstudie an einem Gymnasium zeigt Fallbeispiele und eine qualitative Forschung auf, in welcher Weise Kunsttherapie im BE-Unterricht, ab dem Schuljahr 2023/24 Unterricht im Fach Kunst und Gestaltung an österreichischen Schulen inkludiert werden könnte und ob dies einen Sinn machen würde. Die Forschung wird durch ein Forscher\*innentagebuch der Lehrperson dokumentiert und durch eine Grounded Theory qualitativ analysiert. Fallstudien zeigen exemplarisch einzelne Reflexionen und Ergebnisse im Detail auf.

The following master's thesis aims to integrate art therapy into the Austrian school system. Through a research approach that combines literature analysis with interviews, the study seeks to provide insights into the essence of art therapy, its objectives, and its general framework. A particular gymnasium serves as a case study, showcasing qualitative research and practical examples to explore the feasibility and value of incorporating art therapy into art education. The case study is documented through an explorer's diary and subjected to analysis using grounded theory. Through these case studies, we delve into the intricate reflections and detailed outcomes of our research.

**Keywords:** Kunsttherapie, Schulsystem, Unterricht im Fach Bildnerischer Erziehung bzw. ab 2023/24 Kunst und Gestaltung, Grounded Theory, Einzelfallstudie;

„Ich erkläre, dass ich die vorliegende Masterarbeit selbst verfasst habe und dass ich dazu keine anderen als die angeführten Behelfe verwendet habe. Außerdem habe ich die Reinschrift des Forschungsberichtes einer Korrektur unterzogen, die Barrierefreiheit des Dokuments geprüft und ein Belegexemplar verwahrt.“

---

Ort und Datum

---

Unterschrift

## 2. Inhaltsverzeichnis

1. Abstract .....	2
2. Inhaltsverzeichnis .....	3
3. Einleitung.....	5
4. Kunst- und Ausdruckstherapien .....	6
4.1. Psychotherapie.....	6
4.2. Ausdruckstherapie.....	6
5. Ursprung und Geschichte der Kunsttherapie .....	10
5.1. Edith Kramer .....	11
5.2. Grundlagen .....	11
5.2.1. Kreativität .....	12
5.2.2. Das Spiel.....	13
6. Kunsttherapeutisches Arbeiten .....	14
6.1. Erwachsene und Kunsttherapie.....	15
6.2. Anwendung und Einsatz.....	15
6.3. Kunst als Therapie.....	17
7. Setting und künstlerische Mittel .....	19
7.1. Der Raum.....	19
7.2. Das Malatelier nach Arno Stern .....	20
7.3. Künstlerische Mittel .....	21
7.4. Das kunsttherapeutische Setting .....	22
7.5. Die kunsttherapeutische Triade .....	23
7.6. Therapeutische Aspekte.....	24
7.6.1. In Beziehung zu sich kommen .....	24
7.6.2. Sich selbst kreativ erleben.....	25
7.6.3. Das Ich stärken .....	25
8. Kunst und Gestaltungs-Unterricht und Persönlichkeitsentwicklung .....	27
9. Fallbeispiele.....	29
9.1. Collage .....	29
9.2. Angst.....	32
10. Forschung.....	37
10.1. Forschungsfrage.....	37
10.2. Aufbau und methodische Auswahl:.....	37
10.3. Datenanalyse - Grounded Theory.....	38
10.4. Untersuchungsergebnisse .....	40

10.5.	Ethische Frage .....	42
10.6.	Validität / Gütekriterien der Untersuchung .....	42
10.7.	Fallbeispiele .....	42
10.8.	Interviews .....	47
11.	Methodenpool .....	48
11.1.	Collage .....	48
11.2.	Gruppenarbeit: Bäume .....	49
11.3.	Die Ressourcen .....	50
11.4.	Die rezeptive Kunsttherapie.....	53
11.5.	Zielebild .....	54
11.6.	Gefühle.....	55
11.7.	Angst.....	58
11.8.	Selbstbild mit Kohle .....	60
11.9.	Maske aus Ton .....	61
12.	Diskussion und Ausblick .....	63
13.	Literaturverzeichnis.....	64
14.	Abbildungsverzeichnis .....	67
15.	Tabellenverzeichnis .....	67
16.	Anhang: .....	68
16.1.	Forschungstagebuch .....	68
16.2.	Interview .....	75
16.2.1.	Interview mit Frau D. (29. November 2022): .....	75
16.2.2.	Interview mit Johann Gölles (21. Dezember 2022): .....	75
16.2.3.	Interview mit Diana Prasch (29. Dezember 2022):.....	77

### 3. Einleitung

Die Kunsttherapie erscheint vor allem für kunstaffine Menschen die zwei Bereiche Kunst und Therapie in idealer Weise zur Behandlung von psychischen Erkrankungen und Problemen zu vereinen. Jedoch schreibt schon Karl-Heinz Menzen in seinem theoretischen Werk „Grundlagen der Kunsttherapie“ in seinem ersten Satz die Erwartungen abwehrend: „Kunsttherapie ist ein vielversprechendes Wort“ (Menzen, 2021, 9). Menzen hebt dabei die divergierenden Intentionen der Bereiche von Kunst und Therapie hervor. Während die Kunst die „imitierenden und irritierenden Codes einer Gesellschaftsverfassung ... aufzubrechen und zu verändern“ versucht, „will Therapie das Gegenteil: Menschen, die leidvoll aus ihren sozialen Kontexten herausgefallen sind, wieder dorthin zurückzuführen, wo sie sich geborgen fühlen“ (Menzen, 2021, S. 9) können.

Trotz dieser grundsätzlichen Divergenzen erscheint doch allgemein die Kunsttherapie als eine naheliegende und vielleicht auch einfache therapeutische Methode, um schwierigen psychischen Problemen möglichst schnell auf den Grund zu kommen; vor allem, wenn man eine persönliche Affinität zur Kunst hat.

Der Psychiater Wulff Rössler bestätigt in seinem Vorwort zum Buch „Kunst- und Ausdruckstherapien: Ein Handbuch für die psychiatrische psychosoziale Praxis“ (Rössler, 2013, S. 15f.) die Tatsache der positiven Annahme dieser Therapien:

Was die Faszination dieser verschiedenen Verfahren [die Kunst- und Ausdruckstherapien, Anm. d. Verf.] bis heute ausmacht, ist ihre Beliebtheit bei den Patientinnen und Patienten beziehungsweise Klientinnen und Klienten. Für viele Menschen sind diese Verfahren eine Möglichkeit, Gefühltem, Unausgesprochenem, Unsagbarem eine Sprache zu geben. Auch geht es für viele der Betroffenen auf ihrem Weg aus der Krankheit darum, ihrem Leben einen Sinn zu geben. (Rössler 2013, S. 15 f.)

Auch bei mir persönlich gibt es eine direkte Verbindung beider Bereiche, da ich ausgebildete Lebens- und Sozialberaterin bin und auch einen Vorbereitungslehrgang zur Ausbildung zur Psychotherapeutin belegt habe. Auf das Thema Kunsttherapie bin ich durch meinen Vater gestoßen, der die Kunsttherapie auf einer Rehabilitation in Zusammenhang mit psychischen Problemen an sich selbst erfahren hat.

Für mich ist die Beschäftigung mit der Kunsttherapie eine Möglichkeit, in diesen therapeutischen Bereich mit seinen Möglichkeiten und Grenzen einzusteigen. Allerdings wird in dieser Arbeit der engeren medizinisch-klinischen Bereich (z. B. Erkrankungen Schädel-Hirn-Trauma, Alzheimer, Demenz, Psychosen etc.) ausgeschlossen und vermehrt auf die mögliche Anwendung im kunstpädagogischen Bereich eingegangen.

Der erste Teil dieser Arbeit stellt eine theoretische Auseinandersetzung zur Thematik dar und bezieht sich auf eine Literaturrecherche und Interviews. Der zweite Teil zeigt eine konkretere Anwendung eines kunsttherapeutischen Ansatzes an einem Gymnasium. Diese Versuche wurden durch ein Forschungstagebuch dokumentiert und durch die Grounded Theory ausgewertet. Zuletzt soll ein Methodenpool die Leserin oder den Leser dazu inspirieren, auch in ihren Unterricht einen kunsttherapeutischen Ansatz zu inkludieren.

## 4. Kunst- und Ausdruckstherapien

### 4.1. Psychotherapie

Die Begriffe Therapie und Psychotherapie sind so sehr in den alltäglichen Sprachgebrauch eingegliedert, dass sich kaum jemand der ursprünglichen Bedeutung dieser Begriffe bewusst ist.

Die Therapie (griechisch *therapeia* „das Dienen, die Bedienung, die Dienstleistung, die Pflege der Kranken) bezeichnet in der Medizin und Psychotherapie die Maßnahmen zur *Behandlung* von Krankheiten und Verletzungen. Ziel des *Therapeuten* ist die Ermöglichung oder Beschleunigung der Heilung, die Beseitigung oder Linderung der Symptome und die Wiederherstellung der körperlichen oder psychischen Funktion. (Therapie, 2022, S. 1)

Unter Therapie versteht man also eine Behandlung von Krankheiten, Behinderungen, Verletzungen und seelischen Traumata oder Krisensituationen.

*Psychotherapie* ist ein Oberbegriff für die Anwendung von verschiedenen geplanten und strukturierten psychologischen Behandlungsverfahren zur Heilung und Linderung krankhaft erlebter Störungen im Bereich der Wahrnehmung, des Verhaltens, der Erlebnisverarbeitung, der sozialen Beziehungen oder der Körperfunktionen, sofern diese Störungen vom Patienten nicht willentlich steuerbar sind. (Guderian, 1996, S. 78)

Psychotherapie bedeutet bei schwierigen oder chronischen psychischen oder seelischen Störungen, denen man als einzelner nicht mehr gewachsen ist eine professionelle Hilfe durch Psychotherapeuten\*innen in Anspruch zu nehmen.

Denn „Ziel einer Psychotherapie ist es, seelisches Leid zu heilen oder zu lindern, in Lebenskrisen zu helfen, gestörte Verhaltensweisen und Einstellungen zu ändern und die persönliche Entwicklung und Gesundheit zu fördern“ (Psychotherapie, 2022, S. 1).

### 4.2. Ausdruckstherapie

Für viele Menschen suggeriert der Begriff Kunsttherapie, dass es sich bei dieser Form der therapeutischen Behandlung um die einzige Form einer psychischen Therapie im künstlerischen Bereich handle. Deswegen soll in dieser Arbeit auf andere künstlerische Therapieformen eingegangen werden, die unter dem Begriff Ausdruckstherapien zusammengefasst werden.

Wulf Rössler und Birgit Matter haben als Herausgeber 2013 in dem Buch „Kunst- und Ausdruckstherapien. Ein Handbuch für die psychiatrische und psychosoziale Praxis“ (Rössler, 2013) eine Auflistung einzelner künstlerischer Therapien mit Beitrag von professionellen Vertretern der jeweiligen Richtung dargestellt. Viele künstlerische Therapieformen finden schwer einen einheitlichen Namen, da auch viele Künstler\*innen, Dichter\*innen, Musiker\*innen, sich selbst gerne als Individualist\*innen sehen. Diese sind gleichzeitig auch die Vertreter\*innen ihrer Therapieform und tun sich auch hier schwer, den eigenen Ansatz mit jemand anderem unter dem gleichen Namen zu teilen.

Als Gegenbeispiel könnte man die klassische Psychoanalyse von Sigmund Freud nennen, wo klassische Psychoanalytiker\*innen bis heute nicht nur den von Freud vorgegebenen

Namen, sondern auch die Standardmethode der Psychoanalyse übernehmen und danach vorgehen (Schuster, 1997, S. 14 ff.).

Bei der Auflistung und Vorstellung der einzelnen Ausdruckstherapien wird nach dem Buch von Rössler und Wulf vorgegangen. Es werden auch die Namen der einzelnen Therapieformen übernommen. Die verschiedenen Therapien werden dabei nur als andere künstlerische Therapieform angedeutet, ohne auf ihre Methoden und Anwendungsmöglichkeiten einzugehen.

### **Musiktherapie**

„Musik *berührt* - sie löst unmittelbar Resonanz aus und erreicht den Menschen in seiner Ganzheit.“ „Musik *bewegt* - sie versetzt Körper, Seele und Geist in Schwingung.“ „Musik *verbindet* - sie ermöglicht auf vielfache Weise Kontakt und Gemeinschaft“ (Rössler, 2013, S. 137). Musik berührt, versetzt körperhaft und stimmungsmäßig in Schwingung und stiftet Einheit und Verbundenheit. Am offensichtlichsten ist dies bei Fußballspielen oder bei Sportwettkämpfen zu erkennen, wenn plötzlich bei nationalen Wettkämpfen oder Siegerehrungen die Emotionen zum Ausdruck kommen.

Die bewusst positive oder negativ eingesetzte Wirkung von Musik wird in den ältesten erhaltenen Schriften der Menschheit nachgewiesen. Im Alten Testament der Bibel wird im ersten Buch Samuel das Ringen zwischen dem amtierenden König Saul und dem jungen zukünftigen König David geschildert. „Sooft nun ein [böser, Anm. d. Verf.] Geist Gottes Saul überfiel, nahm David die Zither und spielte darauf. Dann fühlte sich Saul erleichtert, es ging ihm wieder gut, und der böse Geist wich von ihm“ (1 Samuel, 16, S. 23) (Bibel, 1980, S. 286). Im 16. Kapitel des Buches Samuel geht es einerseits um die Salbung Davids zum zukünftigen König und Nachfolger Sauls und gleichzeitig darum, dass der schwermütige und jähzornige König Saul jemanden sucht, der vor ihm mit der Zither (meist wird das Instrument als Harfe übersetzt) spiele. Im anschließenden 17. Kapitel des ersten Buches Samuel wird der Kampf zwischen David und dem Riesen Goliath, der auf der Seite der Philister gegen die Israeliten kämpft, geschildert (Bibel, 1980, S. 286 ff.).

Von Pythagoras, dem griechischen Philosophen der Zeit um 570 vor Christus, wird berichtet, er habe Lieder gegen körperliche Leiden, zum Vergessen der Trauer, zum Stillen des Zornes und zur Austilgung von Leiden verwendet. (Kraus, 2002, S. 13)

### **Tanz- und Bewegungstherapie**

Bei der Musiktherapie wurde schon erwähnt, dass Musik die Menschen in Bewegung bringen kann. Der Tanz- und Bewegungstherapie liegt die Formulierung zu Grunde, „dass ein Menschenbild ohne Bezug auf den Körper nicht mehr dem heutigen Stand der wissenschaftlichen Forschung“ (Rössler, 2013, S. 270) entspreche.

Zusammenfassend werden die Tanz- und Bewegungstherapie, ihre Methoden und Ziele folgendermaßen von Bernhard Frey beschrieben:

Die Tanz- und Bewegungstherapie ist ein kunst- und körperpsychotherapeutisches Verfahren, welches mit den Ausdrucksformen des Körpers, der Bewegung und des Tanzes arbeitet. Es fördert die körperliche, emotionale, kognitive und soziale Integration des Menschen. Der Körper ermöglicht einen leichten und einzigartigen Zugang zu den Ebenen des Erlebens und Verhaltens. (Rössler 2013, S. 180)

## Ergotherapie

Auch die Ergotherapie hat einen starken Bezug zum Körper und wird, wie die Tanz- und Bewegungstherapie, auch oft bei körperlichen Einschränkungen eingesetzt.

Der Begriff Ergotherapie wird vom Altgriechischen *érgon*, deutsch „Arbeit“, „Tat“, „Ausführung“ abgeleitet (Gemoll, 1965, S. 326).

Die Ergotherapie ist eine Therapieform, die kranke oder verletzte Menschen bei der Bewältigung des Alltags unterstützt. Sie soll es dem Patienten ermöglichen, sich selbst weitgehend selbst zu versorgen, an der Gesellschaft teilzuhaben und so eine bessere Lebensqualität zu gewinnen. (Machetanz, 2020, S. 1)

Primär geht es hier um körperliche Beeinträchtigungen, akute wie von Unfällen verursachte oder chronische Leiden wie bei Rückenschmerzen, aber auch um körperliche Rehabilitierungen bei einem Schlaganfall oder Schädel-Hirn-Trauma; um einige häufige Beispiele anzuführen (Machetanz, 2020, S. 1).

Schon vor mehr als 100 Jahren wurde die damalige Beschäftigungstherapie, eine Vorform der heutigen Ergotherapie (Machetanz, 2020, S. 1), auch bei psychischen Leiden eingesetzt. Das Foto stammt von der „Kaiser Franz

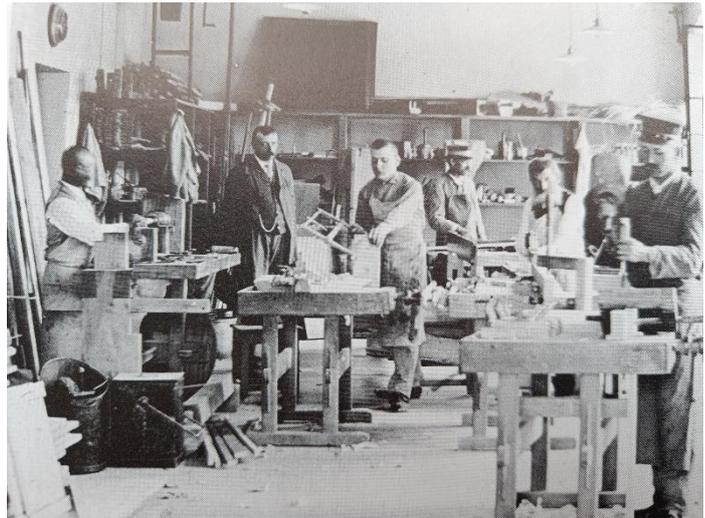


Abbildung 1: Beschäftigungstherapie (Koller-Glück, 1988)

Joseph-Landes-Heil und Pflegeanstalt Mauer-Öhling“ (bei Amstetten, heute Landeskrankenhaus Mauer), 1902 vom Kaiser selbst eröffnet. Es zeigt psychisch kranke Jugendliche, die von Fachlehrern in Werkstätten unterrichtet und ausgebildet werden. „Die Beschäftigung war ... zur Beruhigung und Ablenkung als eines der wichtigsten Heilmittel des kranken Seelenlebens gedacht und sollte das Leben der Patienten im Anstaltsbereich dem Leben außerhalb der Anstalt anpassen“ (Koller-Glück, 1988, S. 73).

## Poesie- und Bibliothherapie

Der Begriff der Poesietherapie, der dem von Leedy und Lerner geprägten amerikanischen Begriff *poetry therapy* entlehnt ist, scheint für den deutschen Raum am besten geeignet, Bestrebungen, die das Schreiben und Lesen als therapeutisches Mittel einsetzen, zusammen mit den unter den Begriffen *intuitives*, *(auto-)biografisches*, *imaginatives*, *therapeutisches* und *expressives Schreiben* firmierenden Bewegungen sowie der Bibliothherapie, unter einem sprachlichen Dach zu vereinen (Rössler 2013, S. 211).

Andere Begriffe für die Poesietherapie sind „Therapeutisches Schreiben“, „Heilendes Schreiben“ oder „Schreiben als Therapie“ (Rössler, 2013, S. 221).

Ein Beispiel zu therapeutischem Schreiben ist das Buch „Praxisfelder des kreativen und therapeutischen Schreibens“ (Heimes, 2013, S. 18 ff.), das biografisches Schreiben zur

Bewältigung von Stress und Burnout Situationen anwendet. Britta Jagusch, die Autorin sieht, „in der Umwandlung der eigenen Autobiografie in einen literarischen Text die beste Form, die unbekannt Seiten der eigenen Lebensgeschichte zu entdecken. Indem der Autobiograf von der Ich- Form der Autobiografie in die Distanz des Erzählens scheinbar fiktiver Geschichten von scheinbar erfundenen Personen überwechselt und gestaltet, tritt für ihn eine heilende Entlastung ein“ (Heimes, 2013, S. 22).

„Die Leiden des jungen Werthers“ von Johann Wolfgang von Goethe, 1774 veröffentlicht, ist eines der berühmtesten Beispiele einer entlastenden erzählerischen Verarbeitung der eigenen unglücklichen Beziehung zur bereits verlobten Charlotte Buff. In diesem Briefroman begeht, gleichsam stellvertretend Werther für den unglücklich verliebten Goethe, Selbstmord und Goethe schreibt sich damit seinen Liebeskummer von der Seele.

## 5. Ursprung und Geschichte der Kunsttherapie

Der Begriff (Kunsttherapie, Anm. d. Verf.) selbst geht zurück auf den englischen Maler ADRIAN HILL (1895 – 1977), der während eines Sanatorium- Aufenthalts Mitpatienten zur künstlerischen Praxis anregte. Seine darauffolgende kunsttherapeutische Arbeit dokumentierte er 1945 in dem Buch „Art Versus Illness. (Hübner, 2018, S. 241)

Als ein wichtiger Anreger für die Auseinandersetzung mit nicht- künstlerischen Werken und ihrer Wertschätzung wird der Psychiater Hans Prinzhorn angesehen.

Im Jahr 1922 veröffentlichte der Heidelberger Psychiater Hans Prinzhorn sein Buch >Die Bildnerie der Geisteskranken<, in dem er sich vor allem mit der Psychologie und Psychopathologie der Gestaltung auseinandersetzte. Für ihn bedeuteten die bildnerischen Arbeiten einen wichtigen Zugang zur Psyche seiner Patienten. Prinzhorn trug in der Zeit von 1919 bis 1921 rund 5000 Bilder, Zeichnungen, Collagen, Skulpturen und andere Objekte psychisch kranker Patienten zusammen und zeigte seine Sammlung erstmals 1922 der Öffentlichkeit. (Kraus, 2012, S. 16)

Es ist naheliegend, dass der Einfluss von Prinzhorns Buch und Sammlung auf die damals zeitgenössischen Künstler wie Paul Klee, Max Ernst, André Breton oder Alfred Kubin groß gewesen sein soll (Kraus, 2012, S. 16).

Der französische Künstler Jean Dubuffet (1901-1985) gilt mit seiner Konzeption einer „art brut“, wörtlich „rohe Kunst“, als ein Vorbild für die Praxis der Kunsttherapie. „Für Dubuffet sollte Kunst ohne Vorbildung, aus der spontanen Arbeit mit dem Material heraus entstehen“ (Kraus, 2012, S. 17). Unter der art brut verstand Dubuffet „die von äußeren Einflüssen unabhängige, von jeder gelernten Technik freie, an kein bestimmtes Material gebundene Kunst unvoreingenommener >Autodidakten<“ (Kraus, 2012, S. 17).

In der jüngeren Kunstgeschichte gibt es mit Joseph Beuys (1921 – 1986) („Kunst ist ja Therapie“) und dem von ihm proklamierten erweiterten Kunstbegriff, der die künstlerische Praxis auf die politische, gesellschaftliche und soziale Realität bezieht, einen direkten Bezugspunkt für eine kunsttherapeutische Praxis, die sich als soziale Kunst versteht. (Kunsttherapie, 2022, S. 1)

Der Einfluss der ersten psychotherapeutischen Richtungen darf als entscheidende Anregung für die Entstehung und Ausbildung der Kunsttherapie nicht unterschätzt werden, wie etwa die Psychoanalyse Sigmund Freuds oder die analytische Psychologie Carl Gustav Jungs (Menzen, 2021, S. 13 ff.; Rössler, 2013, S. 234 ff.; Kraus, 2012, S. 22 ff.). Da es sich bei dieser Arbeit nicht um eine klinische therapeutische Untersuchung handelt, wird hier der Zusammenhang zwischen therapeutischer Theorie und bildnerischer Gestaltung als Methode der Kunsttherapie nur in zwei sehr allgemein umschreibenden Zitaten zusammengefasst.

„Jeder Mensch denkt und träumt in Bildern. Es ist daher naheliegend, dass Schwierigkeiten, Probleme oder Krisensituationen auch im bildnerischen Ausdruck ihren Niederschlag finden.“ (Kraus, 2012, S. 22) Diese Tatsache bildet auch die Voraussetzung dafür, dass Kunsttherapie als Therapie funktionieren kann.

Zum Zusammenhang zwischen Bild, Symbol und therapeutischer Theorie bzw. Analyse erklärt Menzen: „Die Erkenntnis von Freud und Jung war, dass sich im Vorgang des Symbolisierens seelische Konflikte ästhetisch-bildnerisch dokumentieren können“ (Menzen, 2021, S. 21).

## 5.1. Edith Kramer

Die Geschichte der Kunsttherapie ist eng verbunden mit ihren frühen deutsch – amerikanischen Wegbereiterinnen Margarete Naumburg, Edith Kramer und Elinor Ulman. ... Alle drei mussten Ende der 1930er Jahre aus Deutschland flüchten und entwickelten nach ihrer Emigration in die USA auf der Basis ihrer fundierten kunsttherapeutischen Erfahrungen dort in den 1940er Jahren wichtige und bis heute bedeutsame kunsttherapeutische Theorien. (Rössler, 2013, S. 236 f.)

Auf die Pionierin der Kunsttherapie Edith Kramer wurde ich durch die Kunsttherapeutin Diana Prash hingewiesen, die seit einigen Jahren im Landeskrankenhaus Mauer als Kunsttherapeutin arbeitet.



Abbildung 2: Edith Kramer  
(Bethune, 2014)

Edith Kramer wurde am 22. April 1916 in Wien als Kind jüdischer Eltern geboren und wuchs im Kreis von Künstlern, Psychoanalytikern und Intellektuellen auf. [...] Edith Kramer ging nach Prag und nahm Unterricht bei der Bauhaus- Künstlerin und Kunstpädagogin Friedl Dicker- Brandeis. [...] In ersten

kunsttherapeutischen Erfahrungen mit Flüchtlingskindern [in Prag; Anm. d. Verf.] legte Kramer den Grundstein für ihre spätere Arbeit mit schwierigen Kindern und Jugendlichen. 1938 gelang es der damals 22-jährigen nach New York zu emigrieren. Hier verfasste sie bahnbrechende Arbeiten zur Kunsttherapie. 1976 begründete sie den Lehrgang für Kunsttherapie an der New York University. Ihrer österreichischen Heimat blieb sie verbunden. Kramer verbrachte ihre Sommer bis ins hohe Alter regelmäßig auf einer abgelegenen Almhütte am österreichischen Grundlsee, wo sie am 21. Jänner 2014 im Alter von 97 Jahren verstarb. Als ihr Motto galt: Wenn die Gesellschaft von uns verlangt, unsere kreativen Ideen zu unterdrücken, sei unangepasst. (Kramer, 2016, S. 1)

Edith Kramer stellt ihre therapeutische Arbeit auf eine psychoanalytische Grundlage (Rössler, 2013, S. 237), die sie in ihrem Buch „Kunst als Therapie mit Kindern“ (Kramer, 1978) mit sehr klaren psychoanalytischen Erläuterungen der jeweiligen therapeutischen Veränderungen darstellt. In diesem Buch stellt Edith Kramer einen Bezug zwischen Kunst, Kunsttherapie und Kunsterziehung her (Kramer, 1978, S. 21 ff.).

## 5.2. Grundlagen

Voraussetzung dafür, dass eine therapeutische Behandlung mit künstlerischen Mitteln, wie bildnerisches Gestalten, musikalisches Spielen und/oder Singen, therapeutisches Schreiben etc., überhaupt auf seelischer Ebene gelingen kann, ist, „dass sich im Vorgang des Symbolisierens seelische Konflikte ästhetisch- bildnerisch dokumentieren können“ (Menzen, 2021, S. 21). Damit wird ausgesprochen, dass das Psychische oder Innere sich gleichzeitig auch im Außen, körperlich oder durch konkrete Handlungen und Beziehungen zeigen kann. Die Kunsttherapie geht davon aus, dass dieses Symbolisieren kein bloßes Dokumentieren oder Aufzeigen ist, sondern dass durch bewusstes Agieren mit künstlerischen Mitteln eine Veränderung der psychischen Situation möglich ist. Oder wie es C. G. Jung umschreibt:

„Indem der Patient sozusagen sich selber malt, kann er sich selbst gestalten“ (Riedel, 2016, 6). Für die Wirksamkeit und Realisierung der Kunsttherapie ist also die Möglichkeit des Menschen zur Kreativität eine grundlegende Voraussetzung.

### 5.2.1. Kreativität

Die Kreativität des Menschen ist ein grundlegendes Potenzial. Künstlerische Therapien sind der Kreativität, der Schöpferkraft in ihrer ursprünglichen Bedeutung verbunden, um diese therapeutisch wirksam werden zu lassen. Künstlerische und kreative Prozesse bedingen einander, sind jedoch nicht synonym. Basis aller Künstlerischen Therapien ist die Analogie therapeutischer und ästhetischer Prozesse in ihren kreativen Anteilen. (Rössler 2013, S. 55)

Hier wird von der Kreativität als Basis für künstlerische Therapien gesprochen und gleichzeitig angedeutet, dass das bewusste Einsetzen kreativer Fähigkeiten weder mit dem Hervorbringen von Kunst gleichzusetzen noch erforderlich ist.

Was ist unter Kreativität zu verstehen?

>Kreativität< (lat. >creare<: zeugen, schaffen, erschaffen) bedeutet, dass im Menschen Gedanken und Ideen entstehen können, die etwas ganz Neues enthalten, das aus der Erfahrung allein nicht zu erklären ist. Eine schöpferische Idee kommt aber nicht gänzlich ohne Erfahrungsgrundlage aus. (Konecny, 2006, S. 124)

Wichtig ist dabei, dass „die psychologische Forschung ... sich darauf geeinigt [hat; Anm. d. Verf.], den Begriff Kreativität nicht für außerordentliche Leistungen genialer Menschen zu reservieren, sondern ihn auch für alltägliche banalere Leistungen zu verwenden. So kann das Komponieren einer Symphonie als kreativer Akt neben dem Erfinden eines neuen Kochrezeptes stehen“ (Konecny 2006, S. 125).

Kurz soll hier noch das „Vier – Phasen – Modell von Poincaré“ (Konecny 2006, S. 128) für den typischen Verlauf eines kreativen Prozesses angesprochen werden, da dieser auch im Verlauf einer kunsttherapeutischen „Sitzung“ von Bedeutung sein kann.

1. **Vorbereitungsphase:** Ein Problem wird entdeckt und löst Denkakte aus. [...] Kreative Personen nehmen in dieser Phase jede Information, jedes Wissen auf, legen sich aber noch nicht fest, sondern lassen das Problem >in Schweben<.
2. **Inkubationsphase:** Hier wird das Problem >ad acta< gelegt; von manchen kreativen Menschen wird diese Phase auch als Zeit der Ratlosigkeit beschrieben, in welcher kein Weg zum Ziel zu führen scheint.
3. **Illuminationsphase:** Oft wird ganz plötzlich eine Lösung gefunden. Die neuen Gedanken können während der merkwürdigsten Umstände auftreten, wie in manchen Anekdoten mitgeteilt wird. ...
4. **Verifikationsphase:** Nach der von heftigen Gefühlen begleiteten Illuminationsphase wird die kreative Idee, das Produkt kritisch beurteilt und oft in harter Arbeit revidiert und reorganisiert. In dieser Phase liegt die schwierige Aufgabe einer adäquaten Kommunikation der Ergebnisse; denn als wirklich kreativ werden nur jene Menschen bezeichnet, die außer neuen Ideen auch Wege finden, diese anderen Menschen kreativ zu präsentieren. (Konecny, 2006, S. 128)

Bei der Kunsttherapie geht es nicht um ein einmaliges kreatives Produkt, sondern jedes Werk, egal ob Zeichnung, Malerei, Collage, plastische Gestaltung etc., wie später in den Kapiteln zur kunsttherapeutischen Praxis gezeigt werden sollen, wird als einmaliges kreatives Werk, das in irgendeiner Weise die psychische Situation des Klienten/der Klientin spiegelt, gesehen. In jeder Phase des kreativen Prozesses mit der\*dem Patient\*in kann es zu Schwierigkeiten kommen, die durch die Begleitung des Therapeut\*innen überwunden und weitergeführt werden sollen.

Die notwendige Überwindung von Widerständen, die auftauchen, wenn die Realität der Phantasie Bedingungen setzt, wird in der künstlerisch-therapeutischen Arbeit entsprechend begleitet. Daneben wird ... in der oft mühsamen Inkubationsphase bei der Suche nach eigenen, wichtigen Themen, die Selbst-Verantwortung gestärkt. (Rössler, 2013, S. 57)

Der kreative Prozess selbst ist ernsthaft und selbstvergessen. Diesen Zustand der Selbstvergessenheit bezeichnet man in der positiven Psychologie nach Czikszentmihalyi als *Flow – Erleben*. Jenes Glücksgefühl der kreativ-fordernden Arbeit wirkt stabilisierend und heilend. (Rössler, 2013, S. 57)

Zur Veranschaulichung der allgemeinen Bedeutung der Kreativität für die Kunsttherapie wird hier Edith Kramer zitiert:

Wenn Materie gestaltet wird, ohne dass das Resultat und die Art der Arbeit genau vorgeschrieben sind, dann nimmt sie unweigerlich die Gestalt ihres Schöpfers an. Besonders deutlich zeigen sich dabei Störungen der Identität und der persönlichen Vollständigkeit. Sie führen in der bildnerischen Darstellung regelmäßig zu Verzerrungen und zur Fragmentation. (Kramer, 1978, S. 40)

### **5.2.2. Das Spiel**

Der spielerische Aspekt und das Spiel allgemein ist in der therapeutischen Praxis der Kunsttherapie ein ganz wesentliches Element zur eigenen Stabilisierung und Selbstentlastung. Schon Friedrich Schiller schreibt im 15. Brief seiner Schrift: „Über die ästhetische Erziehung des Menschen, in einer Reihe von Briefen“, zwischen 1793 bis 1794 veröffentlicht, „Denn um es endlich auf einmal herauszusagen, der Mensch spielt nur, wo er in voller Bedeutung des Worts Mensch ist, und er ist nur da ganz Mensch, wo er spielt“ (Schiller, 2005, S. 34).

Welcher Zusammenhang und welche Bedeutung bestehen zwischen Kunst, künstlerisch-spielerischem Arbeiten und der Kunsttherapie, die auch für die Kunsttherapie von Bedeutung sein können? „Die künstlerische Freiheit ist dem Spiel verwandt. Im Spiel und in der Kunst ist die Macht des Realitätsprinzips teilweise aufgehoben“ (Kramer 1978, S. 38). Das Realitätsprinzip ist zum Beispiel bestimmend, wenn ein Maurer nicht immer nach neuen selbstgewählten Spielregeln Ziegelsteine übereinanderschichtet oder ein Verkehrspolizist seinen Posten nicht willkürlich nach seinem Gutdünken verlassen kann.

Das Einzigartige am Spiel ist, dass es trotz seiner teilweisen Losgelöstheit von der Realität, eine eigene Ernsthaftigkeit besitzt, das am einfachsten bei Rollenspielen von kleinen Kindern abgelesen werden kann.

Einem kleinen Mädchen von drei, vier Jahren wird man es erlauben, die Phantasie, dass sie die Mutter eines Puppenkindes ist, weiterzuspinnen, solange nur das Spiel die wichtigen Funktionen des täglichen Lebens nicht zu sehr beeinträchtigt. (Kramer, 1978, S. 38f.)

Nur dann erfüllt ja Spielen den Zweck, den es hat, wenn der Spielende im Spielen aufgeht. Nicht der aus dem Spiel herausweisende Bezug auf den Ernst, sondern nur der Ernst ganz beim Spiel, lässt das Spiel ganz Spiel sein. (Gadamer, 1990, S. 107 f.)

Ein konkreter Bezug zur kunsttherapeutischen Situation stellen Herbert Eberhart und Paolo J. Knill im Buch „Der Ernst des Spiels und die Überraschung der Kunst- abschließenden Gedanken“ (Eberhart 2010, S. 259 ff.) her.

Diese Aufmerksamkeit ist nicht auf spezielle Inhalte oder Verhaltensweisen gerichtet. Sie ist aber verbunden mit einer Offenheit für das sich in der Begegnung Zeigende, sozusagen mit einem Weitwinkelblick, der bereit ist, alles aufzunehmen, was beim Gegenüber, bei einem selbst oder beim entstehenden Werk, im Spiel und im Dazwischen passiert.

Mit dieser Offenheit und der Aufmerksamkeit auf den gemeinsamen Prozess und auf das, was sich darin als Überraschung zeigt, verwandeln sich Engagement, Präsenz und Ernst. Der von der professionellen Person verlangte persönliche Einsatz ist gleichzeitig verbindlich und entspannt. Die geforderte Präsenz wird zu einer heiteren Präsenz. Und der Ernst wird spielerisch, vergleichbar der konzentrierten Präsenz eines Jongleurs oder dem Ernst eines spielenden Kleinkindes. Beide geben sich voll ihrem Spiel hin, immer bereit, auf Überraschendes zu reagieren. So sind in unserer Vorgangsweise Spiel und Ernst in einer besonderen Art miteinander verschränkt. (Eberhart, 2010, S. 259 f.)

## **6. Kunsttherapeutisches Arbeiten**

Unterschiedliche Kunsttherapeut\*innen haben unterschiedliche Begriffe zur Kunsttherapie geprägt und verwendet. Zum Beispiel hat sich „die auf C. G. Jungs Psychologie basierende Methode der >Maltherapie< eigenständig entwickelt“ (Rössler, 2013, S. 237 f.). Auch der Begriff >Gestaltungstherapie< wird verwendet (Kraus, 2007, S. 14). Herbert Eberhart und Paolo J. Knill geben ihrem „Lehrbuch der kunst- und ressourcenorientierten Arbeit“ den Titel >Lösungskunst< (Eberhart, 2010). Werner Kraus schreibt: „Die Kunsttherapie gibt es nicht. Es gibt (fast) so viele Kunsttherapien wie Kunsttherapeuten“ (Kraus, 2012, S. 9). Das liegt einerseits daran, dass es bei der Entwicklung der Kunsttherapie keine vergleichbare Autorität gegeben hat, wie sie Sigmund Freud für die Psychoanalyse darstellt und andererseits spielt die künstlerisch orientierte Seite der Kunsttherapie gerade dahin gehend eine einmalige Rolle, dass sie mit dem künstlerischen Aspekt die Individualität des Kunsttherapeut\*innen besonders hervorhebt.

## 6.1. Erwachsene und Kunsttherapie

„Der Begriff >Kunsttherapie< (amerikanisch: *art-therapy*) verführt zu der Annahme, dass es darum gehe, >Kunst< zu produzieren“ (Kraus, 2012, S. 14). So schreckt der Begriff Kunsttherapie viele Erwachsene, Jugendliche, aber auch teilweise schon Kinder ab. Aus Angst sie müssen Kunst schaffen, blocken sie schnell mit der standardisierten Formel „Ich kann aber nicht malen...“ (Kraus 2012, S. 13) oder „Schon mein Lehrer hat gesagt, dass ich nicht malen kann“ (Kraus, 2012, S. 14) ab. Hinter diesen abwehrenden Aussagen könnte man auch „ein leises Bedauern ... heraus (...) hören, da die Patienten spüren, dass sie etwas Wertvolles verloren haben. Dunkel erinnern sie sich an ihre Kindheit, an eine Zeit, in der das Malen dazu beigetragen hatte, Erlebnisse, Gedanken und Gefühle zu be- und verarbeiten“ (Kraus, 2012, S. 14).

Folgend ein Erfahrungsbericht von Frau D.:

Frau D. ging es in dieser Phase ihres Lebens aus persönlichen Gründen nicht gut und eine Freundin bot ihr an, ihre Themen malerisch zu bearbeiten. Diese Freundin stellte alle Malutensilien zur Verfügung und zeigte zusätzlich Bücher. Im Interview beschreibt Frau D. sehr gut ihre anfänglichen Blockaden: „Ich kann das nicht! Ich habe keine künstlerische Ader in mir!“ Die Freundin gab nicht gleich auf und forderte sie auf: „Probiere es einmal aus, egal was herauskommt!“ (Anhang 1. Interview) Frau D. ließ sich darauf ein und fand im Malen auch ein ihr adäquates Thema, das zu ihrer persönlichen Situation passte: „Der Engel der Leichtigkeit“. Das Malen selbst empfand sie als meditativ. Und als Fazit dieses künstlerischen Prozesses erklärte Frau D.: „Ich war sehr stolz auf mich! Denn ich bin ja vorher davon ausgegangen, das kann ich überhaupt nicht“ (Anhang 1. Interview).



Abbildung 3: Der Engel der Leichtigkeit (eigene Aufnahme)

Auch wenn es bei der kunsttherapeutischen Arbeit nicht primär darum geht, dass man auch auf sein Werk stolz sein kann, so zeigt der Weg von Frau Dietl sehr anschaulich die anfänglichen Hindernisse und wie durch das bildnerische Arbeiten etwas Wesentliches für die psychische Situation sichtbar werden kann.

## 6.2. Anwendung und Einsatz

Auf die Frage „Was ist Kunsttherapie?“ antwortet der bekannte deutsche Kunsttherapeut und Theoretiker Karl-Heinz Menzen:

Man verbindet mit dem Begriff (Kunsttherapie, Anm. d. Verf.) die Meinung, dass Patienten Kunst machen sollen. Kunsttherapie will nicht viel mehr sagen, als dass im therapeutischen Prozess eine Befindlichkeit, wie es mir psychisch geht, mit künstlerischen Mitteln sich ausdrückt. Das heißt, meine Bestimmtheit, meine Trauer, meine Freude, mein Glück, meine Gesundheit, meine Ängste, Zwänge, sie werden ins Bild gesetzt, ob aus Papier, in Farbe, in der Plastik. (Menzen, 2013)

Auf diese abgrenzende Beschreibung der Kunsttherapie von Menzen stellt der Interviewer die Frage nach der Rolle, die diese Bilder und Plastiken in dem kunsttherapeutischen Verfahren spielen? Darauf Karl-Heinz Menzen über die Bedeutung der verwendeten künstlerischen Mittel: „In den Plastiken oder in den Bildern spiegelt sich eben diese Befindlichkeit“ (Menzen,

2013). Menzen geht auf das konkrete kunsttherapeutische Verfahren ein, indem er darauf hinweist, wie die Befindlichkeiten anhand der Bilder oder Plastiken abgelesen werden könnten: „[Die Formen, die die Befindlichkeiten darstellen, Anm. d. Verf.] sind sie groß, sind sie klein, sind sie farbig, sind sie in der Art zurückgenommen, sind sie in der Plastik voluminös, oder sind sie eher schmal, wie zeigt sich die Plastik, wie steht sie im Raum, verschwindet sie im Raum, drückt sich eine innere Haltung des Betroffenen aus, der sich da präsentiert?“ (Menzen, 2013).

Die von Menzen angeführten Beispiele einer möglichen kunsttherapeutischen Betrachtungsweise zeigen auch den Unterschied zur kunsterzieherischen Herangehensweise auf. Es geht bei der therapeutischen Arbeit immer um die Psyche des einzelnen und die Spiegelungen dieser psychischen Probleme durch die künstlerischen Mittel. Im Gegensatz dazu werden in der Kunsterziehung bestimmte Themen und Probleme vorgegeben, zum Beispiel die Möglichkeiten der Raumdarstellungen, um nicht nur die eigenen gestalterischen Möglichkeiten zu erweitern, sondern auch die unterschiedlichen Darstellungsformen zu verstehen.

Für wen ist Kunsttherapie geeignet?

Kunsttherapie eignet sich für alle Interessierten, die mit künstlerischen Mitteln arbeiten und sich in dieser Form ausdrücken möchten. Das gilt auch für Erzieher, Pädagogen, Ergotherapeuten und weitere im sozialen und therapeutischen Umfeld tätige Menschen, die daran interessiert sind und Freude daran haben, kreativ und im Umgang mit künstlerischen Mitteln zu arbeiten. (Obermeier, 2018, S. 6)

Der Begriff „im sozialen und therapeutischen Umfeld tätige Menschen“ lässt eine sehr weite, und womöglich über das professionell therapeutische Tätigkeitsfeld, zu. Dagegen wendet sich Werner Kraus, wenn er schreibt:

Wer nur Farbe und Papier zur Verfügung stellt und Menschen zu bildnerischem Gestalten anregt, ist noch kein Therapeut. Ebenso ist Kunsttherapie eindeutig von esoterischen Selbsterfahrungsangeboten, bei denen auch gemalt wird, abzugrenzen. (Kraus, 2012, S. 15)

Kraus schränkt den kunsttherapeutischen Bereich noch stärker ein, wenn er gleich anschließend hinzufügt: „Natürlich gibt es auch Selbsterfahrungsangebote, die von Kunsttherapeuten geleitet werden und bei denen mit bildnerischen Mitteln gearbeitet wird - Therapie kann und soll dies aber nicht sein“ (Kraus, 2012, S. 15).

Wenn man die Kunsttherapie, aus professionellen Gründen notwendig, ganz auf den klinischen Bereich und die Einzel- oder Gruppenpraxis einschränkt, ist „ihr möglicher Einsatz im kunstpädagogischen Bereich“, wie im Titel dieser Arbeit angedeutet, von vornherein ausgeschlossen. Es soll hier dennoch darum gehen, für die Kunsttherapie typische Formen des Umgangs und des Herangehens an bildnerische Werke im Bereich der Kunsterziehung aus rein pädagogischen Gründen zu nützen, ohne den Anspruch erheben zu wollen, nebenbei auch irgendwie therapeutisch tätig sein zu können.

Ein möglicher Ansatz findet sich bei Edith Kramer, wenn sie manches eingrenzt, aber auch einiges für Nicht-Therapeuten offenlässt. Sie schreibt:

In unserem Buch trennen wir Kunsttherapie von der Psychotherapie. Wir befassen uns hauptsächlich mit einer Form der Arbeit, in der die Kunst die entscheidende heilende Kraft darstellt. So, dass die therapeutische Wirkung von den psychologischen

Prozessen ausgeht, welche bei der schöpferischen Arbeit aktiv werden. (Kramer, 1978, S. 37)

Praktizierende Kunstpädagog\*innen wissen, speziell wenn man in einem Gymnasium, mit dem bestehenden Leistungsdruck in bestimmten Fächern, unterrichtet, dass die musischen und sportlichen Fächer, wie Musik, Kunsterziehung, Werkerziehung und Sportunterricht, für die Schüler\*innen ungewollt auch eine entlastende und ausgleichende Funktion zu den vorhin angeführten Fächern bilden.

Und gleich anschließend spricht Edith Kramer indirekt das Thema der\*des Kunsterzieher\*in in Bezug auf seine therapeutische Funktion an, wenn sie schreibt: „Der Therapeut fungiert als Künstler und als Erzieher, der es gelernt hat, seine Methoden den Bedürfnissen und der Pathologie der Patienten anzupassen“ (Kramer, 1978, S. 37). Die\*der Kunstpädagog\*in fungieren von Berufs wegen real als Erzieher\*in und Künstler\*in, die sich auch den Bedürfnissen und Möglichkeiten der Schüler\*innen anpassen, ohne natürlich von einer pathologischen Situation in der Schule ausgehen zu müssen. Von daher wäre es auch legitim, kunsttherapeutische Mittel und Methoden im kunsterzieherischen Bereich einsetzen zu können und zu dürfen, ohne damit den Anspruch einer therapeutischen Behandlung zu erheben. Gleichzeitig darf auch darauf hingewiesen werden, dass die pädagogische Aufgabe einer\*s Pädagog\*in sich in der Nähe des therapeutischen Tuns befindet, worauf Edith Kramer direkt mit dem Begriff Erzieher\*in Bezug nimmt.

Speziell im Bereich von Brennpunkt- Mittelschulen oder in der Sonderpädagogik, womöglich auch in Verbindung mit dem neuen Fach Inklusion, scheint der kunsttherapeutische Ansatz für das bildnerische Arbeiten besonders geeignet. Sara Pirs schreibt in ihrer Studienarbeit zum Thema: „Die Bedeutung der ästhetischen Bildung für geistig behinderte Menschen“: „Viele behinderte Menschen kommunizieren einzig über Bilder, Klänge und rhythmische Bewegungen, was die Kunst zum Kommunikationsmittel macht“ (Pirs, 2009, S. 15). Hier wird das bildnerische Gestalten überhaupt zum primären Kommunikationsmittel, wenn die sprachliche Möglichkeit der Äußerung grundsätzlich beeinträchtigt ist.

Abschließend zu diesem Kapitel, das die Kunsttherapie einzugrenzen versuchte, muss auch darauf hingewiesen werden, „dass mit der Kunsttherapie“ kein „>Allheilmittel< gefunden sei,“ „denn sie ist nur ein Angebot aus dem psychologischen beziehungsweise psychiatrischen Behandlungsspektrum, ein wichtiges und unverzichtbares, aber nicht das einzig wirksame“ (Kraus, 2012, S. 9).

### **6.3. Kunst als Therapie**

Wenn es auch bei der Kunsttherapie nicht um das Hervorbringen von Kunst geht, sondern um das therapeutische Einsetzen von künstlerischen Mitteln, soll hier doch auch ganz kurz die naheliegende Frage angesprochen werden, kann die Gestaltung von wirklicher Kunst auch aus therapeutischen Gründen entstehen?

Natürlich kann der Beweggrund für die künstlerische Gestaltung eines Kunstwerkes auch ein therapeutischer Grund sein. Diese Funktion hatte sicher der Briefroman „Die Leiden des jungen Werthers“, 1774 veröffentlicht, für den jungen, unglücklich verliebten Goethe, wie im Kapitel über die Poesie- und Bibliothherapie schon angesprochen.

Auch in der Bildenden Kunst gibt es die vielfältigsten Ursachen, die die Beweggründe für die Schaffung eines Kunstwerkes bilden können. Stellvertretend soll hier nur auf die mexikanische Künstlerin Frida Kahlo (1910-1954) und den US- amerikanischen Künstler Chuck Close (1940-2021) verwiesen werden. Für Frida Kahlo folgen nach einem schweren Unfall in einem Bus „29 Jahre Schmerzen mit 230 Operationen bis zu ihrem Tode“ (Hellinger, 2010, S. 4). Ihre Bilder, sehr oft Selbstportraits, erscheinen wie eine Art Tagebuch ihrer sicher oft unerträglichen

Leiden. Der therapeutische Effekt ihrer Kunst und ihres Malens konnte von Anfang an nicht wirklich eine Heilung sein, sondern bestenfalls eine Linderung und Distanzierung ihrer Schmerzen und Leiden durch das Malen selbst sowie ihre Sichtbarmachung durch ihre Bilder. Bei Chuck Close, der durch seine hyperrealistischen, überlebensgroßen Porträts berühmt wurde, hatte das künstlerische Malen eine eindeutig therapeutische Wirkung. Close litt „unter Prosopagnosie, also der Unfähigkeit, sich Gesichter zu merken und malte Porträts von erstaunlicher Genauigkeit. Sobald er ein Gesicht zweidimensional malte, konnte er sich an das Bild erinnern. So kompensierte er seine Schwäche durch die Malerei“ (Hellinger, 2010, S. 5). Chuck Close schaffte es sogar, nachdem er querschnittgelähmt wurde, weiter künstlerisch zu arbeiten und große Aufträge zu gestalten.

## 7. Setting und künstlerische Mittel

Unter Setting werden in der Psychologie und Psychotherapie die „Rahmenbedingungen“ (Schuster, 1997, S. 14) verstanden, unter denen die therapeutische „Behandlung“ oder Methode stattfindet. Setting heißt im Englischen „Schauplatz, Umgebung, Umrahmung“. Allgemein am bekanntesten ist das Setting oder die Standardmethode der Psychoanalyse von Sigmund Freud (1856 -1939)

Der Patient liegt während der Sitzung entspannt auf der >Couch<, der Analytiker sitzt dahinter, Verwendung der Methode der Freien Assoziation durch den Patienten, der Analytiker beschränkt sich auf die Aufgabe des Verstehens der so entstehenden Mitteilungen des Patienten und formuliert seine Mitteilungen unter Verzicht auf direkte Ratschläge in Form von Deutungen, etc... (Schuster 1997, S. 14).

Diese konkrete Nebenbemerkung soll hier dennoch auf den großen Unterschied im Setting der Kunsttherapie im Vergleich zu den nicht auf den Ausdruck bezogenen Therapieformen hinweisen.

Das Arbeiten mit künstlerischen Mitteln ist naturgemäß in erster Linie praxisbezogen. Jede Kunsttherapeutin arbeitet mit konkreten Dingen: Es gibt das Material, eine bestimmte Umgebung und Klienten, denen die Therapeutin einzeln oder in der Gruppe begegnet. (Leutkart, 2003, S. 9)

Bei der Kunsttherapie spielt, wie im Zitat angedeutet, das Setting, der konkrete Raum mit seinen vorgegebenen Möglichkeiten, was sowohl die zur Verfügung gestellten Materialien als den Raum für die Besprechungen betrifft, eine größere Rolle als meistens bei anderen Therapieformen.

### 7.1. Der Raum

Für den konkreten Raum, in dem die Kunsttherapie stattfindet, wäre es am günstigsten, wenn dieser ausschließlich für die Kunsttherapie Verwendung fände und nicht noch zusätzlich für andere Veranstaltungen benutzt werden würde. Denn die Kontinuität der räumlichen Situation und ihre „künstlerisch wirkende“ Atmosphäre spielen für das Arbeitsklima und die entsprechende Inspiration eine wichtige Rolle. Ein Raum, wo nichts „liegenbleiben oder gelagert werden“ (Leutkart, 2003, S. 17) kann, kann „dadurch wenig künstlerisch- kreative Arbeitsatmosphäre oder Aufforderungscharakter bieten. Denn es ist oftmals sinnvoll, bereits entstandene Teilnehmergestaltungen im Raum zu arrangieren, oder Material offen sichtbar anzubieten, um die Teilnehmer/innen zum Gestalten zu animieren und den Anfang zu erleichtern“ (Leutkart, 2003, S. 17).

Um einen lebendigen Eindruck von einer Räumlichkeit, die für die Kunsttherapie genutzt wird, zu erwecken, wird anschließend die räumliche Situation im Landesklinikum von Herr Gölles beschrieben.



Abbildung 4: kunsttherapeutisches Setting: Raum (Leutkart 2003, 18)

Die Räume für die Kunsttherapie im Landeskrankenhaus Mauer befinden sich im Pavillon 9, im ersten Stock. Eigentlich sind es nur 3 kleinere Räume, hintereinander liegend, wobei mir gleich aufgefallen ist, dass es kein Wasser drinnen gibt, sondern dieses vom Gang geholt werden muss. Der erste Raum hat circa 16 bis 18 m<sup>2</sup> im Quadrat, mit einem länglichen Tisch in der Mitte für 6 Personen, wo sowohl die Besprechungen für die Arbeit mit den künstlerischen Mitteln, die gemacht wird, durchgeführt werden, als auch die abschließende Besprechung in der Gruppe über die jeweiligen Erfahrungen stattfindet. Rundherum liegen auf Regalbrettern verschiedene Größen und Arten von Blättern wie auch Farben, Stifte, Pinsel, Gläser etc. sichtbar bereit. Das soll wahrscheinlich den Klienten helfen, die Entscheidung für ein künstlerisches Mittel zu erleichtern.

Eine Wand im Raum ist mit einer Holzwerkstoffplatte beplankt, wo man Blätter mit Reissnägel befestigen und stehend malen oder zeichnen kann. Dahinter gibt es noch 2 längliche Räume, wo 4 an die Wand gestellte schmale Tische, ähnlich den Tischen in einer Schulklasse für 2 Schüler. Jeder Patient hat dort quasi einen Tisch für sich allein, z. B. zum Arbeiten mit Ton oder mit einem Speckstein. Ich habe mitbekommen, dass in Mauer maximal 4 Patienten bei einer eineinhalbstündigen Kunsttherapie – Einheit anwesend sind.

Nach dem Arbeiten und dem Säubern des eigenen Platzes gibt es ungefähr noch eine Zeit von 10 bis 15 Minuten, in der am zentralen Tisch im ersten Raum jeder Patient seine eigenen Erfahrungen beim Arbeiten erklärt und die Kunsttherapeutin noch speziell mit dem jeweiligen Patienten, manchmal auch mit der Gruppe, einzelne therapeutische Aspekte, die durch das Arbeiten speziell sichtbar geworden sind, anspricht und bespricht. Wichtig scheint der Therapeutin, dass die entstandenen Werke oder die sich noch in Arbeit befindlichen Werke dortbleiben, damit sie wahrscheinlich auch eine Kontinuität in der therapeutischen Behandlung durch das Arbeiten sehen kann (Anhang, 2. Interview mit Herr Gölles).

Durch die Beschränkung der teilnehmenden Gruppe auf maximal 4 Personen, ist ein intensives therapeutisches Eingehen auf die einzelnen Patienten auch während des künstlerischen Arbeitens möglich.

## **7.2. Das Malatelier nach Arno Stern**

Das Malen an den Wänden geht auf den Pädagogen und Forscher Arno Stern (1924 geboren) zurück.

Mit 20 Jahren wurde ihm (in Paris) eine Stelle in einem Heim für Kriegswaisen angeboten; sein Auftrag war es, die Kinder zu beschäftigen. ... Aus Platzmangel an den Tischen allein, entstand die praktische Erwägung an den Wänden zu malen und so entstand der >Malort<. (Stern, 2023, S. 1)

Der von Arno Stern ursprünglich als „Malort“ bezeichnete Raum wird heute im deutschen Sprachraum meist als „Malatelier“ bezeichnet und soll vor allem Kindern eine Art freies Malen ermöglichen, „weil es Fähigkeiten fördert, die zur Entfaltung und Stärkung der Persönlichkeit führen“ (Stern, 2023, S. 1). Die Kunsttherapeutin Diana Prasch, die im Landeskrankenhaus Mauer arbeitet, erklärt im Interview die Vorteile des Arbeitens an den Wänden im Stehen aus ihrer Sicht folgendermaßen:

Es hat grundsätzlich für mich den Hintergrund, dass beim Malen der Körper in die Bewegung kommt und gleichzeitig aktiviert wird. Das Stehen bietet einen veränderten Malvorgang bzw. eine Veränderung des Blickes auf das Blatt (Frau Prasch schaut nach unten auf den Kaffeetaisch.), wenn man so auf dieses Blatt Papier schaut, den Kopf gesenkt oder wenn ich mich aufrichte, macht das einen Unterschied. Wenn ich stehend male, ist der Körper gleichzeitig in Bewegung, ich habe mehr Blick, mehr Weite. Das Malen im Stehen bietet sich gerade bei Personen an, die sehr müde sind. Ich versuche sie zu motivieren, ob sie im Stehen malen wollen, so kommt der Körper dann ebenso in die Aktivität und der Patient spürt sich auf der körperlichen Ebene. (Anhang. 3 Interview mit Diana Prasch).

### **7.3. Künstlerische Mittel**

Den individuellen Bedürfnissen des Gestaltenden entsprechend, wird das künstlerische Objekt mit ganz unterschiedlichen Materialien, wie z. B. Ton, Holz, Stein, [natürlich auch Farben, Stifte, Anm. d. Verf.] Fundstücken und Abfallprodukten ... gestaltet. Die Wahl des Materials prägt die Art der Gestaltung und trägt zur Entfaltung der ganz eigenen Ausdruckssprache des bildnerisch Tätigen bei. (Rössler, 2013, S. 238)

Im Grunde können in der Kunsttherapie alle künstlerischen Materialien, die Künstler oder Kunsttherapeuten verwenden, kunsttherapeutisch eingesetzt werden.

Die Aussagen der Kunsttherapeutin Diana Prasch geben eine konkrete Vorstellung, was in einer Kunsttherapie an Einsatz von Materialien möglich ist:

Es gibt Speckstein, Ton, Fingerfarben, Collage, verschiedene Stiftmaterialien, Acryl, Aquarell. ... Bei der Auswahl der Materialien habe ich sehr viele Freiheiten. Wenn ich als Material Stoffe benötige, dann kann ich Stoffe organisieren. Ich habe jetzt Draht mit Gips bereitgestellt, um mehr plastisches Arbeiten anzubieten. Es gibt oft Männer, die gar keinen Zugang zu den vorhandenen Materialien finden, aber Draht, das stellt einen handwerklichen Aspekt her zum Zusammenbiegen, zum Umwickeln und so kann vielleicht das Interesse des Patienten geweckt werden. (Anhang 3. Interview mit Diana Prasch)

Aus ihren konkreten Erfahrungen als Kunsttherapeutin gab Frau Prasch Hinweise zur therapeutischen Funktion von haptischen Materialien wie Ton und Speckstein und auch zu den Fingerfarben.

Das Haptische [Ton, Speckstein, ..., Anm. d. Verf.] ist kein Zwischen- Material. Das Haptische ist sehr direkt in der Bearbeitung mit den Händen. Ich habe keinen Vermittler, wie den Pinsel, der beim Malen die Farbe aufs Papier bringt. Fingerfarben sind zum Beispiel ein ganz interessantes Malmaterial. Der Patient trägt mit den Fingern die Farbe aufs Papier auf. Mit Fingerfarben kann man nicht exakt malen, daher versuche ich es Personen anzubieten, die extrem perfektionistisch sind. Mit Fingerfarben kann nicht perfekt gemalt werden. Der Finger nimmt die Farbe auf, sozusagen ist der Finger der Pinsel, mit dem ich den Strich auf das Papier setze. Der Strich wird natürlich nie perfekt sein, das ist für manche Patienten schon herausfordernd. Auch Ton und Speckstein können herausfordernde haptische Materialien sein. Mit diesen Materialien werde ich in der Bearbeitung mit Veränderung und Loslassen konfrontiert. Wenn ich diesen Vorgang nicht mehr rückgängig machen kann. Auch wenn ich mit Ton etwas

forme, ich kann eine Idee formen, doch im Tun kann es passieren, dass diese nicht so leicht umsetzbar ist. Ich habe die Möglichkeit dies umzuformen, aber nicht grundlegend zu verändern, außer ich fange ganz von vorne nochmal an zu formen. (Anhang 3. Interview mit Diana Prasch)

Diese Konfrontation, sich der Veränderung und dem Loslassen stellen zu müssen, passiert vor allem dann, wenn zum Beispiel beim Tonarbeiten unvorhergesehen beim Trocknen noch zusätzlich etwas abbricht oder sich löst.

#### **7.4. Das kunsttherapeutische Setting**

In der Kunsttherapie werden sowohl Einzel- als auch Gruppentherapien angeboten. Der zeitliche Rahmen, der für eine Therapieeinheit festgelegt wird, hängt von verschiedenen Faktoren ab. Im Landesklinikum Mauer dauert eine Einzeltherapie 50 Minuten, eine Gruppentherapie mit bis zu 4 Patienten 90 Minuten (Anhang 3. Interview mit Diana Prasch). Auch die Wahl des künstlerischen Materials oder die Ziele der Therapie können sowohl die einzelnen Einheiten als auch die gesamte Dauer der Therapie mitbestimmen.

So erfordert das Arbeiten mit Speckstein weit mehr Zeit als das Gestalten eines zweidimensionalen Sandbildes. Auch die zugrunde gelegten Ziele der Kunsttherapieeinheit beeinflussen den zeitlichen Rahmen. (Leutkart, 2003, S. 18)

Die kunsttherapeutischen Einheiten selbst werden normalerweise von 3 Elementen bestimmt. Am Beginn des Settings steht ein Gespräch mit der\*den Patient\*in über ihre gegenwärtige psychische Befindlichkeit und darüber, welches Material sie wählen wollen und/oder welches Thema sehr zentral ist, sodass sie dieses auch künstlerisch aufzuarbeiten versuchen. Dann passiert der künstlerische Prozess mit den jeweiligen Materialien. Den Abschluss des Settings bildet wieder ein Gespräch, in dem sowohl über den gestalterischen Prozess selbst und die jeweiligen Erfahrungen und Schwierigkeiten als auch die persönlichen Einsichten zu den eigenen psychischen Problemen gesprochen wird.

Einen sehr konkreten Einblick in ein kunsttherapeutisches Setting gibt ein Zitat aus dem Interview mit der Kunsttherapeutin Diana Prasch vom Landesklinikum Mauer wieder. Auf die Frage, ob sie während des gestalterischen Prozesses die Patienten auch unterstütze, antwortete sie:

Nein! ... Ich gehe von Raum zu Raum und komme ins Gespräch mit den Patient\*innen, weil der Beziehungsaufbau und das Vertrauen ja elementare Aspekte für die Therapie sind. Wenn die Patient\*innen im Prozess sind, da passieren im Inneren Abfolgen und Gedanken im Kopf, diese möchte ich wahrnehmen und verstehen können. Durch das Wahrnehmen meinerseits kann ich darauf reagieren und sie durch Fragestellungen unterstützen. Dies hilft den Patient\*innen ihr Handeln und ihre Gedanken wahrzunehmen und gibt ihnen die Chance, sich selbst gegebenenfalls zu stabilisieren. Durch das Reflektieren ihres Prozesses können sie ihre Gedanken besser erfassen und lernen sich darüber besser kennen.

Was für mich in den Kunsttherapieeinheiten wichtig ist, sowohl in der Gruppe als auch im Einzelsetting, ist die Besprechung am Schluss. Die Reflexion über den Prozess, zum Beispiel in der Gruppe, ermöglicht dem Patienten in die eigene Aufmerksamkeit zu kommen und zu erzählen, vom künstlerischen Prozess und deren Inhalten. Somit gewinnt der Patient über das Werkstück oder das Bild auch eine gewisse Distanz zu seiner Erkrankung und zu seinen Themen. (Anhang 3. Interview mit Diana Prasch)

## 7.5. Die kunsttherapeutische Triade

Die Kunsttherapie unterscheidet sich von anderen Therapieformen dadurch, dass zu der Beziehung Klient - Therapeut das künstlerische Medium hinzutritt. 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 Beziehungen zueinander eine Rolle: das künstlerische Gestalten am Werk, die Beziehung zwischen Therapeut und Klient und die Betrachtung des Werkes und seine Wirkung. (Obermeier, 2019, S. 5)

Wie oben beim Zitat von der Kunsttherapeutin Prasch schon ersichtlich, kommt allen diesen verschiedenen Beziehungsebenen eine wichtige Bedeutung zu. Dabei ist wichtig, auch im Gegensatz zur Kunsterziehung, auf eine andere Form des Gespräches innerhalb der Kunsttherapie hinzuweisen:

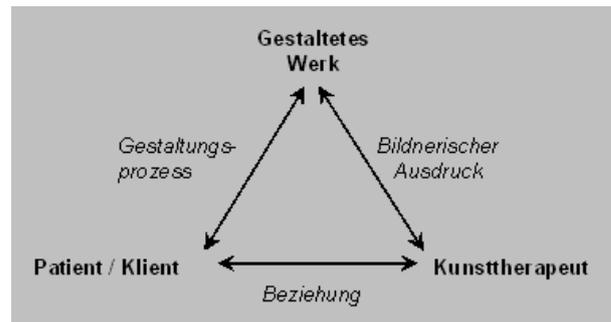


Abbildung 5: Die kunsttherapeutische Triade (Obermeier 2019, 5)

Wichtig im Gespräch ist, dass der Therapeut die Bilder des Klienten **nicht** interpretiert! Es sollte **kein** Bewerten und **kein** Aufdrängen einer Meinung des Therapeuten gegenüber dem Klienten erfolgen. Der Therapeut kann dies vermeiden, indem er die Position des >Nichtwissens< einnimmt. Das bedeutet nicht, dass der Therapeut >nichts< weiß. Nein, er sieht und erkennt vielleicht relativ schnell bestimmte Zusammenhänge im Bild, verhält sich jedoch zurückhaltend und geht in einen inneren und objektiven Abstand zum Bild. Er geht zusammen mit dem Klienten auf eine Entdeckungsreise und tastet sich mit dem Klienten in einer Unvoreingenommenheit im Bild vor, um wichtige Aspekte im Bild zu finden. Der Klient selbst kann dann bestimmte Zusammenhänge entdecken und aufspüren und es im Moment dann als >Aha-Erlebnisse< empfinden. Das wirkt auf sein Innenleben nachhaltig (Obermeier 2019, S. 5 f.)

Die therapeutische Veränderung oder Wandlung passiert im künstlerischen Prozess selbst, durch das Gespräch, begleitend zum Prozess oder im Anschluss, macht diese sichtbar und einsichtig.

Das anschließende Sprechen über das gestaltete Werk kann dem Patienten helfen, neue Perspektiven und Lösungsmöglichkeiten zu entdecken und zu entwickeln. Allerdings geht es nicht darum, Bilder zu deuten und Bilder in Worte zu übersetzen. Bilder lassen sich nicht einfach als Text lesen, der hinter ihnen liegt und ihnen Bedeutung verleiht. Es ist vielmehr so, dass der Klient durch das Bild wieder mehr Zugang zu seinen Gefühlen und Emotionen bekommen kann. (Obermeier 2019, S. 6 f.)

## 7.6. Therapeutische Aspekte

Eine entscheidende Fragestellung in Bezug auf die Kunsttherapie ist, welche therapeutischen Aspekte werden durch diese Therapieform besonders angesprochen oder behandelt?

Ein wesentliches Merkmal der Kunsttherapie ist der Umgang mit Materie. Dabei sprechen unterschiedliche Materialien jeweils in ihrer eigenen besonderen Weise an und können so gezielt eingesetzt werden, um mehr in Beziehung zu sich, zu einem Gegenüber, zur Welt zu kommen. (Leutkart, 2003, S. 12)

Wie schon mit dem Zitat angedeutet, werden in dieser Arbeit die Punkte zu den therapeutischen Aspekten der Kunsttherapie, von dem Buch „Kunsttherapie aus der Praxis für die Praxis. Materialien, Methoden, Übungsverläufe“ übernommen (Leutkart, 2003).

### 7.6.1. In Beziehung zu sich kommen

Die Kunsttherapie bringt den Menschen mit verschiedenen Ebenen von sich selbst in Kontakt. Zunächst einmal ermöglicht das Material sinnhafte Erfahrungen. Der Gestaltende erlebt z. B. Ton mit seinen Händen, er kann ihn als kalt, spröde, hart, oder weich, warm, nachgiebig erleben, als lustvoll oder ekelhaft, angenehm oder unangenehm. ... Das Berühren, Riechen, Betrachten des Materials löst auf unterschiedlichen Ebenen Reaktionen aus und darüber kann man wieder mehr in Beziehung zu sich selbst gelangen. Man kommt in Kontakt mit dem eigenen *psychischen Erleben*, mit seinen Empfindungen und Gefühlen.

Die Unnachgiebigkeit eines Steines kann in Verbindung mit den körperlichen Reaktionen, das anstrengende und harte Bearbeiten mit einem schweren Hammer auch Erinnerungen an bestimmte Menschen wie auch Situationen auslösen. (Leutkart, 2003, S. 12)

In dem oben genannten Buch „Kunsttherapie aus der Praxis für die Praxis“ (Leutkart, 2003) wird ein praktisches Beispiel einer Arbeit mit Ton angeführt, bei der durch das Arbeiten aus einer Höhlenform etwas ganz Neues entstand.

Im weiteren Gestaltungsprozess wird aus der Höhle eine offenere schalenartige Form, dabei findet der Gestalter einen Kompromiss aus dem Bedürfnis nach Geborgenheit und dem Wunsch nach mehr Freiheit und Expansionsmöglichkeiten. Nachdem also ein Konflikt zwischen dem Bedürfnis nach Geborgenheit und expansiven Wünschen deutlich wurde, nutzt der Gestalter die Gestaltungsmöglichkeit im Sinne des Probehandelns, um einen Kompromiss zwischen den unterschiedlichen inneren Strebungen zu finden. (Leutkart, 2003, S. 12 f.)



Abbildung 6: Höhle aus Ton  
(Leutkart 2003, S. 13)

Dieses Beispiel, wo aus einer Höhlenform aus Ton, eine Muschel entsteht, in der eine Perle als Schatz sichtbar wird, wie im Bild gezeigt, wurde so ausführlich gezeigt, um den Verlauf eines therapeutischen Prozesses anzudeuten.

Im Verlaufe des Arbeitens muss wahrscheinlich der Therapeut unterstützend eingreifen, um für die\*en Patient\*in zu einem positiven Ergebnis zu kommen. Denn es geht ja nicht um die bildnerische Darstellung eines bestimmten Themas, sondern während des Arbeitens mit Ton brechen persönliche Bedürfnisse, aber auch Konflikte auf, die zu einer „bildhaften“ Lösung geführt werden sollen. Beim Arbeiten mit künstlerischen Mitteln können „Umgangsmöglichkeiten ... erprobt und Kompromisse gefunden werden. Oft unerwartet, zeigen sich auch Ressourcen des Gestalters im Bild wie Gesundes, Schönes, Hoffnungsvolles - das hilft die schwierigeren Seiten zu ertragen. Eine Verbesserung der Selbst- und Fremdwahrnehmung findet statt“ (Leutkart, 2003, S. 13).

### **7.6.2. Sich selbst kreativ erleben**

Was im obigen Beispiel mit den unerwarteten Veränderungen im Prozess des Gestaltens schon angedeutet, offenbart im gestalterischen Prozess, dass man sich selbst als kreativ erleben kann. Wenn zum Beispiel jemand Farbe nimmt, „zieht Spuren über ein Blatt, in einem Zustand absichtslosen Tuns, erkennt darin plötzlich einen Sonnenuntergang und macht diesen deutlicher“ (Leutkart, 2003, S. 13 f.). Durch spontanes Tun entdeckt der Gestalter etwas Neues, das er dann weiter entwickeln kann.

Der Gestalter erlebt sich als schöpferisch. Die entstandene Gestaltung wirkt zurück und inspiriert zu neuem Tun. Der Mensch befindet sich im Fluss des schöpferisch – seelischen Prozesses, er ist ganz bei sich, kann über das Gestalten seinem Seelenzustand Ausdruck verleihen. (Leutkart 2003, S. 14)

Was hier für Kunsterzieher\*innen als selbstverständlich angesehen wird, ist für Kunsttherapeut\*innen bei ihrer Arbeit mit meist erwachsenen Menschen etwas Besonderes, da Erwachsene es meist nicht gewohnt sind, sich auf einen nicht voraus planbaren schöpferischen Prozess einzulassen.

### **7.6.3. Das Ich stärken**

„Das seelische Gleichgewicht kann schnell verlorengehen“, (Kraus 2012, S. 7) schreibt Werner Kraus als ersten Satz seines Buches „Die Heilkraft des Malens“.

Mit schwierigen Situationen werden wir allenthalben konfrontiert: mit Konflikten zwischen Eltern und Kindern, mit der Trennung vom Partner, dem eines geliebten Menschen, mit dem Verlust eines Arbeitsplatzes oder mit einer schweren Erkrankung. (Kraus, 2012, S. 7)

Gerade in solchen Situationen werden bei den Betroffenen grundlegende, im Alltag als einfach und selbstverständlich angesehene „Ich - Funktionen“, wie zum Beispiel Entscheidungen zu treffen, durch die seelische Situation so sehr irritiert, dass diese Funktionen plötzlich nicht mehr realisierbar erscheinen.

Die Kunsttherapie scheint über den Weg der Gestaltung mit künstlerischen Mitteln eine Stärkung der Ich-Funktionen zu ermöglichen, ohne direkt über die seelischen Probleme sprechen zu müssen.

Über die künstlerisch-formale Arbeit findet während des Gestaltungsprozesses eine Stärkung der Ich-Funktionen statt: Um ein Bild zu malen, muss ich mich entscheiden, mit welcher Farbe ich beginne, welche Farben dazukommen, in welches proportionale Verhältnis ich die Farben setze. Um eine Skulptur zu gestalten, muss ich mich entscheiden, wo Flächen und Kanten entstehen, in welches proportionale Verhältnis ich sie setze. Ich muss mich damit befassen, wie ich Spannung in die Gestaltung bringen kann. Ich setze im Bild eine Grenze, vielleicht erscheint sie mir zu starr und ich gestalte sie durchlässiger, oder sie erscheint mir zu diffus und ich mache sie deutlicher. [...] Einmal Erreichtes muss ich immer wieder aufgeben zugunsten von besseren Gestaltungsmöglichkeiten. Eine Komposition entsteht in einer inneren Pendelbewegung zwischen Hinspüren und Abstandnehmen, zwischen Einlassen und Distanzierung, zwischen Hingabe und Bestimmtheit in einem Prozess des Abwägens (Leutkart, 2003, S. 15 f.).

Hier werden ausführlich die Veränderungen, Entscheidungen, Neuanfänge und Integrationen von widersprüchlichen Möglichkeiten in Bezug auf eine bildnerische Gestaltung beschrieben, was im realen Leben in einer Krisensituation dem Einzelnen gerade nicht möglich ist. Bei einer Krise wird das alltägliche Lebensgefüge so sehr durcheinander gebracht, dass die grundlegendsten Ich-Funktionen verloren zu gehen drohen. Beim Arbeiten mit künstlerischen Methoden müssen „unterschiedliche Strebungen [...] integriert und Lösungen gefunden werden. Dieser Integrationsprozess stärkt die Ich-Funktionen“ (Leutkart, 2003, S. 16). Bei diesem gestalterischen Prozess müssen wirkliche Entscheidungen getroffen und Veränderungen gesetzt werden, und es handelt sich nicht nur um ein quasi stellvertretendes Spiel.

Auch auf der handwerklich- technischen Ebene des Gestaltens werden Ich- Funktionen gefördert: Ich brauche Mut, um den ersten Strich auf einem leeren Blatt zu machen, oder den ersten Schlag in einen Stein. Mit dem Material muss ich mich vertraut machen, ein Gespür dafür entwickeln, um dessen Möglichkeiten zu nutzen und seine Grenzen zu respektieren. [...] Durch das Erlebnis, mit meinen Händen etwas geschafft zu haben, kann ich mich schließlich in meinem Selbstwert gestärkt fühlen. (Leutkart 2003, S. 16)

## 8. Kunst und Gestaltungs-Unterricht und Persönlichkeitsentwicklung

Kunstpädagogisches Handeln kann die Entwicklung eines Menschen beeinflussen, doch in welchem Ausmaß dies geschieht, hängt von vielen Faktoren ab: die Qualität der Lehrperson spielt genauso eine Rolle, wie das Interesse und die Offenheit des Lernenden selbst, die angebotenen Inhalte, Materialien und Verfahren, die unterschiedlichen Projekte und die methodischen Varianten. Kunstunterricht fordert damit nicht nur zur kulturellen Teilhabe auf, sondern berührt die Person „in besonderer Weise emotional, sinnlich und geistig“ (Kirchner, 2008, S. 94). Somit kann die Persönlichkeitsentwicklung einer\*s Schüler\*in gefördert werden. „Allgemeine Bildung bezieht sich auf Körper, Geist und Seele“, in der ästhetischen Bildung kann die Wirklichkeit, nach Constanze Kirchner aktiv mitgestaltet werden (Kirchner, 2008, S. 94).

Im Produktionsprozess zeigt sich die aktive Gestaltung von Wirklichkeit offensichtlicher: Das Musizieren, Tanzen, Gedichte verfassen, Zeichnen, Malen, Bauen oder Konstruieren erfordert das Aktivieren innerer Vorstellungen, innerer Klänge, innerer Dialoge, innerer Bilder, Fantasien und Träume. Es wird etwas hervorgebracht – und zwar etwas, das auf ästhetische Weise gestaltet ist. Damit verbinden sich mehrere Aspekte: Einerseits entstehen Kompetenzgefühle, wenn ich etwas hervorbringe, wenn ich etwas erschaffe, wenn das Werk vollbracht ist und mir gegenübersteht. Mit dem Kompetenzgefühl wächst das Selbstwertgefühl, die Ich-Stärke. Andererseits bringe ich etwas von mir persönlich hervor – ein Motiv, das mich beschäftigt, ein Gefühl, eine Leidenschaft, ein Interesse – gleich, ob ich ein Bild male, einen Text schreibe oder mich musikalisch oder tänzerisch ausdrücke. Insbesondere das ästhetisch-praktische Tun stellt eine Brücke zwischen dem Innen – der inneren Vorstellung-, Fantasie- und Traumwelt - und dem Außen her. In diesem Prozess, etwas von Innen nach Außen zu bringen und in ästhetischer Form Gestalt zu verleihen, wird geordnet, strukturiert und gegliedert, um zu einer Form zu finden. Und innerhalb dieses Formfindungsprozesses wird das Erlebte verarbeitet – in der Auseinandersetzung mit dem Selbst und dem Anderen. Diese Leistung, eine Vorstellung auf das Papier zu bringen, zu modellieren oder körperlich darzustellen, ist ein vielschichtig kreativer Akt, der das Verhältnis zur Welt ein Stück weit zu klären vermag. Das Erlebte wird organisiert, strukturiert und symbolisch ausgedrückt. Zugleich wird das Hervorgebrachte auf diese Weise zu einem Gegenüber, das mit Distanz betrachtet und reflektiert werden kann. (Kirchner 2008, S. 95)

In diesem Prozess des Tuns kommt der Schaffende oft in einen Flow, einer „Versunkenheit und Konzentration, weil der ganze Mensch einbezogen ist“. Gleichzeitig wird der Umgang mit verschiedenen Materialien gefördert, welche eine Entwicklungsgrundlage im emotionalen, triebdynamischen und sinnlichen Bereich, für den Aufbau kognitiver Kompetenzen Voraussetzung sind (Kirchner 2008, S. 95 f.). Durch die Körpererfahrung, der Materialerfahrung und dem gestalterischen Tun in der ästhetischen Bildung wird außerdem ein Realitätsbezug hergestellt. Durch die Rezeption von Kunst, Theater, Opern usw. werden den Jugendlichen neue Lebensmuster und Rollenbilder gezeigt, welche sie in ihren Leben verankern können. Die Schüler\*innen setzen sich über die Kunst mit Identitätsfiguren und Lebensentwürfen auseinander, reflektieren Gefühle und werden eingeladen sich selbst zu spüren.

Innere Bilder, sind Grundlagen des Denkens. Ohne Vorstellung kann ich keinen Begriff bilden. Wenn also das Imaginationsvermögen geschwächt wird, weil ein passives Konsumieren von Bildern das Entwickeln eigener innerer Bilder – wie es beim Lesen etwa oder beim Malen von Bildern geschieht – verhindert, ist die Konsequenz womöglichverringertes eigenständiges Denken und geringere Kreativität. (Kirchner, 2008, S. 96 f.)

Somit ist es notwendig, Schüler\*innen im handelnden Tun zu unterstützen. Auch im aktuellen Lehrplan für allgemeinbildende höhere Schulen in Österreich steht:

Die mit der eigenständigen Gestaltungsarbeit verbundene Selbsterfahrung, die Förderung der Kreativität, der Handlungsbereitschaft und der Freude am eigenen Tun können ebenso wie die Wertschätzung ästhetischer Vielfalt und die Entwicklung kulturellen Bewusstseins und kultureller Toleranz wichtige Beiträge zur Persönlichkeitsbildung und zur Wahrnehmung sozialer Verantwortung leisten. (Rechtsinformationssystem des Bundes [RIS], 2023)

Somit ist ein kunsttherapeutischer Ansatz im Unterricht sehr wohl erstrebenswert und sinnvoll. So sollte das Ziel einer Schule sein, Jugendliche dahingehend zu unterstützen, „umfassend gebildete, vielseitig kompetente und umsichtige, vorausschauend denkende und verantwortlich handelnde, in sich ruhende und starke, beziehungsfähige Persönlichkeiten“ zu werden (Hüther 2013, S. 80 ff.).

## 9. Fallbeispiele

Wie schaut ein therapeutischer Prozess in der Kunsttherapie aus? Um einen Einblick in diesen Prozess der seelischen Verwandlung mit künstlerischen Mitteln zu geben, werden im folgenden Kapitel drei Beispiele mit sehr unterschiedlichen Materialien und unterschiedlichen psychischen Themen vorgestellt.

### 9.1. Collage

Beim ersten Fallbeispiel einer kunsttherapeutischen Transformation aus dem Buch „Kunsttherapie für die Praxis“ von Petra Obermeier (2019, S. 17 ff.) geht es primär darum, den Prozess sichtbar zu machen, wie jemand durch kunsttherapeutische Mittel in einem Setting zu wichtigen Einsichten für sich selbst kommen kann. Durch das einfache Mittel, eine Collage zu einem bestimmten Thema herzustellen, ist zusätzlich auch indirekt ein Bezug zur Kunsterziehung hergestellt. Eine wirkliche psychische Veränderung durch mehrere kunsttherapeutische Settings wird im zweiten Fallbeispiel veranschaulicht.

Petra Obermeier erläutert einleitend, welche Vorteile das künstlerische Mittel der Gestaltung einer Collage für eine kunsttherapeutische Sitzung haben kann.

Eine Collage kann leicht und ohne besondere Vorkenntnisse angefertigt werden. Sie eignet sich besonders als Einstieg für Menschen, die das Malen als schwierig empfinden und sagen >ich kann nicht malen< und gestalterisch trotzdem aktiv sein möchten. [...] Die Selbsterfahrungen mit Collagen sind meist sehr positiv und motivieren den Klienten, sich weiter zu entdecken und wahrzunehmen. Sie dienen als sogenannte >Bestandsaufnahme< für die aktuelle Lebenssituation und bringen mehr Klarheit, Ordnung und Bewusstsein in das eigene Leben. (Obermeier, 2019, S. 17)

Um eine solche Entdeckungsreise über die Gestaltung einer Collage, die schließlich die eigene Situation klarer erkennen lässt, geht es auch bei diesem Fallbeispiel.

Ein 39-jähriger junger Mann, im Verhalten sehr korrekt und höflich, möchte sich beruflich verändern. Momentan arbeitet er im klinischen Hygienebereich. Er merkt schon lange, dass seine Arbeit dort nicht genügend anerkannt wird und ist deshalb unzufrieden. Er hat ein festes Bild, wie seine berufliche Zukunft aussehen könnte. In der Arbeit mit der Collage erkennt er, dass er sich öfters selbst im Weg steht und stellt dabei fest, dass nur er selbst die Lösung in der Hand hat, Veränderungen in seinem Leben herbeizuführen. (Obermeier, 2019, S. 20)

Es wird also am Ende des Zitates klar, dass es bei der therapeutischen Arbeit nicht darum geht, dem Klienten eine Berufsentscheidung zu geben, sondern ihm mit Hilfe der Collage und dem Gespräch klar zu machen, was ihn hindert, eine Entscheidung zu treffen.

Die Kunsttherapeutin stellt dem Klienten in diesem Fall die konkrete Bildaufgabe: „Gestalte Dich als Symbol vor einem passenden Hintergrund“, die dann auch vorgegeben als Collage gestaltet werden soll. „Der Klient bekommt die Aufgabe, aus verschiedenen Materialien auf Zeichenpapier ein Collagenbild zu gestalten. Als Symbol versteht man ein Sinnbild für einen Bedeutungsträger, ein Zeichen, Wörter und auch Gegenstände“ (Obermeier, 2019, S. 17). Dafür werden unterschiedliche Materialien zur Verfügung gestellt: „Tonpapier, Zeitschriften, Ölmalkreiden, Klebstift, Zeichenpapier A3 190g/qm“ (Obermeier 2019, S. 17).

Anmerkungen zur Methode: Gemeint sind die Hinweise der Kunsttherapeutin Obermeier, warum und mit welcher Absicht diese Methode der Gestaltung einer Collage gewählt wurde.

Zeitschriften werden gesichtet und intuitiv Bilder ausgesucht, möglichst mit beiden Händen herausgerissen und gesammelt. Beim Blättern kommt man in eine Art Trancezustand, man findet sich in Bildern, die mit dem eigenen Inneren in Resonanz kommen, wieder. Durch das Blättern gelangt man in einen konzentrierten Zustand, versinkt ins Tun, vergisst manchmal die Zeit. (Obermeier, 2019, S. 18)

Als zweiter Punkt wird angeführt, dass durch das Herausreißen von Blättern mit beiden Händen die beiden Gehirnhälften aktiviert und damit die Kreativität gefördert werde (Obermeier, 2019, S. 18). Dritter Aspekt:

Durch das Aufkleben von verschiedenen Bildelementen wird ein neues Ganzes geschaffen. Als Symbol dienen entweder Zeitungsausschnitte oder es kann auch mit Ölkreide gestaltet werden. Der Klient kann spielerisch ausprobieren und experimentieren, indem er intuitiv Bilder ausreißt, zusammenstellt und aufklebt. (Obermeier, 2019, S. 18)

Insgesamt geht es darum ohne Leistungsdruck oder Perfektionsanspruch, unbewusste Themen bewusst zu machen und bearbeiten zu können (Obermeier, 2019, S. 18).

Wichtig ist dabei auch, dass der Klient sich selbst wahrnehmen und beobachten soll. Deswegen soll sich der Klient auch **nach** der Gestaltung der Collage zu folgenden vier Fragen Notizen machen: „Was lief im kreativen Prozess ab? Welche Phasen hast du durchlaufen? Was passierte im Tun? Wie waren die (Selbst-) Wahrnehmungen?“ (Obermeier 2019, S. 18 f.). 60 Minuten Arbeitszeit für die Gestaltung der Collage werden hier vorgeschlagen.

Thema der Collage ist in diesem Fall „Der Schlüssel“

Es wird hier nicht näher auf die Collage des 39-jährigen Mannes mit dem Titel „Der Schlüssel“ an sich eingegangen, der Fokus liegt mehr bei der Reflexion nach der Gestaltung. Die ersten vier Fragen betreffen die Selbstwahrnehmung des Klienten, im zweiten Teil macht die Kunsttherapeutin durch gezielte Fragen an den Klienten sichtbar, was dem Klienten durch das Gestalten der Collage über sein Lebensproblem klar wurde.

Fragen zur Selbstwahrnehmung

**Was lief ab im kreativen Prozess?**

Es war eine Orientierungsphase. Anfangs hatte ich Schwierigkeiten mit dem Finden eines Symbols für mich, war neugierig auf Bilder in den Zeitschriften. Allmählich entstand ein inneres Bild.

**Welche Phasen hast du durchlaufen?**

Die innere Anspannung weicht einer Entspannung, es macht Freude.

**Was passiert im Tun?**

Anfangs zögerliches Reißen der Bilder. Versuche die Risskante zu beeinflussen, was nur schwer gelingt. Ich lasse den Prozess laufen, kehre jedoch bei der Tür wieder zur Beeinflussung der Risskante zurück, um eine saubere Kante für das Öffnen der Tür zu bekommen.

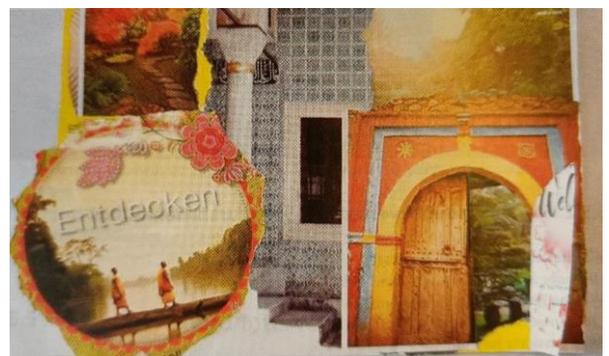


Abbildung 7: Collage (Obermeier 2019, 18)

### **Wie waren die (Selbst-) Wahrnehmungen?**

Ich erkenne das Symbol: Die Tür! Es entstehen die Sätze: Ich stehe mir häufig selbst im Weg. Ich bin das Problem aber auch die Lösung! Ich suche häufig den >Schlüssel< und merke dabei nicht, dass ich die Tür einfach aufmachen kann. (Obermeier, 2019, S. 18)

Sichtbar wird, wie durch die vorgegebenen Fragen, die eigentlich nur die Selbstwahrnehmungen während des Prozesses betreffen, dem Klienten schon sein eigenes Problem klar und sichtbar wird. Außerdem findet er während des Gestaltens das Symbol für sich selbst.

Der zweite Teil der reflektierenden Befragung des Klienten durch die Kunsttherapeutin ist mit „Interventionen“ überschrieben, um mit gezielten Fragen dem Klienten seine Wahrnehmungen und Einsichten noch klarer zu machen.

Interventionen

#### **Was hast du gemacht?**

Die Frage nach dem Symbol war schwierig: Ich habe die Bilder einfach herausgerissen. Ich weiß, dass ein Symbol kommen wird, das passt. Anfangs wollte ich noch die Risskanten beeinflussen, dann ließ ich es einfach laufen.

#### **Wie sieht dein Symbol aus?**

Das Symbol ist eine Tür zum Öffnen. Dahinter liegt ein Garten, der das Schöne symbolisieren soll. Auf dem Weg zum Garten liegt links ein Baumstamm, über den man erst balancieren muss, dann kommt aber schon eine feste Treppe.

#### **Was war dein Ziel?**

Anfangs hatte ich gar kein Ziel, ich habe es einfach laufen lassen, das Symbol hat mich gefunden.

#### **Worüber bist du zufrieden?**

Das ganze Bild ist für mich stimmig.

#### **Was würdest du eventuell anders machen?**

Ich möchte nichts verändern; ich freue mich, dass ich den Rahmen des Bildes gesprengt habe.

#### **Was nimmst du mit?**

Mir wurde bewusst, dass ich mir selbst oft im Wege stehe. Ich suche und suche nach dem Schlüssel, um die Tür zu öffnen, doch diese geht nicht auf, wenn man daran zieht. Ich bin das Problem, aber auch die Lösung. Das ist meine Erkenntnis. Für mich ist es wichtig zu entdecken, welchen Weg ich gehen möchte. Ich möchte mich beruflich verändern, und ich glaube fest daran, wie meine Zukunft aussehen wird. (Obermeier, 2019, S. 21)

Die Einsichten für den Klienten durch den therapeutischen Prozess wurden klar erkannt und benannt. Auffallend ist außerdem, dass die Therapeutin überhaupt keine Stellungnahme oder Bewertung zum Werk oder zum Prozess abgibt. Das ist im Vergleich zur Schule oder besser im jetzigen Schulsystem so schwer möglich. Außerdem ist davon auszugehen, dass die Fragen unter dem Titel Interventionen mit jedem Klienten anders aussehen werden.

Von der Kunsttherapeutin Petra Obermeier wird diese Methode, „Gestalte Dich als Symbol vor einem passenden Hintergrund“ als gegenständliche Collage zu gestalten, beim Einsatz folgender Möglichkeiten vorgeschlagen:

Zum Einstieg in die Kunsttherapie, bei Menschen mit hoher Hemmschwelle >Ich kann nicht malen<, in der Reha-Klinik bei Schlaganfallpatienten, in der Arbeit mit Jugendlichen mit bestimmter Themenwahl, wie z. B. Zukunft, Wünsche, zur Stabilisierung, Klarheit und innerer Ordnung. (Obermeier 2019, S. 21)

## 9.2. Angst

Als konkretes Beispiel einer kunsttherapeutischen Behandlung, die nach einer Zeit auch zu einer Verbesserung und Stabilisierung der psychischen Situation des Patienten geführt hat, wird hier auf das Fallbeispiel von Ulla Tretter mit dem Titel „Wege aus dem Teufelskreis der Angst“ aus dem Buch „Die Heilkraft des Malens“ von Werner Kraus eingegangen (2012, S. 79 ff.).

Es geht in diesem konkreten Fall um den knapp 32-jährigen Studenten Albert, der seit drei Jahren an Panikattacken leidet.

Während der Angstanfälle treten eine Reihe körperlicher Reaktionen auf, wie Hyperventilation, Atemnot, schneller und unregelmäßiger Herzschlag, begleitet von einem Gefühl der Beklemmung und Verkrampfung. Albert erlebt diese körperlichen Symptome als äußerst bedrohlich und hat Angst, er würde sterben und verrückt werden. [...] aus >Angst vor der Angst< vermeidet er Kino- und Cafébesuche. Schließlich kann er auch keine Vorlesungen mehr. [...] An manchen Tagen kommt es vor, dass Albert aus Angst vor der Angst nicht mehr wagt, alleine das Haus zu verlassen. (Kraus, 2012, S. 79)

Dieses Beispiel des Studenten zeigt die Wirkung der Kunsttherapie anhand einer psychischen Situation, die die reale Situation des Klienten wirklich massiv einschränkt, deutlich. Die Therapeutin Ulla Tretter schreibt, dass Albert über einen Zeitraum von über zehn Wochen regelmäßig zweimal wöchentlich in der Kunsttherapie war und viele Bilder entstanden sind. Von diesen Bildern habe sie nur fünf ausgewählt (Kraus, 2012, S. 79).

Sein erstes Bild zeigt einen nackten angstverzerrten Mann vor einem strahlenden blauen Hintergrund. Albert sagt dazu, er möchte endlich diese Angst loswerden, die er als einen >Fehler im System< ansieht, denn ansonsten sei alles perfekt, sein Umfeld, seine Familie, seine Freundin. Wenn es nur diese Panikattacken nicht gäbe, die ihn aus heiterem Himmel überfallen und nichts mit ihm zu tun haben. (Kraus, 2012, S. 79 f.)

Ulla Tretter beschreibt Albert als einen jungen Mann, der sich seine Anerkennung primär über die Leistung zu holen versucht und beim Abitur einen Notendurchschnitt von 1,4 gehabt habe. Daneben schreibe Albert fiktionale Geschichten, in denen er das Idealbild eines erfolgreichen und anerkannten Machers entwickle, der jede Situation managt und alles souverän im Griff habe (Kraus, 2012, S. 80 f.).

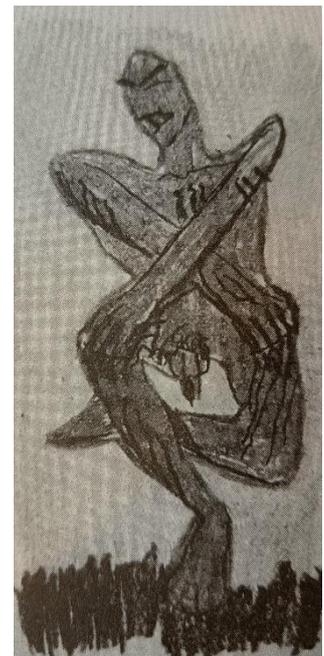


Abbildung 8: Prozess (Kraus 2012, 80)

Im Spiegel der Angst (so wird das Bild rechts bezeichnet) zersetzt sich [...] das Idealbild, das er von sich selbst gemacht hat und festhalten will. Übrig bleibt eine instabile und brüchige Person, deren Zielvorstellungen hinfällig geworden sind: eine Person, die er selbst nicht anerkennen und akzeptieren will, da sie seinen Idealen nicht entspricht. Solange Albert im Rahmen von Familie und Schule eingebunden war, deren Anforderungen er voll entsprechen konnte, erhielt er die nötige Anerkennung und Zuwendung, die den Boden seines Selbstwertgefühls darstellen. Damals machte er die Schülerzeitung und trug seine Essays in Lesungen vor. (Kraus, 2012, S. 81)

Nach der Schulzeit und der Auflösung der vorgegebenen festen Struktur erlebt er, während seiner Zeit bei der deutschen Bundeswehr, den ersten Angstanfall (Kraus, 2012, S. 81).

Auch in seinem Studium findet er keinen strukturierten und stützenden Rahmen mehr vor, und es treten gehäuft Angstattacken auf. Er möchte, auf seine Familie angesprochen, die Symptomatik nicht damit in Zusammenhang bringen. Er spaltet die Angst von sich ab: >Sie hat eigentlich nichts mit mir zu tun.< Würde er zulassen, dass der Konflikt in ihm selbst liegt, müsste sein ganzes Werte- und Selbstwertsystem zusammenbrechen. (Kraus, 2012, S. 81)

Das zweite Bild zeigt „die übermächtige und alles beherrschende Angst und auf der anderen Seite der ohnmächtige und ausgelieferte Betroffene, der von sich sagt: >Während dieser entsetzlichen Minuten, die mir wie eine Ewigkeit vorkommen, ist es mir unmöglich, irgendeinen Gedanken zu fassen - ich kann nichts tun, als zu warten, dass es vorbeigeht.<“ (Kraus, 2012, S. 82).

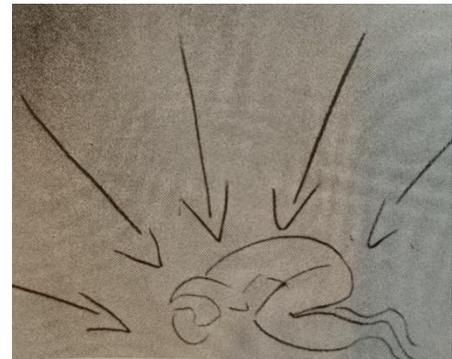


Abbildung 9: Prozess (Kraus 2012, 80)

Albert stellt diese Situation dar: Er zeichnet eine in sich gekrümmte Figur, auf die von außen Pfeile gerichtet sind. Die Figur wirkt wie ein zusammengekauertes Kind, das sich nicht wehren kann, in sich selbst zurückzieht und in embryonaler Schutzhaltung verharrt. Wenn man das Bild genauer anschaut, erkennt man, dass die dargestellte Person weder Gesicht noch Augen hat. Es ist ihr weder möglich, etwas zu sehen, noch Kontakt aufzunehmen. Sie hat keine Arme und Hände, also keine Mittel zu handeln. Das ist kein Zufall, denn sobald Albert über seine Angst spricht, fühlt er sich als passives Opfer und sieht nichts beziehungsweise will nichts sehen und will damit nicht erkennen und spüren, was die Angst mit ihm und seiner konkreten Lebenssituation zu tun hat. (Kraus, 2012, S. 82)

Bis jetzt wurde primär der jetzige Zustand, auch dem Patienten über seine Bilder, sichtbar gemacht.

Die Therapie beginnt, sobald der Patient bereit ist, sich den angstmachenden Situationen auszusetzen, das heißt, aktiv und bewusst allem gegenüberzutreten, was er bisher um jeden Preis vermeiden wollte. Dieser Schritt erfordert Mut, Kraft und Selbstvertrauen, gleichzeitig auch eine tragfähige therapeutische Beziehung. (Kraus, 2012, S. 82)

Der eigentliche Prozess der psychischen Transformation der Angstzustände in eine stabile Lebenssituation beginnt, die eine Bewältigung des Alltags wieder zulässt, ist im Einzelnen nicht leicht zu beschreiben. Denn entscheidend ist, wie bei jedem therapeutischen Prozess, die Beziehung zwischen Therapeut\*in und Klient\*in und deren Verlauf. Daher werden hier anhand einzelner Bilder die Fortschritte des therapeutischen Prozesses sichtbar gemacht.

Die ersten Erfolge im Umgang mit der Angst werden in einer Strichfigur sichtbar; die den Eindruck macht, ein Windhauch würde genügen, um sie davonzutragen. Das Bild zeige die Sogwirkung, die die Angst ausübt, sagt Albert. Wenn er in diesen Strudel der Angst geraten sei, verliere er jeden Bezug und jede Rückkoppelung zur realen Welt und könne keinen klaren Gedanken mehr fassen. Je weiter Albert diesen Prozess eskalieren lässt, desto mehr verliert er den Boden unter den Füßen, und es wird ihm unmöglich, wieder in Kontakt zu sich selbst und zur Realität zu treten. Um diese Dynamik zu veranschaulichen, hat er als Symbol eine Spirale gewählt. [...] Auf die Frage, wie es der körperlosen Strichfigur gelingen könnte, wieder mehr an Volumen und Standfestigkeit zu gewinnen, wendet Albert ein, dass es ihm ansatzweise schon ab und zu gelungen sei, diesen bedrohlichen Sog ganz zu stoppen. Wenn er es schaffe, sich rechtzeitig nach außen zu wenden, zum Beispiel Gegenstände zu berühren und sich der Materialität der Dinge ganz elementar zu vergewissern, könne er die weitere Eskalation der Angst durchbrechen. Die Erfahrung dieses Erfolges, an die er sich beim Betrachten des Bildes erinnert, ist ihm ein wichtiger Meilenstein auf dem Weg aus der Angst. Mit diesem Bild tritt ein Wendepunkt ein, und die freiwerdende Energie und Kreativität richten sich zunehmend auf Lösungsmöglichkeiten. [...] Im Verlauf der gemeinsamen Arbeit [wird, Anm. der Verf.] [...] die narzisstische Grundstruktur des Patienten immer offenkundiger: Entweder er produziert sich als elitäres Genie, entwirft in seinen Geschichten den Prototyp des modernen Helden, oder das ganze fiktive Gebäude kippt um, er bricht zusammen, ist völlig aufgelöst und verfällt in eine Haltung, in der er für sich keinerlei Chancen und Zukunft mehr sieht, sich pauschal abwertet und verbal niedermacht. Auch die Figuren in seinen Bildern lösen sich in diesem Zustand auf, und er hat Angst davor, psychotisch zu werden. (Kraus, 2012, S. 84 f.)

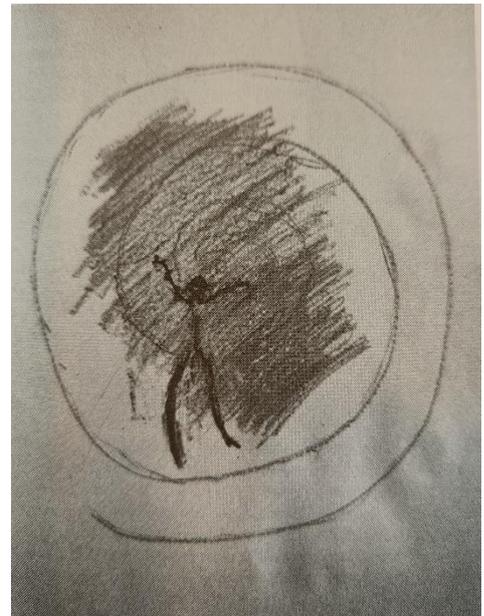


Abbildung 10: Prozess (Kraus 2012, 85)

Zwischen den Extremen imaginärer Selbstüberhöhung und rigider Selbstentwertung findet er seine Mitte und seinen Standort. In den Stunden, in denen er spürbar präsent und in Kontakt mit sich selbst ist, entstehen Bilder, in denen er sehr authentisch und in der Lage ist, zu gestalten und zu formulieren, was er braucht. Er kann nun sein Bedürfnis nach Zuwendung spüren und fühlt erstmals, wie weich und verletzlich er ist. Andererseits wird ihm deutlich, dass hinter dem Panzer des Rationalisierens und Intellektualisierens, hinter dem Druck und den Forderungen, die er an sich stellt, ein sehr zerbrechlicher Mensch steht, der viel Liebe braucht und ganz primäre Bedürfnisse nach Schutz und Wärme hat. (Kraus, 2012, S. 86 f.)

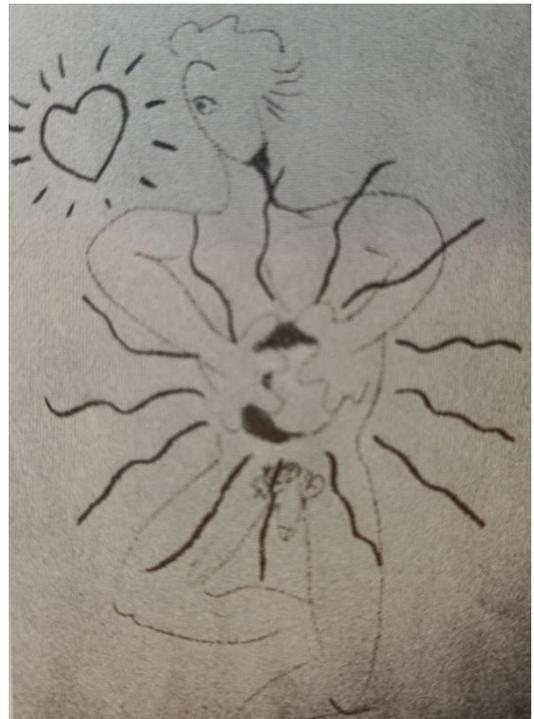


Abbildung 11: Prozess (Kraus, 2012, 86)

Die Therapeutin Ulla Tretter berichtet, dass bei dem klinischen Aufenthalt von Albert ihm über Körpertherapien der Zugang zu den Gefühlen gelingt. Zusätzlich habe er sich in eine Mitpatientin verliebt, was er sich aber erst nach dem Verlassen der Klinik zugestehen könne (Kraus, 2012, S. 87).

Mit diesen (vermutlich die Therapie abschließenden, Anm. d. Verf.) Stunden tritt ein deutlicher Wandel ein, der nicht nur in den Bildern sichtbar ist, sondern auch in der therapeutischen Beziehung spürbar wird: Albert ist zugänglicher geworden und nun bereit, auch tiefere und verwundbarere Schichten seiner Persönlichkeit mitzuteilen und darzustellen - somit wird der Austausch auch intensiver. ... Sein Symptom steht weniger im Vordergrund - Albert braucht nicht mehr die Situationen der Angst, um sich intensiv zu spüren. [...]Es kommen Ausbrüche von Wut und Aggression. Es tut ihm gut, sie abzureagieren, und er erlebt sich dabei sehr kraftvoll und lebendig und ist in Kontakt mit sich. Während Albert zu Anfang der Therapie von seiner Angst völlig überschwemmt wurde, gelingt es ihm nun immer mehr, in stabilem Kontakt zu sich und seinen Gefühlen zu bleiben. Dadurch gewinnt er das Selbstvertrauen, auch schwierige Situationen meistern zu können. (Kraus, 2012, 87f.)

Albert muss sich nicht mehr in eine idealisierte Welt flüchten, sondern kann offener und gelassener agieren.

Trotz der Rückfälle und Selbstzweifel, die ab und zu auftreten, findet er immer wieder neue Kraft und Zuversicht, schwierigen Situationen zu begegnen. Während Albert sich zu Beginn der Therapie nur in dem Gefühl der Angst intensiv erlebt hat und intensive Gefühle ihm Angst gemacht haben, entstehen jetzt neben Bildern, die Kraft und Aggression ausstrahlen, auch zarte



Abbildung 12: Prozess (Kraus, 2012, 88)

und sensible Arbeiten, die seine Wünsche nach Geborgenheit formulieren. Albert ist in der Vielfalt seiner Empfindungen lebendig geworden. (Kraus, 2012, S. 88)

Dieses Fallbeispiel zeigt einer kunsttherapeutischen Transformation, in der jemand von einschränkenden Angstattacken zu bewusst lebhaften Gefühlen von Wut, Aggression, aber auch Verletzlichkeit und Nähe und Zuneigung einen Zugang findet. Oft ist es scheinbar der mangelnde Zugang zu unseren Gefühlen oder das nicht Leben- Dürfen dieser Gefühle, vor allem auch in der Schule, das Menschen im Erwachsenenleben zu zusätzlichen psychischen Problemen führen kann.

## 10. Forschung

### 10.1. Forschungsfrage

Die ausformulierte Forschungsfrage lautet: Auf welche Weise kann Kunsttherapie in den Unterricht inkludiert werden und wie bereichernd ist es für den Unterricht? Die Forschung wird am BRG Enns stattfinden und beinhaltet Arbeiten mit einer zweiten, einer dritten, einer vierten und zwei achten Klassen. Sie findet im Schuljahr 2022/23 statt, wobei die genutzten Unterrichtsstunden von Januar bis März 2023 stattfinden. Es handelt sich um eine Einzelfallstudie und es wird versucht eine These zu entwickeln, wie ein kunsttherapeutischer Ansatz verstärkt im BE-Unterricht an österreichischen Schulen inkludiert werden könnte und wie sich dadurch der Unterricht verändert. Damit einher gehen eine Unterrichtsvorbereitung und Durchführung, sowie eine Reflexion und Evaluation. Die ausgewählte Schule ist ein Gymnasium und wird stellvertretend für eine österreichische Schule gesehen. Die ausgewählten Projekte dauern zwischen zwei und vier Unterrichtseinheiten.

### 10.2. Aufbau und methodische Auswahl:

Das Forschungsprojekt wird durch ein Forschungstagebuch dokumentiert, welches von der Lehrperson geführt wird. Die Schüler\*innen werden darin anonymisiert. Die Beobachtung gilt als unstrukturierte, teilnehmende Beobachtung und wird nach der jeweiligen Doppelstunde dokumentiert. Danach wird die Einzelfallstudie durch die Grounded Theory analysiert.

Ort: BRG Enns

Aufgaben: Die Aufgaben finden sich im Methodenpool im 11. Kapitel genauer ausgeführt wieder. Es fanden vier Methoden einen Einsatz: Collage, Gruppenarbeit mit Bäumen, die Ressourcen und die Gefühle.

- Collage: Bei dieser Aufgabe sollen die Jugendlichen eine Collage zum Thema meine Zukunft gestalten.
- Gruppenarbeit mit Bäumen: Zu Beginn hören die Teenager eine Traumreise. In der Traumreise gehen sie zu einem Baum, welcher genau nach ihren Vorstellungen aussieht, besonders riecht, sich gut anfühlt usw. Im zweiten Schritt malen sie mit Kreiden auf einem großen gemeinsamen Blatt ihre individuellen Bäume. Somit entsteht ein Gruppenprozess und gleichzeitig bleibt eine Individualität bestehen. Zuletzt reflektieren sie den Prozess schriftlich.
- Die Ressourcen: Im ersten Schritt schreiben sich die Teilnehmenden ihre eigenen Ressourcen und Stärken auf. Im zweiten Schritt suchen sie sich die wichtigsten fünf Punkte aus und finden jeweils eine Farbe für die Ressource. Aus diesen Farben und Ressourcen soll dann ein künstlerisches Werk entstehen. Zuletzt folgt ein Reflektion-Blatt.
- Gefühle: Die Jugendlichen schreiben sich zuerst zu den beiden konträren Gefühlen Wut und Entspannung alles auf was ihnen dazu einfällt. In den je 3 Minuten soll der Schreibprozess nie unterbrochen werden. Dann malen sie auf ein A3 Blatt ein Werk zu

den beiden Gefühlen mit Gouachefarben. Zuletzt reflektieren die Jugendlichen ihr Werk und den Prozess schriftlich.

Zeitraum und Teilnehmer\*innen:

Teilnehmer*innen	Methoden	Zeitraum
8.Klassen (30 SuS)	Collage	Februar 2023 2 Doppelstunden
	Die Ressourcen Gefühle	Februar 2023 1 Doppelstunde
2. und 3. Klasse (26 und 29 SuS)	Gefühle	Februar 2023 je 2 Doppelstunden
4. Klasse (13 SuS)	Gruppenarbeit mit Bäume	März 2023 1 Doppelstunde

Tabelle 1: Teilnehmer\*innen; Methode; Zeitraum

Datenerhebung:

Das Forschungstagebuch wird besonders gerne in der ethnographischen oder verhaltensbiologischen Forschung verwendet. Im Zentrum der Forschung steht die Beobachtung, wobei auch Persönliches Einfluss findet. Die Forscher\*innen werden dazu aufgefordert auch persönliche Erfahrungen, Erfolgserlebnisse, Ängste, Gefühle und Probleme zu inkludieren. Dadurch sollen eigene Wertungen besser reflektiert werden (Frank, 2020, S. 48).

In dieser Forschung findet die Verschriftlichung der Beobachtung im Anschluss an einen Termin statt. Neben dem gruppenspezifischen Prozess wird auf die Stimmung und die Aufgabe Bezug genommen. Es handelt sich je um etwa eine halbe Seite computer-geschriebenen Text.

### 10.3. Datenanalyse - Grounded Theory

Zuerst müssen die Daten exploriert werden, um ein allgemeines Verständnis für die Daten zu bekommen, bevor die Daten in kleinere Einheiten zerstückelt werden (Creswell, 2011, 9). Diese erste Gliederung hilft später der Orientierung im Text. Nun wird der Text in Bezug auf die Forschungsfrage abgetastet und zu kleineren Sinneinheiten oder Indikatoren zusammengefasst. Diese Indikatoren sollen die im Text enthaltenen Informationen möglichst facettenreich und vollständig erfassen. In diesem Fall erfolgte der Prozess tabellarisch. Durch das axiale Kodieren werden im nächsten Schritt Zusammenhänge zwischen den einzelnen Indikatoren gefunden und Beziehungen und Hierarchien abgeleitet (Hülst, 2011, S. 7 f.).

Nachdem das Forschungstagebuch geschrieben war, wurden Schlüsselsätze aus den einzelnen Textpassagen herausanalysiert und darüber Überbegriffe also Indikatoren gelegt.

<b>Datum</b>	<b>Forschungstagebuch</b>	<b>Schlüsselsätze</b>	<b>Indikatoren</b>
18.1	Ich forderte die Schüler*innen auf, zuerst "freies Schreiben" zu den Gefühlen Entspannung und Wut zu machen und im nächsten Schritt eine Arbeit zeichnerisch oder malerisch dazu zu gestalten.	Der Beginn und das Ende der Unterrichtseinheit wird für die Reflexion genutzt und der Hauptteil für die künstlerische Arbeit.	Aufgabe
	Ohne viele Fragen starteten sie zu arbeiten und waren zumeist sehr konzentriert dabei. Im ersten Schritt waren manche noch sehr planlos, was sie machen wollten, aber auch hier ließ ich den Prozess sehr frei.	Manche Schüler*innen starteten sehr konzentriert, andere ein wenig planlos.	Motivation
	Im letzten Schritt beschrieben die Schüler*innen wie es ihnen bei der Arbeit ergangen ist und gaben mir das Blatt ab. Ich wollte so sehen, ob es Sinn macht kunsttherapeutische Übungen zu inkludieren. Welche Themen die Schüler*innen bewegen und so weiter.	Eine Reflexion am Ende hilft nicht nur den Schüler*innen sondern auch der Lehrperson als Rückmeldung.	Aufgabe
	Und im Nachhinein beschäftigen mich diese Verschriftlichungen weit mehr als erwartet. Bei Wut kam immer wieder Schule und Stress. Also wachsen Jugendliche schon dahingehend auf, dass sie bevor das normale Leben startet, sie schon zu viel gefordert und gestresst werden. Erschreckend, oder? Manche Mädchen erklärten sehr genau welches Gefühl entsteht. Ohnmacht oder Trauer. Oder wenn sie genervt werden. Andere beschrieben eher Themen, wie Ungerechtigkeit, Hass, Aggression. Bei Entspannung wiederholte sich das Thema keine-Schule, "Wenn ich keine Schule habe", Urlaub, Schlafen, Essen, Natur, keinen Stress/Angst aber auch Netflix und Zigaretten.	Die Rückmeldungen sind sehr persönlich und mit einem starkem Schulbezug.  Insgesamt empfinde ich die Rückmeldungen als sehr berührend.	Reflexion

Tabelle 2: Forschungstagebuch mit Indikatoren und Schlüsselsätzen

Diese Indikatoren machten ein axiales Kodieren möglich und so entstanden weitere zusammengefasste Kernaussagen und Erkenntnisse.

<b>Schlüsselsätze</b>	<b>Indikatoren</b>	<b>Neue Kernaussagen</b>
Der Beginn und das Ende der Unterrichtseinheit wird für die Reflexion genutzt und der Hauptteil für die künstlerische Arbeit.	Aufgabe	Die Schüler*innen brauchen unterschiedlich schnell für die Aufgabe.
Macht es Sinn Kunsttherapie in den Unterricht zu inkludieren?		Es fällt den Schüler*innen leichter

		konkreteren Fragen zu beantworten.
Eine kunsttherapeutische Zwischenübung.		Die Reflexionsfragen müssen altersgerecht formuliert werden.
Ich hielt mich aus dem direkten Prozess heraus, behielt allerdings den Überblick über das Geschehen.		Die Schule als Institution lässt wenig Spielraum für kleine Gruppen und freies kreatives Gestalten zu.
Die Schüler*innen arbeiten zu den Gefühlen Wut und Entspannung.		
Bei konkreteren Fragen tun sich die Schüler*innen leichter.		
Die Schüler*innen werden unterschiedlich schnell fertig.		
Die Reflexionsfragen müssen altersgerecht formuliert werden.		
Es wird mit einer Traumreise gestartet.		
Die Gruppe nimmt sich wenig Zeit für die Reflexion.		
Jeder findet auf einem großen gemeinsamen Blatt seinen Platz.		
Die Gruppe arbeitet sehr konzentriert und kooperierend.		

Tabelle 3: Teil der Grounded Theory mit neuen Kernaussagen

## 10.4. Untersuchungsergebnisse

Es entwickelten sich drei Überkategorien, welche alle zur Grundfrage: „Auf welche Weise kann Kunsttherapie in den Unterricht inkludiert werden und ist es sinnvoll?“ passen sollen. Es kristallisierten sich die Indikatoren: Aufgabe, Reflexion und Motivation heraus. Alle Indikatoren hatten etwa 10 bis 12 Schlüsselsätze. Wobei sich die Bereiche auch überlappen und zum Teil wiederholen. Folgend werden die Indikatoren und die endgültigen Schlüsselsätze aufgedrösel und besprochen.

1. Aufgabe: Die Aufgaben waren grundsätzlich klar verständlich und **die Schüler\*innen brauchen unterschiedlich viel Zeit für die Aufgaben**. Dies fällt dahingehend auf, dass es im Schulkontext oft sehr große Gruppen sind und es dadurch, wie im Indikator Motivation beschrieben ist, eher schwierig ist die Arbeiten und Gefühlslagen im Gespräch zu reflektieren. Hier fällt auf: **Es fällt den Schüler\*innen leichter konkretere Fragen zu beantworten**. Und **die Reflexionsfragen müssen altersgerecht formuliert werden**. Gerade die jüngeren Schüler\*innen können so mehr Bezug zu ihrem eigenen Leben herstellen und beantworten die schriftliche Form nicht nur mit einem Wort. Allgemein lässt sich sagen: **Die Schule als**

**Institution lässt derzeit wenig Spielraum für kleine Gruppen und freies kreatives Gestalten zu.** Dies gilt auch für die Rahmenbedingungen. Im kunsttherapeutischen Setting gilt der Kontakt zwischen Klient\*in und Therapeut\*in als relevant, was durch die Gruppengröße schwierig ist, auch der Raum, welcher anregend sein sollte, ist an einer Schule eher suboptimal.

2. Reflexion: **Grundsätzlich arbeiten die Schüler\*innen sehr begeistert und mit viel Interesse.** Es zeigt sich, dass viele Jugendliche sehr wohl bereit sind ihre eigenen Gefühle, Stärken und Gedanken aufzuschreiben und kreativ ausdrücken. **Zu Beginn sind manche etwas unmotiviert.** Wie auch allgemein in der Schule brauchen manche Schüler\*innen mehr Zeit, um sich in den Prozess einzulassen. **Es ist von Vorteil auf die Interessen und Themen der Jugendlichen einzugehen.** Es geht bei der Arbeit mit kunsttherapeutischem Ansatz immer um die Person selbst, damit wird direkt am Leben des Jugendlichen angesetzt. Auch mit den Themen Zukunft oder Gefühle können in diesem Fall die Jugendlichen sehr viel anfangen.

3. Motivation: **Die Rückmeldungen sind sehr persönlich und mit einem starkem Schulbezug.** Es zeigt sich also, dass sich die Jugendlichen sehr wohl einlassen und sich mit sich selbst auseinandersetzen wollen. Die Schule ist ein großer und wichtiger Bereich ihres Lebens. **Es gibt allerdings Grenzen, welche den schulischen Rahmen sprengen.** Im Zuge der Forschung habe ich viele Reflexionsblätter durchgesehen, um eine Rückmeldung zu erhalten. Besonders eine Reflexion empfand ich als sehr beunruhigend. Allerdings waren in diesem Fall alle Reflexionen anonym. In so einem Fall ist es notwendig, die Schüler\*in zu einer psychotherapeutischen Behandlung weiter zu vermitteln. Wie im Methodenpool beschrieben ist insgesamt notwendig bei bestimmten Aufgaben besonders achtsam zu sein. So können Themen wie Wut, Angst, Berührung usw. Themen aufrütteln und beunruhigen. Diese Jugendlichen sollten dann unbedingt beruhigend unterstützt werden und gegebenenfalls an Profis weitervermittelt werden.

**Das eingeeengte Schulsystem und die äußeren Rahmenbedingungen (Gruppengröße, Raum) gibt wenig Raum für kreative Prozesse und individuelle Reflexionsgespräche.** Manchmal könnte der Reflexionsprozess durch passende Fragen noch verstärkt werden. Die schulischen Rahmenbedingungen erschweren diese Möglichkeiten.

**Die Ergebnisse sind sehr individuell und der Prozess regt Emotionen und Gespräche an.** Nicht nur mit der Lehrperson, sondern auch innerhalb der Gruppe wird so ein Prozess gestartet. **Den Schüler\*innen fällt es bei konkreten Themen leichter einen Bezug zum eigenen Leben herzustellen als bei abstrakten Themen.** Dies zeigte sich vor allem beim Thema Bäume, wo es den Schüler\*innen schwerer fiel einen Bezug zum eigenen Leben herzustellen, als wenn sie sowieso über die eigenen Gefühle zeichneten oder malten.

Insgesamt ergibt sich aus dieser Forschung, dass ein kunsttherapeutischer Einsatz sehr wohl möglich ist und dass es auch Sinn macht diese Themen zu inkludieren.

## **10.5. Ethische Frage**

Die Teilnehmer\*innen der Forschung wurden über das Ziel und die Forschung im Allgemeinen informiert. Durch die Unterschrift bestätigten sie ihre Zustimmung an der Forschung. Im gesamten Forschungsbericht wurden die Teilnehmer\*innen anonymisiert. Die Schüler\*innen wurden informiert, dass die Teilnahme freiwillig ist und wofür die Daten verwendet werden. Auch die Schulleitung wurde über das Forschungsprojekt aufgeklärt und informiert. Die Anonymität ist besonders wichtig, da die Schüler\*innen auf den Reflexionsbögen sehr persönliche Themen reflektieren und ansprechen.

## **10.6. Validität / Gütekriterien der Untersuchung**

Die gesamte Forschung soll so transparent wie möglich sein. Alle wichtigen Arbeitsschritte wurden dokumentiert und für Unbeteiligte nachvollziehbar gemacht. Es wurde versucht, die von mir subjektiv gewonnenen Daten zu reflektieren und zu diskutieren.

Hier wird noch auf die Gütekriterien nach Miles und Hubermann eingegangen.

**Bestätigbarkeit:** Durch die Dokumentation und Selbstreflexion im Forschungstagebuch und die offene Aufgabenstellung wurde versucht möglichst wenig Vorbestimmung der Ergebnisse durch mich zu inkludieren.

**Zuverlässigkeit:** Die Studie gilt als Einzelfallstudie und ist so aufgebaut, dass sie leicht an anderen Standorten wiederholt werden könnte. Somit würde sich die Ergebnisse natürlich verdichten.

**Glaubwürdigkeit:** Das Tagebuch wurde gewissenhaft und regelmäßig nach den einzelnen Terminen geführt. Dahingehend wurde auch versucht die Teilnehmenden weitgehend für den Prozess nicht zu beeinflussen.

**Übertragbarkeit:** Es wurde im Forschungsbericht auf den Aufbau der Forschung sowie der Teilnehmende eingegangen, sodass die Studie durchaus wiederholbar wäre (Kuckartz, 2016, S. 202).

## **10.7. Fallbeispiele**

Wie im Punkt 10.3 ersichtlich wurde insgesamt die Methode Gefühle am öftesten ausgeführt, nämlich mit Jugendlichen der 8. Klassen, also im Alter von 17 oder 18 Jahren und Jugendlichen der 2. und 3. Klasse, also zwischen 11 und 13 Jahren. Im 11. Kapitel Methodenpool ist im Unterkapitel 11.6 Gefühle beispielhaft ein Reflexionsblatt ersichtlich.

Zusätzlich gab es eine Aufklärung und Zustimmung zur Forschung. Die Schüler\*innen willigten schriftlich ein: „Ich bestätige hiermit, dass meine Antworten anonym für die Masterarbeit von Johanna Gölles zum Thema „Kunsttherapie“ verwendet werden dürfen.“ Firmiert mit Namen, Datum, Klasse, Ort und Unterschrift. Somit soll die Forschung ethischen Grundsätzen entsprechen und sollen die persönlichen Reflexionen anonymisiert bleiben.

Im folgenden Kapitel werden einige Reflexionsblätter exemplarisch dargestellt, um einen Eindruck zu vermitteln. Es soll zeigen, wie individuell die Jugendlichen mit den Themen umgehen und wie ein Reflexionsprozess gestartet wird. Außerdem zeigt sich, dass die Fragen womöglich zu kompliziert gestellt waren. Viele Rückmeldungen wären spannend mit einem Folgegespräch weiter zu reflektieren. Allerdings werden womöglich auch so manche Jugendlichen angeregt weiter über die Themen nachzudenken.

Die Reflexionen nehmen Bezug auf die Fallbeispiele im Kapitel 8. Es zeigt sich viel über die einzelnen Personen, ihre Bedürfnisse, Ängste, inneren Wahrnehmungen. Viele beschrieben, was sie bewegt und ihre aktuelle Lebenssituation.

Ich habe als letztes Beispiel auch eine Reflexion inkludiert, welche ich persönlich stark beunruhigend empfinde. Um zu zeigen, dass es auch Grenzen für die schulische Auseinandersetzung mit psychischen Themen gibt.

### 3. Klasse, weiblich

**Wut:** laut, rot, schreien, Arschloch, fick dich, streiten, Diskussionen, Hurensohn, Wixxer, vorlaut, genervt, Hure, Fotze, Schlagen

**Entspannung:** Ruhe, Musik, Schlafen, alleine sein, Fernsehen, Lesen, Fußball spielen, Urlaub, Ferien, kein Lernstress, Karten spielen

**Fragen im Nachhinein beantworten:**

**Was lief im kreativen Prozess ab?** Ich konnte meinen Gefühlen freien Lauf lassen.

**Welche Phasen hast du durchlaufen?** Ideen sammeln, durchdenken, zeichnen

**Was passierte im Tun?** Ich konnte meiner Vorstellung entsprechend kreativ sein.

**Wie war die (Selbst-) Wahrnehmung?** Konzentration

### 3. Klasse, weiblich

**Wut:** Biolehrer trägt sich bei Supplierstunde ein, Schule, wenn ich lernen muss, Streber sagen dass sie 5-er haben obwohl sie eine 1 haben, Lautstärke (zu laut)

**Entspannung:** Schlafen, Geige spielen, Fußball spielen, Shopping, Kakao trinken und dabei Fernsehen, nichts lernen, keine HÜ, Bubbletea, Freunde treffen

**Fragen im Nachhinein beantworten:**

**Was lief im kreativen Prozess ab?** Nichts

**Welche Phasen hast du durchlaufen?** Entspannung

**Was passierte im Tun?** Nichts

**Wie war die (Selbst-) Wahrnehmung?** Keine Ahnung

### 3. Klasse, männlich

**Wut:** wenn mir wer eine Atombombe auf den Kopf wirft. Wenn in Fortnite ein Update ist. Wenn ich in Rocket League gebannt werde, wegen Rassismus

**Entspannung:** Wenn du in Rocket League ein Tor schießt und die ganze Zeit „What a safe“ in den Chat schreibst. Wenn du in Fortnite mit einem Bogen auf einen Gegner zielst und ihn triffst.

**Fragen im Nachhinein beantworten:**

**Was lief im kreativen Prozess ab?** Wut und Entspannung

**Welche Phasen hast du durchlaufen?** 1. Klasse Gymnasium

**Was passierte im Tun?** Entspannend

**Wie war die (Selbst-) Wahrnehmung?** Entspannt und wütend

## 8. Klasse, männlich

**Wut:** NUTZLOSES LEIDEN, dass man Unterstützungserklärungen nicht mit Handysignatur machen kann

**Entspannung:** Schlaf, sinnvolle Dinge tun, Transparenz, Linux, Veränderung, Open-Source-Software, Zusammenarbeit

**Fragen im Nachhinein beantworten:**

**Was lief im kreativen Prozess ab?** Nachdenken

**Welche Phasen hast du durchlaufen?** Kein Bock → ok joa mach ma was → jo des is ganz cool → Danke Frau Gölles

**Was passierte im Tun?** Manches fällt einem auf

**Wie war die (Selbst-) Wahrnehmung?** Mir san a paar Sachn eingfoin die i gern hätt auf da Wöd.

## 8. Klasse, männlich

**Wut:** Nerven, Kopf weh, Beleidigungen, Frust & Trauer im Anschluss, Gewalt, wenn Lügen unterstellt werden, Ungerechtigkeit, Sturheit

**Entspannung:** kein Stress, Ferien, nichts tun, Kerzen, Weihnachtsferien, Filme, Bücher, ≠ Schule, gute zwischenmenschliche Beziehungen, Schnee, Schlaf, Träumen, Zimmer, Bett, Gilmore Girls

**Fragen im Nachhinein beantworten:**

**Was lief im kreativen Prozess ab?** Bei Wut → Stift fest und aggressiv genutzt

**Welche Phasen hast du durchlaufen?** Gute/ gemütliche und schlechte/nervige

**Was passierte im Tun?** Wurde an gute/schlechte Situationen erinnert

**Wie war die (Selbst-) Wahrnehmung?** Keine Ahnung <3 <3 <3

## 8. Klasse, weiblich

**Wut:** WARUM MACHEN MENSCHEN DINGE, NUR WEIL SIE ES MACHEN „MÜSSEN“?

**Entspannung:** mit Herr S. (Lehrername, Anm. d. Verf.) reden, Ferien und danach keine Verpflichtungen, die mir Angst machen,

**Fragen im Nachhinein beantworten:**

**Was lief im kreativen Prozess ab?** Es hat mich ein bisschen fertig gemacht

**Welche Phasen hast du durchlaufen?** Gedankenloses denken, nicht wissen was ich zeichnen soll

**Was passierte im Tun?** Ich habe realisiert, dass egal was ich zeichne, es meine Probleme nicht löst (hat ja auch niemand behauptet)

**Wie war die (Selbst-) Wahrnehmung?** Ich habe einen Stift in der Hand und schreibe in einer Schrift, in der ich nur schreibe, wenn es um nichts geht.

## 8. Klasse, männlich

**Wut:** GYM, ANIME, Bruno, Österreichhater → weil Österreich ist im Vergleich sehr sicheres und gutes Land, Nackenklatschen, Internet, Leagues of Legends

**Entspannung:** Apnoe-Tauchen, Sternenhimmel, Urlaub, Familienausflug, Sauna, Grillen, mit Freunden etwas unternehmen,

**Fragen im Nachhinein beantworten:**

**Was lief im kreativen Prozess ab?**

**Welche Phasen hast du durchlaufen?** Überlegung, Zeichnung, Überlegung, Zeichnung

**Was passierte im Tun?**

**Wie war die (Selbst-) Wahrnehmung?** Perfekt

## 8. Klasse, weiblich

**Wut:** Wut ist für mich unendlich heiß und unendlich groß. Wie ein explodierender Stern. Sie ist unangenehm und erdrückend und blendet gleichzeitig, wie sie alles verdunkelt. Ich werde wütend auf mich, wenn ich wütend werde. Ich hasse das Gefühl und dass sie nicht nur mich verschlingt, sondern auch mir wichtige Personen und ich sie nicht kontrollieren kann.

**Entspannung:** Entspannung ist flach und weit, wie ein Ozean. Die Wellen erdrücken und ertränken mich nicht, sondern streichen nur sanft an mir vorbei. Ich fühle mich weder zu gut noch zu schlecht, zu warm oder zu kalt. Das Wasser streicht alle Kanten glatt und zerbröseln über Zeit alles zu feinem Sand. Sie neutralisiert jedes Gefühl.

**Fragen im Nachhinein beantworten:**

**Was lief im kreativen Prozess ab?** Das Schreiben am Anfang war eine gute Möglichkeit, um meine Gedanken zu ordnen und einen ersten Ansatz für das Bild zu finden, es wurde dadurch sehr viel einfacher.

**Welche Phasen hast du durchlaufen?** Zuerst war ich etwas verloren, da ich nicht wusste, wo ich anfangen sollte, doch als ich angefangen habe, lief es wie von selbst.

**Was passierte im Tun?** Ich war entspannt, mein Kopf war leer und Umweltgeräusche rückten in den Hintergrund

**Wie war die (Selbst-) Wahrnehmung?** Oft habe ich beim Zeichnen ein gewisses Konzept im Kopf, wie das Bild aussehen soll, beziehungsweise was ich nach außen ausdrücken will. Dieses Mal habe ich mehr „darauf hin“ gemalt und nicht versucht etwas zu zeigen, sondern eine Möglichkeit meine Gefühle für mich selbst zu verarbeiten.

## 8. Klasse, weiblich

**Wut:** Manchmal überkommt mich die Wut so von innen, und dann habe ich extreme Schwierigkeiten, wieder aus der Wut herauszukommen. Diese Wut ist oft gegen mich selbst, weil ich z.B. nicht so gehandelt habe, wie es mir im Nachhinein lieber gewesen wäre. Manchmal habe ich aber auch Wut gegen mein soziales Umfeld, z.B. weil ich deren Handlungen nicht verstehen kann. Ich mag diese Wut nicht, weil ich Angst habe, dass sie mich irgendwann zu einem verbissenen Menschen machen könnte. Man

könnte sagen, dass ich mich eigentlich ein bisschen von der Wut fürchte, v.a. weil ich sie, wenn sie gerade „anwesend“ ist, nicht so gut kontrollieren kann.

**Entspannung:** Entspannung finde ich v. a. in der Ruhe oder in der Natur bei Aktivitäten, bei denen ich meinen Kopf abschalten kann/ meinen Gedanken freien Lauf lassen kann. Wenn viele Leute rund um mich herum laut reden, fällt es mir ziemlich schwer mich zu entspannen. (So wie jetzt gerade!) Wenn ich aus der Wut herauskomme, schaffe ich es öfter mich zu entspannen. Entspannung hilft mir auch gegen Kopfweh/ Bauchweh/ Stress, die leider immer wieder auftreten.

#### **Fragen im Nachhinein beantworten:**

**Was lief im kreativen Prozess ab?** Ich habe überlegt wie ich diese Wut, die ich manchmal in mir habe, die ich nicht so gut kontrollieren kann, darstellen kann. Die grün/gelb/blau Aura rund herum soll den Weg in die Entspannung darstellen. Außerdem habe ich mit noise cancelling Kopfhörer Musik (entspannt, Jazz-mäßig) gehört, damit ich die Lautstärke, Gespräche ein bisschen unterdrücken kann.

**Welche Phasen hast du durchlaufen?** Ich habe bei dem Würfel immer wieder drüber gezeichnet, um das Chaos darzustellen. Dann habe ich die Farben rund herum gezeichnet und dann noch mit Fineliner die Struktur verdeutlicht.

**Was passierte im Tun?** Ich habe immer wieder meine Anfangs-Idee etwas umgewandelt, bzw. einfach dem Pinsel seinen Lauf gelassen.

**Wie war die (Selbst-) Wahrnehmung?** Ich glaube, dass ich, um mit meiner Wut besser umgehen zu können, lernen muss, diese zu akzeptieren. Die Zeichnung hat mir dahingehend geholfen, dass sie mir hilft zu erkennen, dass ich die Wut nicht immer tiefer in mich hinein graben sollte, weil ich dann irgendwann explodiere. Wenn ich negative Gefühle akzeptiere, mich damit befasse und sie dann loslasse, können sie sich in der Entspannung auflösen.

### **8. Klasse, weiblich**

**Wut:** (Wenn Soma denkt, dass er mehr weiß als andere, auch wenn er meint, es ist eh ironisch) → weniger wütend als nervig, obwohl auch witzig, weil man es nicht ernst nehmen kann → ich finde, dass es ziemlich unmöglich ist nur eine Emotion auf einmal zu empfinden, zumindest für mich, es paart sich meistens mit anderen Gefühlen, darum finde ich auch, dass Wut nicht nur eine Emotion ist, die man fühlt; häufig wird sie auch verbunden mit Trauer, oder so, drum glaub ich, dass ich noch nie so richtig reine Wut empfunden habe, mehr eher Enttäuschung oder Genervtheit, ...

**Entspannung:** über die Zeit immer mehr mit dem Handy & Sozial Media verbunden, aber nur oberflächlich, hilft abschalten, aber nicht wirklich entspannen, eher alles andere im Hintergrund zu verhängen & dadurch sich kurz entspannt fühlen; für mich glaub ich am entspanntesten ohne Handy, Ablenkung, ... Zeit mit Freunden verbringen, sich unterhalten, Zeit in der Natur zu verbringen, am Meer, wandern, ... Tätigkeiten genießen ohne Stress, eigentlich ohne Verpflichtungen, das zu tun, was einem genau in dem Moment erfreut & nicht über Morgen & Aufgaben, die zu erledigen sind, nachdenken müssen.

#### **Fragen im Nachhinein beantworten:**

**Was lief im kreativen Prozess ab?** Bei Wut habe ich auch andere Farben als für andere Gefühle verwenden; bei Entspannung einfach irgendwie anfangen

**Welche Phasen hast du durchlaufen?** Nicht wissen, was zu malen → dann einfach irgendwie anfangen

**Was passierte im Tun?** War entspannend, interessant

**Wie war die (Selbst-) Wahrnehmung?** Dass ich ziemlich un kreativ bin & beide Seiten Ähnlichkeiten aufweisen, Wut in der Mitte dunkel konzentriert, Entspannung in der Mitte hell → entspannend und nach außen hin dunkler

## 8. Klasse, männlich

**Wut:** Unkontrolliert, Menschen → Kontrolle → funktioniert nicht → ich besser mich, aber das erkennen andere nicht, es reicht nicht, ich hasse alle Menschen, → Pläne funktionieren nicht → ich hasse das → ich ficke das  
→ meine Gedanken sind wirr → ich will das Gegenüber aktiv verletzen und auch nachhaltig → andere Persönlichkeit → Schattenseite  
→ wenn man mich wegen meiner NPD für dümmer verkauft → ich weiß trotzdem viel!  
→ wenn man denkt man weiß viel über mich; ich weiß wer ich bin und warum ich was mache → ich kann selbst reflektieren.

**Entspannung:** → ich entspanne so gut wie nie. sollte schlafen, tue ich wenig. 3-4 h  
→ da entspanne ich vielleicht  
→ Drogen lassen mich für kurze Zeit entspannen  
→ Gedanken über edle Themen, hohe philosophischen Themen, höhere Wissenschaften und Mathematik

**Fragen im Nachhinein beantworten:**

**Was lief im kreativen Prozess ab? -**

**Welche Phasen hast du durchlaufen? -**

**Was passierte im Tun? -**

**Wie war die (Selbst-) Wahrnehmung? -**

## 10.8. Interviews

Im Zuge der Masterarbeit entstanden drei Interviews. Zwei Personen hatten selbst im Zuge eines kunsttherapeutischen Settings an ihren eigenen psychischen Themen gearbeitet, das dritte Interview entstand mit einer Kunsttherapeutin, welche aktuell in einem Krankenhaus arbeitet. Alle Drei stellten sich für ein Gespräch zur Verfügung und sie wurden im Vorhinein über den Zweck und die Rahmenbedingungen der Forschung informiert. Die Interviews hatten keinen Leitfaden, allerdings jeweils ein übergeordnetes Ziel. Alle Interviews wurden aufgenommen und transkribiert und an die Teilnehmenden zu Durchsicht und Überarbeitung zurückgereicht, erst dann wurden die Inhalte in die Masterarbeit inkludiert.

Datum	Person	Ziel
29.11.2022	Gerlinde Dietl	Beschreibung eines kunsttherapeutischen Prozesses
21.12.2022	Johann Gölls	Kunsttherapeutisches Setting im Reha-Kontext
29.12.2022	Diana Prash	Arbeitsalltag einer Kunsttherapeutin

Tabelle 4: Interviews

## 11. Methodenpool

### 11.1. Collage

Bei dieser Methode werden Zeitschriften bereitgestellt aus welchen die Klienten\*innen Bilder aussuchen, herausreißen oder schneiden. Der Prozess des Sichtens soll möglichst intuitiv stattfinden und soll eine innere Resonanz herstellen. Das Arbeiten mit Zeitschriften kann auch helfen, dass die Gestaltenden den Glaubenssatz "Ich kann nicht malen" abbauen. Im zweiten Schritt werden die Bilder und Elemente zusammengestellt und auf einen Untergrund aufgeklebt. (Obermeier 2019, S. 17 ff.)

Manchmal empfiehlt es sich ein Thema vorzugeben:

- Zukunft oder Vergangenheit
- Das bin ich
- Wünsche

#### Fragen zur Reflexion:

- Was lief ab im kreativen Prozess?
- Welche Phasen hast du durchlaufen?
- Was passierte im Tun?
- Wie waren die Wahrnehmungen?
- Was hast du gemacht?
- Was war dein Ziel?
- Worüber bist du zufrieden?
- Was würdest du eventuell anders machen?
- Was nimmst du mit? (Obermeier 2019, S. 17 ff.)



Abbildung 13: Collage: Zukunft von einem 17-jährigen Jugendlichen (eigene Aufnahme)

## 11.2. Gruppenarbeit: Bäume

Bei diesem Projekt findet, zusätzlich zur eigenen Auseinandersetzung, ein gruppodynamischer Prozess statt. Mehrere Personen finden zusammen und versuchen ein gemeinsames Ziel zu erreichen. Sie einigen sich auf gemeinsame Werte, Rollen und Verhalten und stehen in einer wechselseitigen Beziehung zueinander.

Aufgabe: "Gestaltet gemeinsam ein Bild und jeder ist ein Baum". Dieses gemeinsame Werk soll auf einer großen Packpapierrolle (1x5m) gestaltet werden. Durch die einzelnen Bäume soll eine Individualität bestehen bleiben (Obermeier, 2019, S. 23 ff.).



Abbildung 14:  
Gruppenprozess Bäume

Als Einleitung empfiehlt sich eine Fantasiereise:

Wir beginnen mit der Fantasiereise. Gehe in deiner Vorstellung aus dem Klassenzimmer, aus dem Schulgebäude, in die Natur. Du siehst dich um und siehst in der Ferne einen Baum. Du gehst auf den Baum zu und nimmst wahr in welcher Landschaft dein Baum steht. Du stehst vor deinem Baum und kannst ihn nun genau ansehen.

Wie ist er verwurzelt?

Wie sieht der Stamm aus?

Wie ist die Baumkrone?

Hat dein Baum Blätter, Nadeln, Früchte, Blüten oder ganz etwas anderes?

In welcher Jahreszeit befindet sich dein Baum?

Gehe nun zu deinem Baum und berühre ihn.

Wie fühlt sich dein Baum an?

Welchen Geruch riechst du?

Vielleicht hörst du etwas?

Verabschiede dich nun von deinem Baum und komm zurück in das Zimmer. Du kannst deine Hände bewegen, deinen Kopf, vielleicht möchtest du dich strecken und wenn du soweit bist öffne sanft deine Augen. (Obermeier 2019, S. 25)

Jede\*r im Team platziert sich anschließend um das Plakat und gemeinsam wird an dem Bild mit individuellen Bäumen gearbeitet. Bevor der Malprozess startet, soll ein Platz gefunden werden. (Obermeier 2019, S. 25)

### Fragen zur Reflexion:

Wie hast du die Vorbereitungsphase erlebt?

Wie hast du den Gruppenprozess wahrgenommen?

Was sagt das Bild über die Gruppe aus?

Wie geht es dir mit deinem Baum und dem Platz, an dem dein Baum steht? (Obermeier 2019, S. 23 ff.)

### Einsatz der Methode:

- Zum Kennenlernen einer Gruppe oder zur Konfrontation oder Auseinandersetzung einer bestehenden Gruppe.
- Zur Bildung von Gruppendynamiken und zum Aufdecken von Konflikten.
- Zur Platzfindung und Selbstwahrnehmung in der Gruppe. (Obermeier 2019, S. 23 ff.)

### **11.3. Die Ressourcen**

Ressourcen helfen dabei, eigene Ziele zu verwirklichen. So zählen zum Beispiel die Fähigkeiten, gespeichertes Wissen nutzbar zu machen oder sich selbst und andere zu motivieren als Ressourcen. Weitere Ressourcen wären: Handlungen zu planen und konsequent durchzuführen, menschliche Kontakte knüpfen, kreative Ideen zu entwickeln und zu realisieren, usw.

Durch Ressourcenarbeit kann das Selbstvertrauen, das Selbstbewusstsein und das innere Wachstum der\*s Klient\*in gefördert werden (Obermeier, 2019, S. 35 ff.).

**Aufgabe:** Male ein Bild mit fünf deiner positiven Eigenschaften.

Im ersten Schritt soll die\*der Klient\*in seine eigenen positiven Eigenschaften finden und aufschreiben. Manchmal kann eine Liste an Eigenschaftswörtern helfen. Aus dieser Fülle an positiven Eigenschaften, suchen sich der\*die Klient\*in fünf aus und ordnet jeder einer Farbe zu.

Das Werk zu den eigenen positiven Eigenschaften entsteht auf einem A3 Blatt mit Ölkreiden. Der\*die Klient\*in soll sich auf das Material und den Prozess einlassen und damit das Werk entstehen lassen. Im zweiten Schritt kann die Ölkreide mit Pinsel und Terpentin übermalt werden. Das Werk soll abstrakt oder objektfrei bleiben.

Zuletzt wird das Bild anhand der formalen sowie inhaltlichen Bildanalyse besprochen (Obermeier, 2019, S. 35 ff.).

#### **Fragen zur Reflexion**

Wie hast du dich im Malprozess erlebt?

Wo sind deine Ressourcen sichtbar? Beschreibe sie!

Wie zeigt sich die Ressource in deinem Leben?

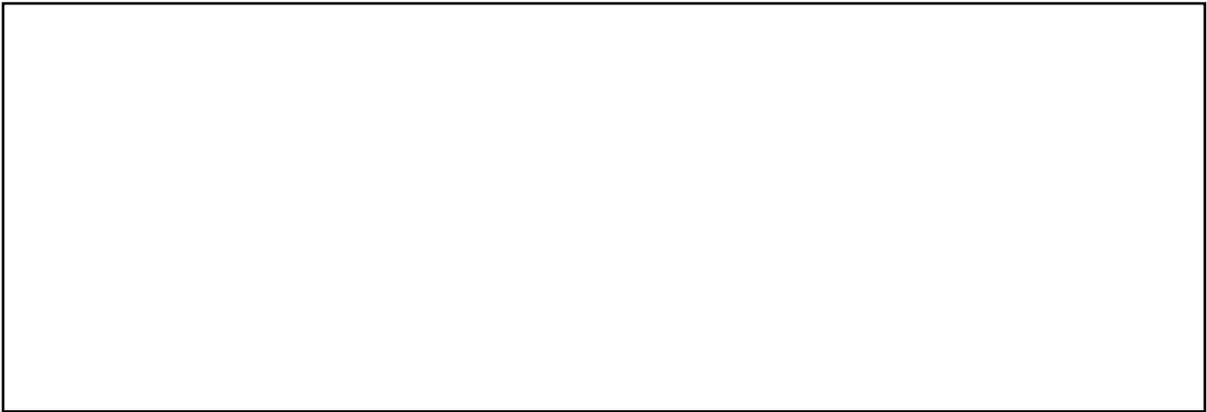
Was ist das Wichtigste in deinem Bild? (Obermeier, 2019, S. 38)

#### **Einsatz der Methode:**

Die Methode fördert die Ich-Stärkung und kann generell und zu jeder Zeit eingesetzt werden (Obermeier, 2019, S. 35 ff.).

Die folgende Seite zeigt das Aufgabenblatt, auf der Seite danach finden sich Ergebnisse aus der Forschung am Gymnasium.

## Meine positiven Eigenschaften:



Kreise nun die wichtigsten fünf Eigenschaften ein.

Gib jeder Ressource eine Farbe. Male ein Bild mit deinen fünf Eigenschaften.

- 1.
- 2.
- 3.
- 4.
- 5.

Beantworte die Fragen nach dem Malen.

- Wie hast du dich im Malprozess erlebt?
  
- Wo sind deine Ressourcen sichtbar? Beschreibe sie!
  
- Wie zeigt sich die Ressource in deinem Leben?
  
- Was ist das Wichtigste in deinem Bild?

### Beispiel:

Diese Aufgabe war Teil der Forschung am Gymnasium. Folgend einige Reflexionen und Bilder.

Wie hast du dich im Malprozess erlebt?

- Aufblühend, befreit, auf mich alleine gestellt (positiv im Sinne von selbstständig)
- Teilweise überfordert, teilweise "frei"
- unterhaltend

Wo sind deine Ressourcen sichtbar? Beschreibe sie!

- Im Bild - spiegelt die Farben wider
- In den Farben und im Muster
- Benebelt durch meine fröhliche Art (Zigarette) mit einem Hauch von Kreativität in meinem Kopf, sportlicher Körper und in den Noten

Wie zeigt sich die Ressourcen in deinem Leben?

- In verschiedenen Situationen z.B. im Sport
- Unterschiedliche Ressourcen bei unterschiedlichen Personen und Situationen
- Je Person verschieden

Was ist das Wichtigste in deinem Bild?

- Die Herzen . Liebe . Freude . Freunde . Gemeinschaft
- Das Chaos
- Zigarre

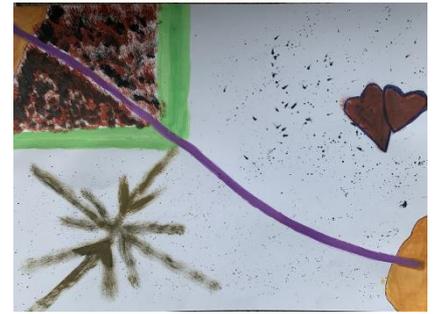


Abbildung 15: Ressourcen von einem 17-jährigen Jugendlichen (eigene Aufnahme)

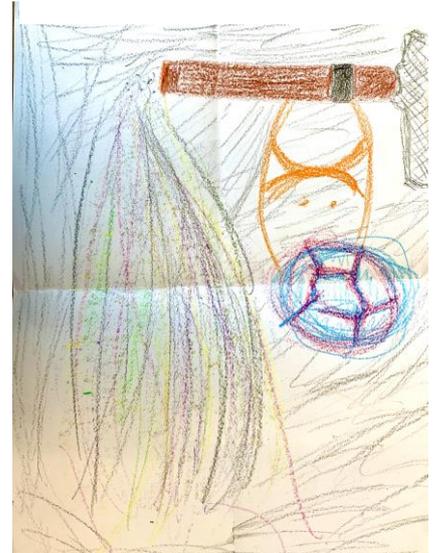


Abbildung 16: Ressourcen von einem 17-jährigen Jugendlichen (eigene Aufnahme)

## 11.4. Die rezeptive Kunsttherapie

Bei dieser Methode soll die\*der Klient\*in auf ein vorgegebenes Bildmaterial reagieren. Das können Stimmungsbilder aus Zeitschriften, Fotografien oder Karten sein. Zuerst wird eine Auswahl an Bildern aufgelegt, die\*der Klient\*in sucht sich dann ein Bild, welche zu seinem\*ihrem "Thema" passt oder welches ihr\*ihm gerade passend erscheint, aus.



Abbildung 17: Originalbild (Stocksnap, Pixabay)

Im zweiten Schritt bekommt die\*der Klient\*in ein A3 Zeichenpapier und gestaltet mit Ölkreiden ein Bild, welches das Wesentliche aus seinem gewählten Bild repräsentiert. Ölkreiden verlangen einen breiteren Strich und sie sind strukturgebend und lassen damit nur eine bestimmte Art von Malen zu. Dies kann für den Prozess maßgeblich sein, da damit kein Perfektionsanspruch möglich ist.

Im dritten Schritt wird die Aufgabe wiederholt, nur das Format des Bildes wird zu 40x50 cm verändert und es soll mit Acrylfarbe gearbeitet werden. So kann der\*die Klient\*in wahrnehmen, wie sich ein anderes Material auf ihr\*sein Schaffen auswirkt. Vielleicht gibt die "weichere" Acrylfarbe mehr Zugang zu den eigenen Gefühlen (Obermeier, 2019, S. 45 ff.).

### Fragen zur Reflexion:

Was spricht dich bei dem ausgewählten Bild besonders an? Wo hast du dies in deinen selbstgestalteten Bildern eingebracht und umgesetzt? Wie hast du es dargestellt? Inwiefern siehst du einen Zusammenhang von deinen gemalten Bildern zu deinem Leben? Wie hast du dich im Malprozess erlebt? Welche Komponente hast du vom Ausgangsbild in deinen Bildern umsetzen wollen? Bei welchem Bild kommt deine Intention am besten raus? (Obermeier, 2019, S. 46)



Abbildung 18: Erste Variante mit Ölkreide (eigene)

### Einsatz der Methode:

Die Methode empfiehlt sich bei großen Hemmungen, "Ich kann nicht malen" oder zum Einstieg in die Kunsttherapie, weiters kann es die Sinneswahrnehmung fördern (Obermeier, 2019, S. 45 ff.).



Abbildung 19: Zweite Variante mit Filzstiften

### Beispiel

Was spricht dich bei dem ausgewählten Bild besonders an?

Es zeigt so viel Freude, Lebenslust und Liebe. Anlehnen, Halt und doch Freiheit. So herrlich!

Wo hast du dies in deinen selbstgestalteten Bildern eingebracht und umgesetzt?

Ich bin sehr stark beim Ausgangsbild geblieben. Freiheit, Geborgenheit und Lebensfreude, eine wilde Kombi.

Wie hast du es dargestellt?

Anders als das Ausgangsbild, mit ganz viel Farbe, sehr bunt.

Inwiefern siehst du einen Zusammenhang von deinen gemalten Bildern zu deinem Leben?

Hmm grad fehlt mir manchmal die Geborgenheit und Lebensfreude.

Wie hast du dich im Malprozess erlebt?

Gut, fröhlich, geborgen

## 11.5. Zielebild

Bei dieser Aufgabe werden drei Bilder gemalt: die kurz-, mittel- und langfristige Ziele. Der Zeitbegriff darf selbst definiert werden. Benötigt wird A3 Papier sowie Gouachefarben (Obermeier 2019, S. 125 ff.).

### Fragen zur Reflexion:

- Was ist das Ziel dieser Arbeit gewesen?
  - Wie weit stimmt die Zielsetzung mit den Bildern überein?
  - Wie konkret ist das Ziel in Arbeit?
  - Wie definierst du die Zeitbegriffe?
  - Wie sehen die gesprochenen Bilder gemalt aus?
  - Welche Botschaft gibt dir das Bild als Ziel?
- (Obermeier 2019, S. 125 ff.)

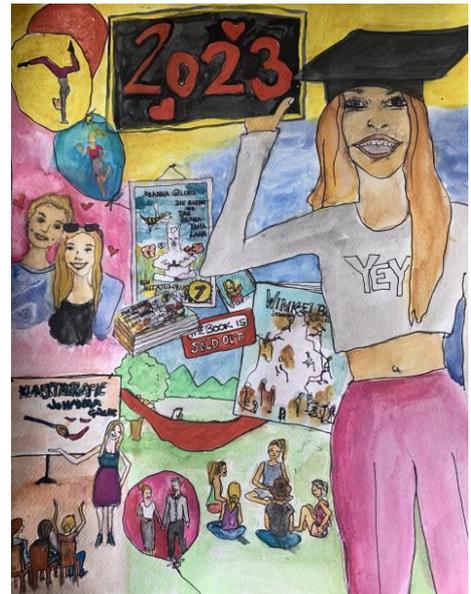


Abbildung 20: Meine Ziele 2023 (eigene Aufnahme)

### Beispiel:

Was ist das Ziel dieser Arbeit gewesen?

Ich wollte meine Ziele für das Jahr 2023 darstellen. Ich würde behaupten, das sind eher kurz- und mittelfristige Ziele.

Wie weit stimmt die Zielsetzung mit den Bildern überein?

Hmm ich hoffe, dass ich nichts vergessen hab, ich weiß meistens selbst recht genau, was ich mit den einzelnen Zeichnungen meine.

Wie konkret ist das Ziel in Arbeit?

Es sind tatsächlich viele Ziele sehr konkret. Interessanterweise sind dieses Jahr viele Ziele tatsächlich zum Greifen nahe. Also ich werde mit dieser Arbeit meinen Master abschließen und daher ist das Ziel Master sehr realistisch.

Wie definierst du die Zeitbegriffe?

In diesem Fall habe ich nur die Ziele für das Jahr 2023 gemalt.

Wie sehen die gesprochenen Bilder gemalt aus?

Ich finde ja, dass mir dieser illustrative Stil liegt. Ich mag diese Bilder.

Welche Botschaft gibt dir das Bild als Ziel?

Chica, du rockst das schon!

## 11.6. Gefühle

Es werden zwei Gefühle vorgegeben. Allgemeine gegensätzliche Gefühle sind empfehlenswert, wie Wut-Entspannung oder Angst-Liebe. Die Teilnehmenden schreiben zuerst alles auf, was ihnen zum Thema einfällt. Danach gestaltet sie\*er mit den Gouachefarben ein Bild, auf dem beide Gefühle zu sehen sind. (Obermeier, 2019, 36 ff.)

### Fragen zur Reflexion:

- Was lief ab im kreativen Prozess?
- Welche Phasen hast du durchlaufen?
- Was passierte im Tun?
- Wie waren die Wahrnehmungen?
- Was hast du gemacht?
- Was war dein Ziel?
- Worüber bist du zufrieden?
- Was würdest du eventuell anders machen?
- Was nimmst du mit? (Obermeier, 2019, S. 36)

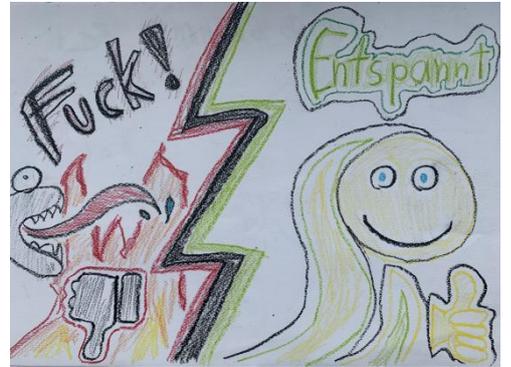


Abbildung 21: Wut und Entspannung (eigene Aufnahme)

### Einsatz der Methode

Die Methode kann als Einstieg verwendet werden, um die Selbstwahrnehmung zu stärken (Obermeier, 2019, S. 36 ff.).

Zum Thema Gefühle gibt es im Kapitel 10 einen ausführlichen Bericht zu den Reflexionen aus der schulischen Forschung. Hier ist vorerst das Aufgabenblatt ersichtlich und dann sind einige ausgewählte, kurze Antworten angeführt und einige Beispielbilder werden gezeigt.

## Gefühle

1. z.B. Wut

2. z.B. Entspannung

Beantworte die Fragen nach dem Malen.

- Wie hast du dich im Malprozess erlebt?
- Wo sind deine Gefühle sichtbar? Beschreibe sie!
- Wie zeigt sich die Gefühle in deinem Leben?
- Was ist das Wichtigste in deinem Bild?
- Wie hast du dich gefühlt?

### Beispiel:

Ich habe diese Aufgabe in der Schule mit Schüler\*innen ausprobiert. Folgend einige Reflexionen.

Wie hast du dich im Malprozess erlebt?

- Nachdenklich
- Ich hatte sehr wütende und traurige Gedanken
- Ganz anders, ich habe mich mit anderen Augen gesehen
- Bei Wut, Stift fest und aggressiv benutzt

Welche Phasen hast du durchlaufen?

- Kein Bock - zu ok jo machma was - zu jo ist ganz gut - zu danke
- Ideen sammeln, durchdenken, zeichnen

Wo zeigen sich diese Gefühle in deinem Leben?

- Wenn ich bei meinem Pferd bin. Es ist unbeschreiblich!!!
- Beim Lachen, singen, kochen

Was passierte im Tun?

- Manches fällt einem auf
- Ich konnte meiner Vorstellung nach kreativ sein
- Ich wurde an gute bzw. schlechte Situationen erinnert
- Ich habe mir bewusst gemacht, dass ich die entspannten Sachen mehr genießen muss

Was ist das Wichtigste in deinem Bild?

- Gerechtigkeit und respektvoll zu sein
- Der Kreis der die Wut und die Traurigkeit trennt



Abbildung 22: 18-jährige Jugendliche (Gouachefarbe) (eigene Aufnahme)



Abbildung 23: 13-jähriger Jugendlicher (Ölkreide) (eigene Aufnahme)



Abbildung 24: 13-jährige Jugendliche (Gouachefarbe und Fineliner) (eigene Aufnahme)

## 11.7. Angst

Angst ist ein angeborener Affekt, welcher durch unsere Kognition beeinflusst ist. Angst kann den Menschen lähmen, aber auch aktiv machen. Somit ist sie sowohl eine Warnung als auch ein Signal bei Gefahren. Die Angst fordert uns auf, die Angst zu überwinden. Das Meistern der Angst ist ein Entwicklungsschritt und lässt uns reifen. Es gibt unterschiedliche Formen der Angst: Die natürliche Angst bei Gefahren nennt man Realangst. So wird bei einer Gefahr eine Reaktion ausgelöst, zum Beispiel Flucht, Panik, Wut oder Aggression. Die Existenzangst beinhaltet die Angst, sein Leben nicht meistern zu können oder den Sinn des Lebens zu verfehlen. Gewöhnlich ist sie ein Bestandteil der allgemeinen Lebenserfahrung. Eine unbekannte Angst, wird nach Freud neurotische Angst genannt, sie ist auf keine real existierende Angst ausgerichtet. Phobien sind Ängste vor spezifischen Situationen oder bestimmten Objekten. Zumeist bekommt die\*er Betroffene dabei vor alltäglichen Situationen, wie Aufzügen oder Menschenmengen, Panik. Bei einer plötzlichen körperlichen und psychischen Alarm-Reaktion spricht man vor einer Panikstörung. Diese hält zumeist nur einige Minuten an und wirkt weitgehend ohne objektiven äußeren Anlass. Die Symptome wirken auf die\*en Betroffenen oft lebensbedrohlich, wodurch die Panik weiter angetrieben wird. Als Psychische Symptome von Angst gelten unter anderem: Minderwertigkeitsgefühle, Unsicherheit, sich beobachtet fühlen, Kontrollverlust, Schwächegefühl, die Objekte sind unwirklich (Derealisation), Angst verrückt zu werden, Gefühl in Ohnmacht zu fallen oder zu sterben. Die körperlichen Symptome können sein: unruhiger Herzschlag, Zittern, Schweißausbrüche, Atemnot, Erstickungsgefühl, Enge, Schmerzen in der Brust, Schweißausbruch, Kribbeln, Kälteschauer, Übelkeit, Bauchschmerzen, Schluckbeschwerden und so weiter (Obermeier, 2019, S. 133 f.).

### **Aufgabe:**

Die\*der Teilnehmende wird aufgefordert ein Bild von einer Situation zu malen, in der sie\*er Angst hatte. Im zweiten Schritt soll gemalt werden, wie die Angst überwunden wurde, was sie aufgelöst hat, oder auch wie die Situation im besten Fall gelöst werden könnte.

Fragen zur Angst:

Welche Angst hast du gemalt?

Wie zeigt sich die Angst?

Wie drückt sich die Angst auf deinem Bild aus?

Wie häufig spürst du die Angst in deinem Leben?



Abbildung 25: Angst mit Gouachefarbe (eigene Aufnahme)

Welche Lösungen sind im zweiten Bild zu sehen?

Welche Wirkung hat es sich malerisch mit dem Thema Angst auseinanderzusetzen? (Obermeier 2019, S. 137 ff.)

### Beispiel:

Welche Angst hast du gemalt?

Höhenangst und die Angst vor dem Alleine sein, für immer alleine bleiben und nicht liebenswert genug zu sein

Wie zeigt sich die Angst?

Ich wäre da gern mutiger, andererseits komme ich eh nicht so oft zum Klettern. Die Angst vorm allein sein und allein bleiben ist präsenter. Nun trennen sich auch noch meine Eltern und es fehlt an Stabilität und ich wünsche mir einen Partner.

Wie drückt sich die Angst auf deinem Bild aus?

Am Felsen beim Klettern, alles ist dunkel, AHHHH, Skelett, Tod, Grabsteine, Käfig, Mensch sind weit weg, Nadeln,

Wie häufig spürst du die Angst in deinem Leben?

Die Höhenangst sehr selten, da ich doch eigentlich sehr selten klettern gehe. Die Angst vor dem Alleine Sein und Alleine Bleiben zeigt sich häufiger. Phasenweise mal stärker, manchmal sehr schwach.

Welche Lösungen sind im zweiten Bild zu sehen?

Flügel, hellte Farben, Leichtigkeit. Herzen, Partner, Halt, Freunde, Lächeln,

Welche Wirkung hat es sich malerisch mit dem Thema Angst auseinanderzusetzen?

Spannend, irgendwie spürte ich die Angst stark, aber ich bin auch wieder rausgekommen. Ohne lähmendes Gefühl.



Abbildung 26: Die Angst überwinden (eigene Aufnahme)

Falls sich zeigt, dass ein Angstbild noch nicht möglich ist:

- Einen Ruheort zur Stabilisierung malen lassen
- Helle Farben verwenden
- Ressourcenbild
- Auch Mandalabilder wirken beruhigend und zentrierend (Obermeier 2019, S. 137 ff.)

### Interventionen:

Alles darf sein, nichts muss. Positive Gegenbilder vorschlagen. Auch Formen und Farben in hell und positiv. Schwarz vermeiden und Spiralen zur Aufwärtsspirale ändern, anstatt Abwärtsspirale, so ändert sich auch innerlich die Richtung nach außen und oben (Obermeier, 2019, S. 137 ff.).

### Einsatz der Methode

Die Methode kann bei Phobien und generalisierten Angststörungen, aber auch bei Konflikten mit der Umwelt oder zur Bewusstmachung der eigenen Stärke/Ressource zur Überwindung der Angst verwendet werden (Obermeier, 2019, S. 137 ff.).

## 11.8. Selbstbild mit Kohle

Diese Aufgabe wird verwendet, wenn die\*er Teilnehmer\*in sich selbst "fremd" geworden ist oder sich nicht wahrnimmt und spürt. Sie stärkt die Selbstwahrnehmung, das Selbstbewusstsein und die\*der Klient\*in bekommt Zugang zu sich selbst. Er oder sie soll sich selbst wieder mehr spüren.

Das Papier sollte mindestens A3 groß sein und an eine Wand gepinnt werden, sodass die\*er Klient\*in davorstehend zeichnen kann. Die Augen werden geschlossen und die Fingerspitzen tasten das Gesicht, Hals, Ohren, usw. ab. Die andere Hand zeichnet mit einem Kohlestift das Ertastete, weiterhin blind, auf das Papier. Die Hand sollte dabei am Papier bleiben und die Strichführung soll intuitiv stattfinden. Zuletzt werden die Augen geöffnet und das Selbstbild betrachtet. Nun darf das Bild mit Ölkreiden nachbearbeitet werden, wobei die Konturen nicht verändert werden dürfen (Obermeier, 2019, S. 60 ff.).



Abbildung 27: Selbstbild mit Kohle  
(eigene Aufnahme)

Im Prozess des blinden Zeichnens kann eine Meditation vorgelesen werden:

Lasse dich auf das ein was ist, die Linien von deinem Gesicht... lasse dich leiten in der Ausarbeitung deiner Linien. Lasse dich führen von deiner Hand und dem, was du spürst und wahrnimmst auf deinem Gesicht. Berühre es sanft und vorsichtig mit deinen Fingerspitzen, während die andere Hand das Erspürte wahrnimmt und auf Papier zeichnet. Bleibe im intuitiven Prozess und spüre, was das Bild werden will. Am Ende kann es auch kein Gesicht mehr sein. (Obermeier 2019, S. 60)

### Fragen zur Reflexion/Bildbetrachtung/Auswertung

„Wie geht es dir mit deinem Bild?

Welche Botschaft erkennst du im Bild?

Welcher Teil ist mir fremd?

Was kann ich Neues aus meinem Selbstbild/Selbstportrait lernen?“ (Obermeier 2019, S. 60)

### Einsatz der Methode

Die Methode kann verwendet werden, wenn die\*er Teilnehmende sich sehr stark von außen wahrnimmt, wenn die Bewertung und Einschätzung anderer sehr vorherrschend ist. Durch die Aufgabe werden die verborgenen Eigenanteile integriert und die Selbstwahrnehmung, sich selbst spüren, gefördert (Obermeier, 2019, S. 60 ff.).

## 11.9. Maske aus Ton

Masken finden im Theater, der Kunst, zu rituellen oder religiösen Zwecken oder auch als Schutz Verwendung. Manchmal werden sie mit einer Verkleidung oder Kostümierung erweitert. So kann man sich hinter einer Maske verstecken, anonym bleiben oder aber auch, sich durch die Maskierung so zeigen, wie man sonst nicht ist. Das Entfernen einer Maske kann andersherum gedacht, zeigen wie man wirklich ist oder sein möchte. Es bedarf Mut und einer sorgfältigen Selbstwahrnehmung und Erforschen des eigenen Ichs, sich ohne Maske, authentisch wahrhaftig zu zeigen. Arbeiten mit Ton wirkt oft sehr intensiv und tief, da es sehr archaisch und sensorisch ist. Es wird mit beiden Händen gearbeitet und es entsteht ein dreidimensionales Werk, welches vielleicht unbekannte Formen, Konturen, Abdrücke oder Aspekte aufweist (Obermeier, 2019, S. 63 ff.).

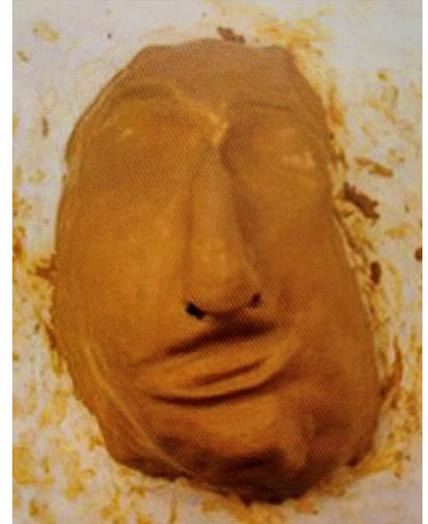


Abbildung 28: Maske aus Ton  
(Obermeier 2018, S. 63)

### **Aufgabe:**

#### Vorbereitung:

Es wird auf einer Hartfaserplatte mit Ton in zwei verschiedenen Farben gearbeitet. Die Werkzeuge zum Bearbeiten von Ton sind Skalpell, Messer, Draht, Schwämme, Wasserglas, Pinsel und Nudelholz oder Stäbe, usw. Der Ton wird in etwa 2 cm dicke Scheiben vorbereitet. Dann wird aus Zeitungspapier eine ovale Kugel geformt. Zuerst wird ein Text vorgelesen:

Masken sind wahrscheinlich so alt wie die Menschen. Eine Maske (mashara, arabisch bedeutet Narr, Posse, Hänselei, Scherz) ist eine Gesichtsbedeckung und wird in Theater und Kunst sowie zu rituellen und religiösen Zwecken verwendet, häufig ergänzt durch eine Verkleidung oder Kostümierung. Als Schutzmaske kann sie dem Schutz des Gesichtes oder Teilen davon dienen. Sie kann aufdecken, verdecken, überzeichnen, karikieren und verzaubern. Das Hineinschlüpfen in eine andere Identität scheint fast immer bei den Gesichtern anzufangen.

Man versteckt sich hinter einer Maske, wird eine andere Person, bleibt anonym oder lässt sich das sein, was man sonst nicht ist, nicht sein darf oder sich nicht traut. Oder das Aufdecken und Entfernen der 'Maske' lässt uns so erscheinen, wie wir in Wirklichkeit sind oder sein möchten. Echt, ehrlich und authentisch zu sein. Ohne Jemanden etwas vorzumachen, insbesondere sich selbst. Das bedarf Mut, einer gründlichen Selbstwahrnehmung und Erforschung seiner eigenen Identität und des Ichs, um dann zu erkennen, welche, wahrhaftige und authentische Person in einem steckt. (Obermeier 2019, S. 64)

#### Praktische Arbeit:

Nun legt sich die\*er Klient\*in die Tonplatte auf das Gesicht. Der Kopf ist in den Nacken gelegt und die\*er Klient\*in sitzt. Der Ton wird mit beiden Händen auf das Gesicht gedrückt und die Finger können die Konturen und Vertiefungen für Auge, Mundpartie, Profil und Nase hineinarbeiten. Falls der Prozess länger dauert, ist es ratsam Nasenlöcher in den Ton zu bohren.

Zur weiteren Bearbeitung wird die Tonmaske nun vorsichtig auf die Zeitungskugel gelegt und mit den unterschiedlichen Utensilien weitergeformt. Die Maske darf auch grob geformt bleiben. Wichtig ist, dass die\*er Klient\*in gut bei sich bleibt. Also sich selbst spürt und seine Empfindungen und Bedürfnisse darstellt.

Reflexion:

In der Reflexion geht die\*er Klient\*in mit der Maske in Dialog und gibt ihr eine Stimme. Welche Aspekte der Persönlichkeit zeigt die Maske? Würdest du die Anteile der Maske gerne besser kennenlernen? Hat die Maske einen Namen? (Obermeier 2019, S. 63 ff.)

### **Einsatz der Methode**

Die Methode eignet sich einerseits zu Stärkung der Autonomie und Individuation, andererseits zur Selbstwahrnehmung. So können bisher nicht bewusste Anteile der Persönlichkeit integriert werden und die Selbstakzeptanz wird gestärkt.

Achtung beim Auflegen des Tones auf dem Gesicht: Unbedingt Ängste wie Platzangst oder psychische Verfassung des Klienten berücksichtigen! (Obermeier 2019, S. 63 ff.)

## 12. Diskussion und Ausblick

Die Ausgangsfrage war: Auf welche Weise kann Kunsttherapie in den Unterricht inkludiert werden und inwiefern bereichert es den Unterricht? Und es lässt sich resümieren, es ist möglich einen kunsttherapeutischen Ansatz in den schulischen Kontext zu inkludieren. Die Schüler\*innen wurden angeregt Gefühle kreativ darzustellen, sich mit ihren eigenen Themen auseinanderzusetzen und über sich selbst schriftlich zu reflektieren. Einerseits begann der kognitive Ansatz schon vor dem praktischen Arbeiten und vor allem auch nach dem künstlerischen Prozess. Durch die Arbeitsblätter wurde es möglich, auch in großen Gruppen einen kunsttherapeutischen Ansatz zu inkludieren. Der Einsatz von Kunsttherapie in Schulen erfordert jedoch eine sorgfältige Planung und Umsetzung, um sicherzustellen, dass sie effektiv und angemessen eingesetzt wird.

Im schulischen Kontext ist die Gruppengröße häufig einfach zu groß und die Räume sind eher für den schulischen Rahmen angemessen und weniger, um einen kreativen Prozess anzuregen. Die Aufgaben regen an, über sich selbst zu reflektieren, sich zu spüren und gleichzeitig animieren die Methoden dazu, neue künstlerische oder kreative Aspekte auszuprobieren. In kleineren Gruppensettings ist es auch möglich in einer offenen Runde die eigenen Ergebnisse und Erkenntnisse zu besprechen. So lernen die Schüler\*innen auch ihre Kreativität zu nutzen, um auf stressige Situationen zu reagieren, ohne den eintrainierten Leistungs- bzw. Perfektionsanspruch zu berücksichtigen. Ein großer Vorteil der Kunsttherapie ist, dass sie für Patienten jeden Alters und für jeden kulturellen Hintergrunds geeignet ist. Auch Menschen mit körperlichen oder geistigen Behinderungen können von der Kunsttherapie profitieren. Die Kunsttherapie kann auch für Menschen eingesetzt werden, die Schwierigkeiten haben, ihre Emotionen verbal auszudrücken oder die in traditionellen Gesprächstherapien nicht erfolgreich waren. Auch das kann als Vorteil in der Schule gesehen werden.

Besonders die Einzelfallstudien und die Reflexionsblätter geben einen sehr persönlichen Einblick in die Lebenswelt der Jugendlichen. Es wäre wünschenswert, wenn Unterricht und Schulen allgemein Persönlichkeitsentwicklung und psychische Gesundheit verstärker inkludieren würden.

### 13. Literaturverzeichnis

- Anthrowiki (2022). *Kunsttherapie*. Abgerufen 26. November 2022 von <https://anthrowiki.at/Kunsttherapie>
- Ballhaus, M. (2013, 28. März). Was ist Kunsttherapie? YouTube. Abgerufen 7. Dez. 2022. <https://www.youtube.com/watch?v=A10JKcXpQ7s>
- Bethune, M. (2014). Edith Kramer's Memorial: Several Generations of Art Therapists. Abgerufen 12. Dez. 2022. <https://www.artxonhudson.com/whats-new/edith-kramers-memorial-several-generations-of-art-therapists-april-26-2014>
- Bibel (1980). Altes und Neues Testament. Herder.
- Christen, J. (2021). Malatelier Arno Stern. Malen fördert die Persönlichkeit. Abgerufen 29. Nov. 2022. <https://www.judithchristen.ch/de/malatelier-arno-stern>
- Dannecker, K. (2006). Psyche und Ästhetik. Die Transformationen der Kunsttherapie. Medizinisch Wissenschaftliche Verlagsgesellschaft.
- Eberhart, H. & Knill, P. (2010). Lösungskunst. Lehrbuch der kunst- und ressourcenorientierten Arbeit. (2. Aufl.). Vandenhoeck & Ruprecht.
- Flick, U. (2014). Gütekriterien qualitativer Sozialforschung. In: Baur, N. & Blasius, J. (Hrsg.), Handbuch Methoden der empirischen Sozialforschung. Springer VS. S. 411–423.
- Frank, A. (2020). Das Forschungstagebuch als prozessorientierte Lern- und Prüfungsform in der qualitativen Methodenausbildung. HDS. Journal. 2/20. Franke, K. und Hahm, N. (Hrsg.) S.47-52.
- Gadamer, H. (1990). Wahrheit und Methode Grundzüge einer philosophischen Hermeneutik. (6. Aufl.). J. C. Mohr.
- Gansterer, A. (2016). Edith Kramer - Pionierin der Kunsttherapie. Abgerufen 26. Nov. 2022. <https://www.erzdioezese-wien.at/site/nachrichtenmagazin/schwerpunkt/kirchekunst/article/54242.html>
- Gemoll, W. (1956). Griechisch-Deutsches Schul- und Handwörterbuch. (9. Aufl.). G. Freytag Verlag.

- Guderian, C. (1996) Therapie – ist das was für mich? Die wichtigsten Fragen rund um Psychotherapie. Kösel.
- Heimes, S., Rechenberg- Winter & P., Haußmann, R. (Hrsg.) (2013). Praxisfelder des kreativen und therapeutischen Schreibens. Vandenhoeck & Ruprecht.
- Hellinger, F. (2010). Künstlerisches Schaffen als eine Möglichkeit zur Bewältigung besonderer Lebenslagen. Books of Demand.
- Hübner, R. (2018). Kunst Werk Bild. Handbuch zur Begriffsbenutzung. Verlag bildmanufaktur.
- Hülst, D. (2011). Grounded Theory. Abgerufen 10 September 2022. [http://www.fallarchiv.uni-kassel.de/backup/wpcontent/plugins.old/lbg\\_chameleon\\_videoplayer/lbg\\_vp2/videos/huelst\\_grounded\\_theory.pdf](http://www.fallarchiv.uni-kassel.de/backup/wpcontent/plugins.old/lbg_chameleon_videoplayer/lbg_vp2/videos/huelst_grounded_theory.pdf)
- Hüther, G. (2013) Was wir sind und was wir sein können. Fischer Taschenbuch.
- Kirchner, C. (2008) Welcher Beitrag leistet die Kunstpädagogik zur Persönlichkeitsentwicklung? Angeboten. Was die Kunstpädagogik leisten kann. Billmeyer, F. (Hrsg.). Kopaed. S. 94-111
- Koller-Glück, E., Kunerth, P. & Zdrzil, H. (1988). Carlo von Boog und Mauer-Öhling. Die Kaiser Franz Joseph- Landes-Heil- und Pflegeanstalt Mauer-Öhling. Ein Jugendstiljuwel in Niederösterreich. Verlag Niederösterreichisches Pressehaus.
- Konecny, E. & Leitner, M. (2006). Psychologie. (9. Aufl.). Braumüller.
- Kramer, E. (1978). Kunst als Therapie mit Kindern. (2. Aufl.). Ernst Reinhardt Verlag.
- Kraus, W. (2002). Die Heilkraft der Musik. Einführung in die Musiktherapie. (2. Aufl.). C. H. Beck.
- Kraus, W. (2012). Die Heilkraft des Malens. Einführung in die Kunsttherapie. (6. Aufl.). C. H. Beck.
- Kuckartz, U. (2016). Qualitative Inhaltsanalyse. Methoden, Praxis, Computerunterstützung. (3. Aufl.). Beltz Verlag.

- Leutkart, C., Wieland, E. & Wirtensohn-Baader, I. (Hrsg.). (2003). Kunsttherapie - aus der Praxis für die Praxis. Verlag modernes lernen.
- Machetanz, L. (2020). Ergotherapie. Abgerufen 25. Nov. 2022  
<https://www.netdokter.de/therapien/ergotherapie/>
- Menzen, K. (2021). Grundlagen der Kunsttherapie. (5. Aufl.). Utb.
- Obermeier, P. (2018). Kunsttherapie für die Praxis. Methodik- Anleitungen- Fallbeispiele. Elsevier.
- Pirs, S. (2009). Die Bedeutung der ästhetischen Bildung für geistig behinderte Menschen. Studienarbeit. GRIN Verlag.
- Psyonline.at (o.J). Was ist Psychotherapie? Abgerufen 25. Nov. 2022.  
<https://www.psyonline.at/contents/13542/was-ist-psychotherapie>
- Riedel, I. & Henzler, C. (2016). Maltherapie. Auf der Basis der Analytischen Psychologie C. G. Jungs. Patmos Verlag.
- Ris (2023). Bundesrecht konsolidiert: Gesamte Rechtsvorschrift für Lehrpläne – allgemeinbildende höhere Schulen, Fassung vom 01.04.2023. bka.gv.at
- Rössler, W.& Matter, B. (Hrsg.). (2013). Kunst- und Ausdruckstherapien. Ein Handbuch für die psychiatrische und psychosoziale Praxis. Kohlhammer.
- Schiller, F. (2005). Über die ästhetische Erziehung des Menschen, in einer Reihe von Briefen. ars momentum Kunstverlag.
- Schuster, P.& Springer- Kremser, M. (1997). Bausteine der Psychoanalyse. Eine Einführung in die Tiefenpsychologie. WUV- Universitätsverlag.

## 14. Abbildungsverzeichnis

Abbildung 1: Beschäftigungstherapie (Koller-Glück, 1988).....	8
Abbildung 2: Edith Kramer (Bethune, 2014).....	11
Abbildung 3: Der Engel der Leichtigkeit (eigene Aufnahme) .....	15
Abbildung 4: kunsttherapeutisches Setting: Raum (Leukart 2003, 18) .....	19
Abbildung 5: Die kunsttherapeutische Triade (Obermeier 2019, 5).....	23
Abbildung 6: Höhle aus Ton (Leukart 2003, S. 13).....	24
Abbildung 7: Collage (Obermeier 2019, 18).....	30
Abbildung 8: Prozess (Kraus 2012, 80).....	32
Abbildung 9: Prozess (Kraus 2012, 80).....	33
Abbildung 10: Prozess (Kraus 2012, 85).....	34
Abbildung 11: Prozess (Kraus, 2012, 86).....	35
Abbildung 12: Prozess (Kraus, 2012, 88).....	36
Abbildung 13: Collage: Zukunft von einem 17-jährigen Jugendlichen (eigene Aufnahme) ...	48
Abbildung 14: Gruppenprozess Bäume (eigene Aufnahme).....	49
Abbildung 15: Ressourcen von einem 17-jährigen Jugendlichen (eigene Aufnahme) .....	52
Abbildung 16: Ressourcen von einem 17-jährigen Jugendlichen (eigene Aufnahme) .....	52
Abbildung 17: Originalbild (Stocksnap, Pixabay).....	53
Abbildung 18: Erste Variante mit Ölkreide (eigene Aufnahme).....	53
Abbildung 19: Zweite Variante mit Filzstiften (eigene Aufnahme).....	53
Abbildung 20: Meine Ziele 2023 (eigene Aufnahme).....	54
Abbildung 21: Wut und Entspannung (eigene Aufnahme).....	55
Abbildung 22: 18-jährige Jugendliche (Gouachefarbe) (eigene Aufnahme).....	57
Abbildung 23: 13-jähriger Jugendlicher (Ölkreide) (eigene Aufnahme) .....	57
Abbildung 24: 13-jährige Jugendliche (Gouachefarbe und Fineliner) (eigene Aufnahme) ....	57
Abbildung 25: Angst mit Gouachefarbe (eigene Aufnahme).....	58
Abbildung 26: Die Angst überwinden (eigene Aufnahme) .....	59
Abbildung 27: Selbstbild mit Kohle (eigene Aufnahme).....	60
Abbildung 28: Maske aus Ton (Obermeier 2018, S. 63).....	61

## 15. Tabellenverzeichnis

Tabelle 1: Teilnehmer*innen; Methode; Zeitraum.....	38
Tabelle 2: Forschungstagebuch mit Indikatoren und Schlüsselsätzen .....	39
Tabelle 3: Teil der Grounded Theory mit neuen Kernaussagen .....	40
Tabelle 4: Interviews .....	47

## 16. Anhang:

### 16.1. Forschungstagebuch

8. Klassen			
Datum	Forschungstagebuch	Schlüsselsatz	Indikator
18.01	In den kommenden Unterrichtseinheiten werde ich verstärkt einen kunsttherapeutischen Zugang in meinen Unterricht inkludieren. Damit soll erforscht werden auf welcher Weise es möglich ist Kunsttherapie zu inkludieren und ob es Sinn macht. Diese Doppelstunde unterrichtete ich eine 8. Klasse im BE-Unterricht.	Macht es Sinn Kunsttherapie in den Unterricht zu inkludieren?	Aufgabe
	Ich forderte die Schüler*innen auf, zuerst "freies Schreiben" zu den Gefühlen Entspannung und Wut zu machen und im nächsten Schritt eine Arbeit zeichnerisch oder malerisch dazu zu gestalten.	Der Beginn und das Ende der Unterrichtseinheit wird für die Reflexion genutzt und der Hauptteil für die künstlerische Arbeit.	Aufgabe
	Ohne viele Fragen starteten sie zu arbeiten und waren zumeist sehr konzentriert dabei. Im ersten Schritt waren Manche noch sehr planlos, was sie machen wollten, aber auch hier ließ ich den Prozess sehr frei.	Manche Schüler*innen starteten sehr konzentriert, andere ein wenig planlos.	Motivation
	Im letzten Schritt beschrieben die Schüler*innen wie es ihnen bei der Arbeit ergangen ist und gaben mir das Blatt ab. Ich wollte so sehen, ob es Sinn macht kunsttherapeutische Übungen zu inkludieren. Welche Themen die Schüler*innen bewegen und so weiter.	Eine Reflexion am Ende hilft nicht nur den Schüler*innen sondern auch der Lehrperson als Rückmeldung.	Aufgabe
	Und im Nachhinein beschäftigen mich diese Verschriftlichungen weit mehr als erwartet. Bei Wut kam immer wieder Schule und Stress. Also wachsen Jugendliche schon dahingehend auf, dass sie bevor das normale Leben startet, sie schon zu viel gefordert und gestresst werden. Erschreckend, oder? Manche Mädchen erklärten sehr genau welches Gefühl entsteht. Ohnmacht oder Trauer. Oder wenn sie genervt werden. Andere beschrieben eher Themen, wie Ungerechtigkeit, Hass, Aggression. Bei Entspannung wiederholte sich das Thema keine-Schule, "Wenn ich keine Schule habe", Urlaub, Schlafen, Essen, Natur, keinen Stress/Angst aber auch Netflix und Zigaretten.	Die Rückmeldungen sind sehr persönlich und mit einem starkem Schulbezug.  Insgesamt empfinde ich die Rückmeldungen als sehr berührend.	Reflexion
	Am meisten beschäftigte mich ein anonymes Blatt, auf den sehr viel Frust zu erkennen war: "Ich	Ein Jugendlicher schreibt sich seinen	Reflexion

	entspanne so gut wie nie. Selbst Schlafen tue ich nur wenig 3-4h, da entspanne ich vielleicht. Drogen lassen mich für kurze Zeit entspannen.“ Hier zeigt sich, dass irgendwo auch die Grenzen der kunsttherapeutischen Übungen an der Schule sind. Bzw. dass es einen Punkt gibt an dem eigentlich Psychotherapie im Einzelsetting sinnvoll wäre. Ich weiß auch gar nicht von wem das Blatt ist und ob das (hoffentlich) nur eine Bestandsaufnahme ist.	Frust von der Seele. Hier gibt es sichtbar Grenzen für die Aufgabe der Schule, es gäbe Anlass für eine Psychotherapie im Einzelsetting.	
25.1.	Da einige Schüler*innen noch ihre vorherigen Projekte fertigstellten, wollte ich eine kleine Zwischenübung inkludieren.	Eine kunsttherapeutische Zwischenübung.	Aufgabe
	Es ist eine sehr angenehme Klasse und ich plaudere regelmäßig mit den Schüler*innen. In den letzten Wochen war immer wieder das Thema Zukunft präsent. Ich schlug den Schüler*innen daher vor eine Collage zu ihrer Zukunft zu gestalten. Ich stellte feste A3 und A2 Blätter zur Verfügung und vor allem ganz viele Zeitschriften. Ich versuchte dabei möglichst wenig in den Prozess und in die Gruppendynamik einzugreifen.	Zukunft als präsent Thema von Schüler*innen der 8. Klasse.  Eine Collage zum Thema: Meine Zukunft wird erstellt.	Motivation  Aufgabe
	Eine Schülerin startete sogleich sehr begeistert mit der Aufgabe. Sie zeigte und kommentierte auch ihre “Entdeckungen” und war Feuer und Flamme. Nach und nach stiegen auch andere Schüler*innen in das Projekt ein. Am Ende widmeten sich alle bis auf zwei Schüler*innen der Aufgabe zu. Die Schüler*innen diskutierten und plauderten über ihre Zeitschriften und Ziele. Auch Themen wie Krieg und Glauben wurden angesprochen. Die Bilder und Wörter wurden aus den Zeitschriften gerissen oder mit einer Schere oder Cutter geschnitten.	Begeistert suchen die Schüler*innen nach Bildern in Zeitschriften. Sie sprechen über ihre Zukunft, Krieg und Glauben.	Reflexion
	Ich arbeitete etwas abseits an einer Nähmaschine. Somit konnte ich sehr gut am Unterrichtsgeschehen teilhaben und war gleichzeitig nicht Teil des Geschehens. Am Ende wurden die Projekte sehr künstlerisch, kritisch und spannend. Viele Ängste und Werte wurden inkludiert. Manche Schüler*innen zeigten den Wunsch ihre Werke im Schulhaus aufzuhängen oder in der Schulzeitung zu veröffentlichen. Anscheinend sind sie stolz auf ihre Ergebnisse. Und wollen sich zeigen. Nur wenige Schüler*innen beendeten ihre Collage in der Doppelstunde, die anderen möchten nächste Woche weiterarbeiten.	Ich hielt mich aus dem direkten Prozess heraus, behielt allerdings den Überblick über das Geschehen.  Es entstand der Wunsch, die Werke zu zeigen.	Aufgabe  Motivation
	Für mich sehr spannend, da die Schülerin, welche bei diesem Projekt am motiviertesten dabei war, normalerweise gar kein Interesse zeigt und schnell ihre Aufgabe abschließt. Genau sie hatte mich allerdings auch zu dem Projekt inspiriert, da sie sich noch sehr unsicher ist, was sie nächstes Jahr machen möchte. Ich finde gerade bei	Besonders eine Schülerin, welche sonst sehr unmotiviert ist, zeigte bei dieser Aufgabe sehr viel Interesse.	Motivation

	solchen Vorschlägen kann alles passieren. Sie können sich ganz weigern. Sie können in 7 Minuten fertig sein und alles nur halbherzig machen. Ich möchte unbedingt nächste Woche noch ein paar Worte mit den Schüler*innen plaudern. Hilft eine solche Aufgabe? Wie hilft sie? Was verändert sich im Prozess?	Sie hat mich zu dem Projekt inspiriert.	
--	--	---	--

3. Klasse			
Datum	Forschungstagebuch	Schlüsselsatz	Indikator
23.1.	Heute beschäftigten sich meine Schüler*innen mit Gefühlen. Eine sehr freie Aufgabenstellung für den "normalen" BE-Unterricht. Ich teilte A3 Blätter aus und forderte die Schüler*innen einer dritten Klasse auf ein Bild zum Thema "Wut und Entspannung" zu gestalten. Sie bekamen dazu ein A3 Blatt, als Farben schlug ich Wasserfarben, Farbstifte und Ölkreiden vor. Als Einstiegsübung sollten sie je drei Minuten zu den beiden Themen schreiben.	Die Schüler*innen arbeiten zu den Gefühlen Wut und Entspannung.	Aufgabe
	Das funktionierte nur solala, oder ich hatte erwartet, dass jeder schreibt. Schreiben als kreativer Prozess. Zum Gedanken ordnen. Zum Ideen spinnen. Und es war mehr ein, ich schreibe, weil ich muss. Ich plaudere daneben und eigentlich fällt mir dazu eh nichts ein. Ich glaube und das gilt als meine Meinung, dass unser Schulsystem die Freude am Schreiben nicht vermittelt. Aber hier ist bestimmt auch ein Grund, dass die Schüler*innen keinen eigenen Raum haben. Sie sitzen in einem Werkraum zu 29. nebeneinander. Sich ganz seinem Prozess hinzugeben ist da schwierig, bis unmöglich. Nur wenige Schüler*innen können so in ihr Tun versinken. Trotzdem hatte ich das Gefühl, dass so einige Ideen entstanden für ihren folgenden Gestaltungsprozess. Einige Schüler*innen fragten nach exakteren Angaben- das passiert oft, da sie in der Schule so daran gewöhnt sind, ganz konkrete Angaben zu bekommen. Weniger oft werden freie, experimentelle Aufgaben gewählt. Allerdings ist mein Unterricht oft sehr frei, daher haben die Schüler*innen schon ein wenig Erfahrung damit.	Das eingeeengte Schulsystem gibt wenig Raum für kreative Prozesse.  Die Schüler*innen fragen nach einer konkreteren Aufgabenstellung und Benotung.	Reflexion  Motivation
	Die Schüler*innen arbeiteten sehr begeistert. Manche sehr figürlich und geschichtlich. Was ich super genial finde. Sie erfinden Geschichten und stellen diese zeichnerisch dar. Andere verwenden Farben und Formen. Manche teilten ihr Blatt in zwei Bereiche, andere ließen die Gefühle ineinander fließen.	Die Schüler*innen arbeiteten sehr begeistert.	Motivation

2. Klasse			
Datum	Forschungstagebuch	Schlüsselsatz	Indikator
20.1.	Diese Klasse ist mir sehr nahe und ich arbeite gerne mit ihnen. Allerdings ist es Freitagmittag und sowohl die Klasse als auch ich sind da zumeist müde. Damit wird es manchmal unruhiger und lebendiger als zu anderen Uhrzeiten. Die Schüler*innen starteten mit einer Reflexion zum Thema Wut und Entspannung.	Durch die äußeren Umstände (Tag,Uhrzeit) ist die Klasse oft unruhig und müde. Die Schüler*innen reflektieren zu Wut und Entspannung.	Motivation  Aufgabe
	Die Schüler*innen tun sich eher schwer abstrakt Assoziationen zu finden. Allerdings finden sie Punkte: „Was macht mich wütend? Was entspannt mich?“ oder „Wann bin ich entspannt?“ So schreiben sie Punkte wie Schule, mein Bruder, Mathe, Computerspiele oder Katzen usw.	Bei konkreteren Fragen tun sich die Schüler*innen leichter. Sie schreiben viele praktische Beispiel auf.	Aufgabe  Reflexion
	Beim praktischen Arbeiten sind alle vorerst konzentriert. Viele kritzeln wild bei der wütenden Arbeit. Ein Schüler zerreißt regelrecht sein Blatt beim wütenden Arbeiten. Scheinbar können sie schon schnell in ihren Gefühlen wechseln.	Beim wütenden Arbeiten fühlen die Schüler*innen stark ihre Gefühle.	Reflexion
	Manche sind mit der Aufgabe sehr schnell fertig, während andere sich sehr viel Zeit nehmen. Damit werden die Schüler*innen die schon fertig sind auch unruhiger. Dies sehe ich als großes grundsätzliches Problem. Für künstlerisches Arbeiten ist ein Raum empfehlenswert wo sich Schüler*innen ausbreiten können. Die Klassen sind insgesamt und insbesondere für kunsttherapeutische Arbeiten zu groß. Auch eine individuelle Reflexion im Gespräch wird so unmöglich.	Die Schüler*innen werden unterschiedlich schnell fertig. Für ein Gespräch und kunsttherapeutisches Arbeiten sind Klassen eigentlich zu groß.	Aufgabe  Reflexion
	Zuletzt reflektieren die Jugendlichen mit einem schriftlichen Bogen. Ich habe bisher die Fragen zu kompliziert formuliert. Diese muss ich unbedingt vereinfachen, damit auch längere Antworten kommen. Und doch bin ich wieder beeindruckt über die Ergebnisse.	Die Reflexionsfragen müssen altersgerecht formuliert werden.	Aufgabe

#### 4. Klasse

Datum	Forschungstagebuch	Schlüsselsatz	Indikator
8. 3.23	<p>Ich versuchte heute eine Aufgabe, in einer Klasse, die sich so gar nicht für Kunst interessiert. Die Begeisterung ist schon grundsätzlich nicht sehr hoch für meinen Unterricht und auch jetzt machen sie die Aufgabe eher, weil sie müssen, als weil sie mega Lust darauf verspüren. Allerdings habe ich schon einige Woche eine Beziehung zu den "coolen" Jugendlichen aufgebaut und so stimmen sie der Aufgabe zuletzt doch zu.</p>	<p>Die Klasse ist allgemein nicht sehr motiviert für den Kunstunterricht. Eine gute Beziehung zu den Jugendlichen ist wichtig.</p>	Motivation
	<p>Wir starten mit der Traumreise. In anderen Kontexten werden solche ruhigen Übungen gerne angenommen. Hier sind die Kids eher semimotiviert. Immer wieder lacht jemand oder macht ein lustiges Geräusch, um die anderen zu nerven. Nach einer Ermahnung halten sie sich dann doch an die Vereinbarungen.</p>	<p>Es wird mit einer Traumreise gestartet.</p> <p>Die Gruppe ist bei der Einstiegsübung eher unmotiviert.</p>	Aufgabe  Motivation
	<p>Ich spreche wahrscheinlich zu schnell und zu wenig ruhig. Die Jugendlichen sind solche Übungen wahrscheinlich auch so gar nicht gewohnt. Dann sollen sie auf dem aufgelegten Papier einen Platz finden und ihren Baum malen. Hier bin ich überrascht wie konzentriert sie arbeiten. Sie merken, wer wo seinen Platz hat. Es wird kooperiert und geplaudert. „Hey dein Baum kommt zu mir“ „Wow mein schwebender Inselbaum ist mir am besten gelungen“ Auch die Farben und Formen sind sehr unterschiedlich. Mit Gesichtern, Wurzeln, Schaukeln, Muster, Wolken und Accessoires. Jeder Baum ist individuell und einzigartig.</p>	<p>Jeder findet auf einem großen gemeinsamen Blatt seinen Platz.</p> <p>Die Gruppe arbeitet sehr konzentriert und kooperierend.</p> <p>Jeder Baum ist individuell und einzigartig.</p>	Aufgabe  Motivation Gruppendynamik  Reflexion
	<p>Die Reflexion läuft sehr schnell ab. Ich merke die Jugendlichen sind schon wieder weniger bei ihrem Baum und mehr bei der nächsten Schulstunde. Vielleicht ist es auch sehr schwierig eine Verknüpfung zwischen Baum und eigenen Leben herzustellen. Und ich habe dem auch zu wenig Aufmerksamkeit und Raum gegeben. Bei der kleinen Gruppe hätte es womöglich sogar funktioniert noch einmal kurz darüber zu sprechen. Konkret über Gefühle oder meine Stärken zu malen ist weit lebensnäher und kann viel leichter mit dem eigenen Leben verknüpft werden. Und auch das, irgendwie eine tolle Erkenntnis. Ich weiß jetzt, dass Kinder und Jugendliche gerne ihre Gefühle und Stärken darstellen. Zu kompliziert braucht es aber nicht sein. Tatsächlich fand ich sowohl die Übung zu Gefühlen als auch zu meinen Ressourcen super erfolgreich. Übungen wie Ich als Tier oder Baum funktionieren bestimmt auch, sind aber weniger greifbar und regen den Reflexionsprozess womöglich weniger an.</p>	<p>Die Gruppe nimmt sich wenig Zeit für die Reflexion.</p> <p>Es ist schwierig einen Zusammenhang zwischen Baum und eigenem Leben herzustellen.</p> <p>Es ist für Jugendliche leichter einen Reflexionsprozess zu starten bei Übungen wie Gefühle oder eigene Ressourcen.</p>	Aufgabe  Reflexion

Axiales Kodieren		
Schlüsselsatz	Indikator	Neue Kernaussage
Der Beginn und das Ende der Unterrichtseinheit wird für die Reflexion genutzt und der Hauptteil für die künstlerische Arbeit.	<b>Aufgabe</b>	Die Schüler*innen brauchen unterschiedlich schnell für die Aufgabe.  Es fällt den Schüler*innen leichter konkreteren Fragen zu beantworten.  Die Reflexionsfragen müssen altersgerecht formuliert werden.  Die Schule als Institution lässt wenig Spielraum für kleine Gruppen und freies kreatives Gestalten zu.
Macht es Sinn Kunsttherapie in den Unterricht zu inkludieren?		
Eine kunsttherapeutische Zwischenübung.		
Ich hielt mich aus dem direkten Prozess heraus, behielt allerdings den Überblick über das Geschehen.		
Die Schüler*innen arbeiten zu den Gefühlen Wut und Entspannung.		
Bei konkreteren Fragen tun sich die Schüler*innen leichter.		
Die Schüler*innen werden unterschiedlich schnell fertig.		
Die Reflexionsfragen müssen altersgerecht formuliert werden.		
Es wird mit einer Traumreise gestartet.		
Die Gruppe nimmt sich wenig Zeit für die Reflexion.		
Jeder findet auf einem großen gemeinsamen Blatt seinen Platz.		
Die Gruppe arbeitet sehr konzentriert und kooperierend.		
Manche Schüler*innen starteten sehr konzentriert, andere ein wenig planlos.	<b>Motivation</b>	Grundsätzlich arbeiten die Schüler*innen sehr begeistert und mit viel Interesse. Zu Beginn sind manche etwas unmotiviert.  Es ist von Vorteil auf die Interessen und Themen der Jugendlichen einzugehen.
Zukunft als präsent Thema von Schüler*innen der 8. Klasse.		
Es entstand der Wunsch, die Werke zu zeigen.		
Besonders eine Schülerin, welche sonst sehr unmotiviert ist, zeigte bei dieser Aufgabe sehr viel Interesse. Sie hat mich zu dem Projekt inspiriert.		

Die Schüler*innen fragen nach einer konkreteren Aufgabenstellung und Benotung.		
Die Schüler*innen arbeiteten sehr begeistert.		
Durch die äußeren Umstände (Tag, Uhrzeit) ist die Klasse oft unruhig und müde.		
Die Klasse ist allgemein nicht sehr motiviert für den Kunstunterricht. Eine gute Beziehung zu den Jugendlichen ist wichtig.		
Die Gruppe ist bei der Einstiegsübung eher unmotiviert.		
Die Rückmeldungen sind sehr persönlich und mit einem starkem Schulbezug.	<b>Reflexion</b>	Die Rückmeldungen sind sehr persönlich und mit einem starkem Schulbezug. Es gibt allerdings Grenzen, welche den schulischen Rahmen sprengen. Das eingeeengte Schulsystem und die äußeren Rahmenbedingungen (Gruppengröße, Raum,) gibt wenig Raum für kreative Prozesse und individuelle Reflexionsgespräche.  Die Ergebnisse sind sehr individuell und der Prozess regt Emotionen und Gespräche an. Den Schüler*innen fällt es bei konkreten Themen leichter einen Bezug zum eigenen Leben herzustellen, also bei abstrakten Themen.
Insgesamt empfinde ich die Rückmeldungen als sehr berührend.		
Ein Jugendlicher schreibt sich seinen Frust von der Seele. Hier gibt es sichtbar Grenzen für die Aufgabe der Schule, es gäbe Anlass für eine Psychotherapie im Einzelsetting.		
Das eingeeengte Schulsystem gibt wenig Raum für kreative Prozesse.		
Sie schreiben viele praktische Beispiele auf.		
Beim wütenden Arbeiten fühlen die Schüler*innen stark ihre Gefühle.		
Es ist schwierig einen Zusammenhang zwischen Baum und eigenem Leben herzustellen.		
Jeder Baum ist individuell und einzigartig.		
Es ist für Jugendliche leichter einen Reflexionsprozess zu starten bei Übungen wie Gefühle oder eigene Ressourcen.		
Begeistert suchen die Schüler*innen nach Bildern in Zeitschriften. Sie sprechen über ihre Zukunft, Krieg und Glauben.		
Für ein Gespräch und kunsttherapeutisches Arbeiten sind Klassen eigentlich zu groß.		

## 16.2. Interview

### 16.2.1. Interview mit Frau D. (29. November 2022):

Johanna: Frau D., sie sind vor circa 10 Jahren quasi darauf gestoßen worden, ein persönliches Problem malerisch aufzuarbeiten. Was war ihr psychischer Beweggrund?

Frau D.: Ich war damals sehr unzufrieden mit mir selbst. Es war ganz auf mich bezogen, dass ich mit mir selbst sehr unzufrieden war. Auf das Problem selbst möchte ich jetzt nicht eingehen.

Johanna: Wie sind sie auf diese Person, die sie zum Malen angeregt hat, gekommen?

Frau D.: Das ist eine Freundin von mir. Und die hat gesagt, komm einfach. Du brauchst nichts mitzunehmen. Ich habe alles zum Malen: Farben, Stifte, Keilrahmen.

Johanna: Und wie haben sie darauf reagiert?

Frau D.: Ich kann das nicht! Ich habe keine künstlerische Ader in mir! Ja, ich habe gesagt, ich habe keine künstlerische Ader in mir. Aber sie hat gesagt, „Probiere es einfach aus! Schau einfach!“ Und sie hat mir Bücher und Karten gezeigt und zum Anschauen gegeben. Ich habe noch immer gesagt, ich kann das nicht. Aber sie hat darauf gesagt: „Probiere es einmal aus, egal was herauskommt.“

Johanna: Und wie ging es weiter?

Frau D.: Ich habe nicht gewusst, was das werden soll? Aber ich habe mich dann darauf eingelassen. Ich dachte auch zuerst beim Anfangen noch, das wird alles nichts. Aber ich habe dann versucht Licht und Schatten einzusetzen, egal was daraus wird. Und ich wollte mit der Zeit es doch für mich ausprobieren.

Johanna: Wie sind sie dann auf das Thema „der Engel der Leichtigkeit“ gekommen?

Frau D.: Beim Malen habe ich gedacht, was mir gerade fehlt, ist die Leichtigkeit und so bin ich auf den „Engel der Leichtigkeit“ gekommen, ganz einfach.

Johanna: Wie haben sie das Malen selbst empfunden?

Frau D.: Ich habe das Malen selbst als sehr meditativ empfunden.

Johanna: Wie ist es ihnen nachher mit dem Bild ergangen?

Frau D.: Ich war sehr stolz auf mich! Denn ich bin ja vorher davon ausgegangen, das kann ich überhaupt nicht. Und ich bin noch heute darauf stolz, dass ich mich darauf eingelassen habe und mir quasi den Engel der Leichtigkeit dabei selbst geschenkt habe. Zur Freundin noch: sie arbeitet heute in einer Kreativwerkstatt für geistig und körperlich beeinträchtigte Menschen.

Johanna: Welche Bedeutung hat das Bild heute, mehr als 10 Jahre danach, noch für sie?

Frau D.: Es erinnert mich an einen Lebensabschnitt von mir. Aber den möchte ich aus persönlichen Gründen nicht näher erläutern.

Johanna: Frau D., danke für ihre Bereitschaft, mit mir über ihre persönlichen Erfahrungen mit dem mehr oder minder „therapeutischen Malen“ zu reden und mir ihr Einverständnis für die Veröffentlichung zu geben.

Frau D.: Bitte, gerne! Danke für ihr Interesse.

### 16.2.2. Interview mit Johann Gölles (21. Dezember 2022):

Johanna: Du hast bei einem Rehabilitationsaufenthalt im Landeskrankenhaus Mauer bei Amstetten die Kunsttherapie kennengelernt. Welchen Eindruck hattest du davon?

Herr Gölles: Ich war fasziniert, vor allem auch wegen der Kunsttherapeutin Diana Prasch. Es hat mich beeindruckt, weil die Herangehensweise ganz anders ist, wie wenn man künstlerisch oder als Kunsterzieher in der Schule arbeitet.

Johanna: Das wollte ich gerade anschneiden: du arbeitest ja selbst als Künstler und bist auch als Kunsterzieher tätig, was war für dich neu und anders.

Herr Göllles: Ich arbeite ja künstlerisch als Bildhauer und habe gewusst, dass ich bei dieser Chance, eine Kunsttherapie machen zu können, dass ich gerade dann nicht mit Speckstein oder Ton arbeiten möchte. Deswegen wollte ich die Zeit in Mauer und speziell bei der Kunsttherapie mich genau dem widmen, womit ich sozusagen „kämpfe“ oder schon seit meiner Jugend nicht zufrieden bin.

Johanna: Dass du dich mit der Malerei beschäftigst. Wir haben ja schon mehrmals darüber gesprochen. Wie ist es dir dabei gegangen.

Herr Göllles: Also, ich habe mich mit der Malerei beschäftigt und für mich Verschiedenstes ausprobiert, nicht nur bei der Kunsttherapie, sondern für mich auf der Reha. Und einer der ersten Hinweise von der Kunsttherapeutin zur Malerei war für mich ganz wichtig. Ich soll nicht sagen, ich „kämpfe“ mit der Malerei, sondern „ich nähere mich der Malerei an“. Und diese sprachliche Veränderung hat in mir sofort ein Umdenken oder ein anderes Herangehen an die Malerei bewirkt.

Johanna: Da ich mitten im Schreiben meiner Diplomarbeit bin, möchte ich dich, auch konkret über noch einiges über den Raum für die Kunsttherapie, das Setting und ähnliches fragen, da sich ja dadurch auch Unterschiede und Möglichkeiten zur Kunsterziehung herausarbeiten lassen. Wie waren die Räumlichkeiten für die Kunsttherapie im Landesklinikum Mauer und die Ausstattung für die Therapie selbst.

Herr Göllles: Die Räume für die Kunsttherapie im Landesklinikum Mauer befinden sich im Pavillon 9, im 1. Stock. Eigentlich sind es nur 3 kleinere Räume, hintereinander liegend, wobei mir gleich als nachteilig aufgefallen ist, dass es keinen Wasseranschluss in den Räumengibt, sondern dieses vom Gang geholt werden muss. Der erste Raum hat circa 16 bis 18 m<sup>2</sup> im Quadrat, mit einem länglichen Tisch für 6 Personen in der Mitte, wo sowohl die Besprechungen für Arbeit mit den künstlerischen Mitteln, die gemacht wird, besprochen wird, als auch die abschließende Besprechung in der Gruppe über die jeweiligen Erfahrungen stattfindet. Rundherum liegen auf Regalbrettern verschiedene Größen und Arten von Blättern wie auch Farben, Stifte, Pinsel, Gläser etc. sichtbar bereit. Das soll wahrscheinlich den Klienten helfen, die Entscheidung für ein künstlerisches Mittel zu erleichtern. Eine Wand im Raum ist freigelassen, wo man Blätter mit Reissnägel befestigen und stehend malen oder zeichnen kann. Dahinter gibt es noch 2 längliche Räume, wo 4 an die Wand gestellte schmale Tische, ähnlich den Tischen in einer Schulklasse für 2 Schüler. Jeder Patient hat dort quasi einen Tisch für sich allein, z. B. zum Arbeiten mit Ton oder mit einem Speckstein. Ich habe mitbekommen, dass dort in Mauer maximal 4 Patienten bei einer eineinhalb stündigen Kunsttherapie – Einheit anwesend sind. Nach dem Arbeiten und dem Säubern des eigenen Platzes gibt es ungefähr noch ungefähr eine Zeit von 10 bis 15 Minuten, in der am zentralen Tisch im ersten Raum jeder Patient seine eigenen Erfahrungen beim Arbeiten erklärt und die Kunsttherapeutin noch speziell mit dem jeweiligen Patienten, manchmal auch mit der Gruppe, einzelne therapeutische Aspekte, die durch das Arbeiten speziell sichtbar geworden sind, anspricht und bespricht. Wichtig scheint der Therapeutin, dass die entstandenen Werke oder sich noch in Arbeit befindlichen Werke dort bleiben, damit sie wahrscheinlich auch eine Kontinuität in der therapeutischen Behandlung durch das Arbeiten sehen kann.

Johanna: Vielen Dank, dein begeistertes Erzählen hat mich auch inspiriert, etwas über Kunsttherapie zu schreiben.

Herr Göllles: Ganz sicher. Johanna, ich hoffe, es wird deine Beschäftigung mit der Kunsttherapie genauso spannend wie es meine konkret erlebte Kunsttherapie für mich war.

### 16.2.3. Interview mit Diana Prasch (29. Dezember 2022):

Anmerkung: Vor Beginn des Interviews haben wir, Frau Diana Prasch und ich, vereinbart, dass wir uns mit „Du“ ansprechen.

Johanna: Frau Kunsttherapeutin Diana Prasch, seit wann arbeitest du als Kunsttherapeutin?

Prasch: Seit einem Jahr habe ich diese Anstellung (als Kunsttherapeutin im Landeskrankenhaus Mauer). Aber es hat da schon einmal eine Kunsttherapeutin gearbeitet.

Johanna: Die Leute in einer Gruppe sind 6 Wochen da und du siehst sie 2-mal in der Woche?

Prasch: Die Patienten sind zwischen 6 und 8 Wochen da und ich sehe sie 1-mal in der Woche. Es gibt Einzelsettings und Kunsttherapiegruppen. Die Einzeltherapie dauert 50 min und die Gruppentherapie 90 min.

Johanna: In deinem Fall, du hast mit Leuten zu tun, die wegen einer psychischen Überlastung, bis zu ...

Prasch: Genau, ich arbeite mit Menschen, die an einer psychischen Erkrankung leiden wie z.B.: Depressionen, Angstzustände, schizophrene Affektstörungen, Überlastung, Burnout, ja auch Lebenskrisen, oder Körper – somatische/schematische Erkrankungen. Wichtig in der Begleitung ist, dass eine gewisse Grundstabilität der Patienten vorhanden ist. Das heißt, die Patienten sind oftmals medikamentös eingestellt so, dass sie therapiebereit sind.

Johanna: Die anderen sind in der Subakut.

Prasch: Genau, PatientInnen, die mit einer akuten/schwerwiegenden psychischen Erkrankung/ Belastung kommen, werden auf die Akutstation bzw. die Subakutstation aufgenommen. (Die PatientInnen werden hier von ärztlicher Seite und dem Pflegepersonal her den ganzen Tag betreut.) Den PatientInnen, die weiterführend eine engmaschige psychotherapeutische Begleitung wünschen, wird weiterfolgend, hier im Landeskrankenhaus, ein psychotherapeutisch stationärer Aufenthalt angeraten.

Johanna: Und bei der Kunsttherapie kommen die Patienten dann, ich stelle mir das wie einen Atelierraum vor.

Prasch: Genau!

Johanna: Da gibt's dann die Möglichkeit, gestalterisch zu arbeiten

Prasch: Es gibt verschiedene Materialien, mit denen sich die PatientInnen beschäftigen können bzw. sich erproben können. Zu Beginn gibt es eine kurze Grundeinschulung; welche Materialien sind vorhanden und welchen Zugang die Kunsttherapie hat. Manche PatientInnen haben vor der Kunsttherapie Angst, weil sie der Meinung sind, sie müssen etwas erschaffen, produzieren. Das erlebe ich immer wieder. Viele sind sehr skeptisch, weil sie denken, dass ihr kreatives Arbeiten bewertet wird. Wahrscheinlich ausgelöst durch das Schulsystem, in dem Zeichnungen, Skulpturen mit Noten bewertet werden. Wenn jemand an einer Depression erkrankt ist, dann kann die Person natürlich keine „Leistung“ abgeben, da taucht sofort innerlich Stress und Druck auf. Das ist etwas, das versuche ich ihnen sofort zu nehmen. Denn es geht ja nicht nur um die Grundthematik, die sie mitbringen, um sich diese im kreativen Prozess anzuschauen, sondern es geht darum, dass sie Lust am Gestalten haben und merken, ich bin selbstwirksam, ich kann etwas erschaffen, ich kann was formen, schlussendlich um den wichtigen Aspekt - ICH kann tätig sein. In meiner Arbeit ist es mir wichtig, den PatientInnen anzubieten, mit einem Material zu arbeiten, das ihr Interesse geweckt hat und ihnen die Möglichkeit zu bieten, damit zu probieren und auch zu experimentieren. In diesem Sinne begleite ich die PatientInnen und gleichzeitig beginnt hier der Beziehungsaufbau und ich erhalte ein Gefühl für die Person und deren Lebensthemen.

Johanna: Wenn du also ein oder 5 Leute vor dir hast, bist du da? Die sollen ja selbst arbeiten, unterstützt du dann oder tust du daneben ganz was anderes?

Prasch: Nein, ich tue nichts nebenbei. Das würde nur zur Ablenkung verhelfen. Ich gehe von Raum zu Raum und komme ins Gespräch mit den PatientInnen, weil der Beziehungsaufbau und das Vertrauen ja elementare Aspekte für die Therapie sind. Wenn die PatientInnen im Prozess sind, da passieren im Inneren Abfolgen und Gedanken im Kopf, diese möchte ich wahrnehmen und verstehen können. Durch das Wahrnehmen meinerseits kann ich darauf reagieren und sie durch Fragestellungen unterstützen. Dies hilft den PatientInnen ihr Handeln und ihre Gedanken wahrzunehmen und es gibt ihnen die Chance, sich selbst gegebenenfalls zu stabilisieren. Durch das Reflektieren ihres Prozesses können sie ihre Gedanken besser erfassen und sie lernen sich darüber besser kennen. Was für mich in den Kunsttherapieeinheiten wichtig ist, sowohl in der Gruppe als auch im Einzelsetting, ist die Besprechung am Schluss. Die Reflexion über den Prozess, z. B. in der Gruppe, ermöglicht dem Patienten in die eigene Aufmerksamkeit zu kommen und zu erzählen, vom künstlerischen Prozess und deren Inhalten. Somit gewinnt der Patient über das Werkstück oder das Bild auch eine gewisse Distanz zu seiner Erkrankung und zu seinen Themen.

Johanna: Dass du dann da auf die Sachen eingehst, die geschaffen wurden, ist dann meistens der nächster Schritt oder parallel dazu?

Prasch: Das ergibt sich parallel im Gespräch. Die Betrachtung des Werkstückes, des Bildes fließt ins Gespräch ein. Es passiert durch den Dialog ein gemeinsames Nebeneinander - Schwingen. Ich erläutere meine Außenwahrnehmung, die natürlich nicht mit der Wahrnehmung des Patienten übereinstimmen muss. Doch ich denke, es ist wichtig, dies zu äußern, um dem Patienten eine „Blickveränderung“ zu bieten.

Johanna: Voll spannend. Ich hätte jetzt gefragt, woher du eigentlich aus der Kunst her kommst?

Prasch: Ich habe keine Kunst – Ausbildung. Ich male, wenn ich Zeit habe.

Johanna: Irgendwo her muss man ja das Interesse entwickeln?

Prasch: Generell habe ich mein Interesse schon in Kindheitstagen entwickelt: für mich war es schön, etwas zu erschaffen bzw. meiner Phantasie freien Lauf zu lassen.

Johanna: Und wo hast du dann die Ausbildung gemacht?

Prasch: In Wien! Auf der Akademie der Kunsttherapie. Es gibt verschiedene Institutionen, die Kunsttherapie mit verschiedenen Schwerpunkten anbieten, wie z. B. Mal- und Gestaltungstherapie. Ich bin eigentlich eine ganzheitliche Kunsttherapeutin mit multimedialem Schwerpunkt. Auch die Dauer der Ausbildung ist unterschiedlich. In meiner Akademie dauert das Kerncurriculum 4 Jahre, doch man kann sich so lange Zeit nehmen, solange man braucht, um alle Module abgeschlossen zu haben. Nach absolviertem Kerncurriculum findet einmal im Monat ein Ausbildungswochenende statt, somit wird von der Akademie eine Kontinuität geboten. Ich habe meinen Abschluss zur Kunsttherapeutin in 5 Jahren abgeschlossen, da ich nebenher Vollzeit gearbeitet habe.

Johanna: Und wie? So Wochenendkurse?

Prasch: Einmal im Monat findet ein Wochenendblock, Freitag bis Sonntag, statt, und dann hat man zusätzliche Module zu bearbeiten wie: Co – Therapie, Lehrtherapie, Peergroup, Kunstkurse, Supervision in Kunst und Therapie, die man sich selbst plant. Die Module sind in Stunden eingeteilt, z. B. Co – Therapie sind mit 100 Stunden festgesetzt, die bis zum Abschluss durchzuführen sind.

Johanna: Voll spannend.

Prasch: Die Wochenenden sind von den Einheiten neben der Kunsttherapietheorie noch mit aktiven Modulen ergänzt wie z. B. Tanz, Malen, Theater etc.

Johanna: Also schon ...

Prasch: Das war unsere Stärke, die der ganzheitlichen Kunsttherapie, wir haben mit allen Materialien gearbeitet: Schreiben, Weben, Bewegung, ...

Johanna: Das heißt, ihr seid schon von so einer Art Ausdruckstherapie ausgegangen, welche Varianten gibt es?

Prasch: Bei uns auf der Akademie hat es Tanz, Theater und Bewegung in den Ausbildungsmodulen gegeben. Daher bezeichnen wir uns als ganzheitliche Kunsttherapeuten. Ich schneidere das schon auf meine Patienten zu. Ich habe im Sommer (2022) eine Patientin gehabt, die hat einfach gern getanzt. Sie hat das einfach eine Ewigkeit nicht ausgelebt. Ich habe gesagt: Okay: Dann tanzen wir, warum nicht?

Johanna: Das passt sehr gut für meine Arbeit über Kunsttherapie. Ich bin nämlich zuerst auch von den Kunsttherapien ausgegangen.

Prasch: Wir hatten alle Bereiche bei der Ausbildung, aber es gibt verschiedene Ausbildungsschwerpunkte. Mein Kollege (in Mauer) ist Maltherapeut. Der beschäftigt sich mit dem Patienten hauptsächlich mit Malen. Bei uns war der Schwerpunkt, was mich auch sehr angesprochen hat, das ganzheitliche Arbeiten. Weil ich auch in der Arbeit schaue, was passt für welche Patienten. Mir ist wichtiger, dass der Patient daran Interesse hat.

Johanna: Welche Materialien gibt es in der Therapie?

Prasch: Es gibt Speckstein, Ton, Fingerfarben, Collage, verschiedene Stiftmaterialien, Acryl, Aquarell. Das Repertoire an Materialien war schon da. Bei der Auswahl der Materialien habe ich sehr viele Freiheiten. Wenn ich als Material Stoffe benötige, dann kann ich Stoffe organisieren. Ich habe jetzt Draht mit Gips bereitgestellt, um mehr plastisches Arbeiten anzubieten. Es gibt oft Männer, die da gar keinen Zugang zu den vorhandenen Materialien finden, aber Draht, das stellt einen handwerklichen Aspekt her zum Zusammenbiegen, zum Umwickeln und so kann vielleicht das Interesse des Patienten geweckt werden.

Johanna: Beim Schreiben über die Kunsttherapie ist mir aufgefallen, dass man an Wänden stehend arbeitet.

Prasch: Die Richtung des Malens ist an Arno Stern angelehnt. Arno Stern bezeichnet seine Räume als Malräume. Hier wird hauptsächlich im Stehen gemalt und in den Räumen befinden sich ansonsten keine weiteren kreativen Materialien. Es hat grundsätzlich für mich den Hintergrund, dass beim Malen der Körper in die Bewegung kommt und gleichzeitig aktiviert wird. Das Stehen bietet einen veränderten Malvorgang bzw. eine Veränderung des Blickes auf das Blatt (Frau Prasch schaut nach unten auf den Kaffeehaustisch.), wenn man so auf dieses Blatt Papier schaut, den Kopf gesenkt oder wenn ich mich aufrichte, macht einen Unterschied. Wenn ich stehend male ist der Körper gleichzeitig in Bewegung, ich habe mehr Blick, mehr Weite. Das Malen im Stehen bietet sich gerade bei Personen an, die sehr müde sind. Ich versuche sie zu motivieren, ob sie im Stehen malen wollen, so kommt der Körper dann ebenso in die Aktivität und der Patient spürt sich auf der körperlichen Ebene.

Johanna: Ich würde noch gerne wissen, ob du etwas mit Schulklassen gemacht hast?

Prasch: Mit Schulklassen? Ich war einmal in einer Schule. Es war eine Integrationsschule. Da habe ich mit gesunden Kindern mit kunsttherapeutischen Mitteln gearbeitet und mit Kindern mit Beeinträchtigungen; diese Sitzungen fanden im Einzelsetting statt. Und ein Semester hatte ich eine Kunsttherapiegruppe mit Kindern.

Johanna: Wie groß waren da die Gruppen?

Prasch: Zwischen 4 und 5 Kinder!

Johanna: Welches Alter?

Prasch: 8 Jahre glaube ich. 8, 9 Jahre.

Prasch: Grundsätzlich denke ich, Kunsttherapie – Einheiten können auch in der Schule eingebaut werden. Ich würde das auch wichtig empfinden, weil ... Ich weiß nicht, wie du arbeitest, es gibt ja auch Vorgaben.

Johanna: Ich arbeite sehr frei.

Prasch: Aber es gibt viele Vorgaben, Einschränkungen?

Johanna: Ja.

Prasch: Es ist ja Kreativität sehr weit. Und Kunst ist ja sehr relativ. Kennst du ja auch?

Johanna. Und was ist das Kunsttherapeutische in der Schule? Gehe ich dann wirklich die einzelnen Schüler ein?

Prasch: Ich finde schon, oder man kann auch thematisch herangehen. In Gruppen biete ich gewisse Themen an: „Gefühle“ zum Beispiel. Für Schulklassen denke ich, wäre es auch ein Zugang, oder es werden schwierigere Situationen aufgerufen: wie schaut Ärger aus, wo habe ich mich geärgert? Wie schaut Ärger in Form einer Skulptur aus? Es geht hierbei um Selbstwahrnehmung. Ich denke, das ist auch in größeren Gruppen möglich, man arbeitet eigentlich gemeinsam an einem Thema und gleichzeitig doch jeder für sich und am Schluss würde es eine Reflexionsrunde geben. So würde schon sehr früh die Eigenwahrnehmung und gleichzeitig die Fremdwahrnehmung geschult.

Johanna: Ich denke, ich arbeite eh schon viel in dieser Richtung, und ich denke, diesen Raum soll es ja auch geben ... Ich habe das Gefühl, in der Schule sind leider die Gruppen zu groß, in BE, im Zeichnerischen. In Werken schaffe ich es ein bisschen mehr, weil da sind die Gruppen manchmal kleiner. Da versuche ich auch so Themen, wie über Gefühle Werke zu machen. Mit dem Resultat eben, dass die Werkstücke genau nicht so perfekt werden wie bei anderen Lehrern.

Prasch: Aber das ist gerade so super. Jeder hat ja eine andere Sichtweise und jeder hat einen anderen Zugang zur Kreativität. Das Perfektionsthema wird somit eingedämmt.

Johanna: So eingetrichtert.

Prasch: Genau so muss es ausschauen! Ich versuche den Patienten immer zu sagen: Perfektion ist auch relativ. Und wenn ein Stamm von einem Baum lila ist, das ist er eben lila, warum nicht? Weil Kunst ist so! (Frau Prasch breitet die Hände ganz weit aus.)

Johanna: Ich versuche ja auch immer, dass ich das mitgebe. Aber ich merke auch immer, dass Kinder schon so geprägt sind, von diesem Schulischen, dass es total schwierig ist für manche. Die schaffen es gar nicht, dass ...

Prasch: Ein Teil meiner Arbeit in den Sitzungen ist es, Selbstwahrnehmung zu fördern, was möchte ich eigentlich? Ausgelöst durch die immer wieder kehrenden Vorgaben von außen. In der Schule werden die Themen vorgegeben und die Schüler machen das. Sie haben keinen Raum, in sich selbst hinein zu hören, um herauszufiltern, was wäre meine Idee. Vieler meiner Patienten müsste ich bei der Hand nehmen und sagen, das, weil sie mit dem freien Arbeiten überfordert sind. Es fällt den Patienten schwer, sich selbst wahrzunehmen. Meine Haltung ist, dass jeder Mensch kreativ ist und in jedem steckt ein künstlerisches Potential. Doch viele trauen sich nicht, dieses zu zeigen, weil sie in ihrer Geschichte vielleicht viele abwertende Erfahrungen gemacht haben.

Johanna: Ja, genau. Es ist voll das Thema auch in der Schule.

Prasch: Und trotzdem kann das auch zur Belastung führen, weil das Seelische darunter leidet. Irgendwann kommt ja ein Bedürfnis. Man macht immer das, was einem angeschafft wird, aber eigentlich will ich das ja gar nicht.

Johanna: Ich sehe im Schulischen dann schon die Aufgabe, dass es einen Raum geben muss, wo sie das auch lernen dürfen. Auch wenn eine Zeitlang nichts passiert ( - wenn die Schüler etwas Gestalten sollen) und dann kommt doch eine Idee, usw.

Prasch: Ja, genau.

Johanna: Ich sehe das voll als Bereicherung. Ich lasse sie auch gemeinsam arbeiten, dass das Gruppendynamische dabei ist.

Prasch: In Gruppenprozessen zu arbeiten biete ich auch an. Jeder arbeitet am gleichen Thema, aber in seinem Rhythmus und für sich. In der Schule ist es sicher etwas anderes, da geht es sicher viel um Ressourcen – Entwicklung. In der Kunsttherapie gibt es Patienten, die an Sozialphobien leiden, daher lasse ich sie dann zu einem Thema arbeiten, aber alleine.

Johanna: Das kann ich mir schon vorstellen. Zu etwas anderem: in den Büchern wird sehr stark abgegrenzt zwischen Kunst und Kunsttherapie. Das siehst du nicht so eng?

Prasch: Nein!

Johanna: Man muss dann vom Qualitätsanspruch weggehen und eher das Persönliche hervorheben?

Prasch: Ja, schon. Weil die Qualität ist für die Kunsttherapie nicht essentiell. Es geht um den Ausdruck!

Johanna: Und wie schätzt du die Kunsttherapie zu den anderen Therapieangeboten in Mauer ein?

Prasch: Die Psychotherapiesitzungen sind ein wichtiger Bestandteil auf den Stationen, die Patienten haben 2 Sitzungen pro Woche und weiterfolgende andere Therapien, wie eben zum Beispiel Kunsttherapie, Gruppenpsychotherapie usw. So entsteht der Therapieplan für die Woche pro Patient. In Mauer schätze ich die Vielfalt der Therapien für die PatientInnen sehr. Jeder Patient hat ja einen anderen Zugang zu den Therapien und ich denke, durch diese Vielfalt kommen viele innere Prozesse zum Erwachen. Das Gespräch in der Psychotherapie öffnet die mentale Ebene und in der Physiotherapie weckt es die körperliche Ebene, um den Patienten in die Selbstheilung zu verhelfen. Ich denke, jeder braucht etwas anderes und es ist toll, wenn durch die Vielfalt der Therapien, der Körper, der Geist und die Seele angeregt werden. Gleichzeitig kann der Patient sich vielleicht von den Therapien etwas für zu Hause als Tool mitnehmen, um die Heilung zu erhalten. Das könnte z. B. so aussehen: ein Patient erfährt in der Entspannungstherapie einen guten Zugang, zur Ruhe zu bekommen. So könnte der Patient das aufgreifen und sich zu Hause eine CD mit Meditationsmusik kaufen und dies in seinen Alltag einbauen. Mauer bietet viele Möglichkeiten an, den Patienten auf allen Ebenen zu stabilisieren bzw. eine Verbesserung zu ermöglichen.

Johanna: Was müsste man in der Schule anders machen, um Kunsttherapie einzubauen?

Prasch: Ich denke, von dem, was du mir gerade erzählt hast, machst du das voll gut, wenn du deinen Schülern einen freien Zugang bietest zu Materialien und sie intuitiv gestalten dürfen. Ich denke, es ermöglicht den Schülern die Freiheit, ein Individuum sein zu dürfen. Wenn es die Aufgabe gäbe, zeichnet oder malt euren Lebensbaum, und es gibt keine Kriterien und jeder darf das frei gestalten, dann finde ich das großartig. Ein Baum muss nicht der Natur entsprechen, sondern darf in der Welt und in der Phantasie des Schülers geschwungen sein, dann ist er eben geschwungen, wenn er jetzt so ein kleines „Pflanzerl“ ist, dann ist der Baum so ein „Pflanzerl“. Es darf keine Bewertung in dem erarbeiteten Lebensbaum sein. Denn es ist SEIN Baum. Schon im Kindesalter erfährt man oftmals Bewertungen im eigenen Handeln und diese frühe Bewertung nagt am Selbstwert. Durch die erfahrene negative Bewertung kann es sein, dass man sich dann nur mehr auf das Negative konzentriert und der Blick auf das, was gut klappt, verschwindet. Meine Aufgabe sehe ich darin, den Patienten, auch wenn es gerade eine schwierige Lebensphase ist, ihnen aufzuzeigen, welche Ressourcen, Fähigkeiten, Potentiale und Fertigkeiten sie besitzen. Es geht um das Hervorholen der starken Anteile in ihnen. Jeder von uns hat Krisen, ich sehe jede Krise als Chance, Veränderung zuzulassen,

auch wenn die Veränderung nicht immer leicht ist. Ich denke an die positiven Seiten einer Krise.

Johanna: Bei deiner Kunsttherapie - Ausbildung hast du auch irgendwo mitgearbeitet?

Prasch: Ab dem 3. Ausbildungsjahr kannst du mit dem Praktikum beginnen, es besteht die Möglichkeit, bei einer Diplomierten Kunsttherapeutin ein Praktikum zu machen, musst dies aber nicht zwingend. Während der Ausbildung bist du sowieso in Supervision, auch wenn du selbstständig ein Praktikum absolvierst. Ich habe in einer Integrativ – Schule, von der ich dir vorhin erzählt habe, ein Jahrespraktikum gemacht.

Johanna: Wie schaut ein Einzelsetting aus?

Prasch: Da ich für 2 Stationen, Pavillon 7 und 13, tätig bin und mein Auftrag ist, dass alle Patienten an Kunsttherapie teilnehmen sollen, gehen sich mit 30 Wochenstunden nicht nur Einzelsettings aus. Daher gibt es auch Gruppensettings. Ich persönlich hätte am liebsten nur Einzelsettings. Weil man sich wirklich ganz dem Patienten widmen kann und noch gezielter hin fragen kann, hin spüren kann. Das kann ich in einer Gruppe nicht. Mein Anspruch ist es, dass ich bei jedem Patienten Anteil nehmen kann. Weil eben die Beziehung und das Gehalten – Fühlen des Patienten mir persönlich sehr wichtig ist. Weiters ist auch die Beobachtung grundlegend, um den Patienten zu erfassen. Man bemerkt über die Beobachtung oder auch über das Hinspüren auf die Stimmung, ob sich der Patient während des kreativen Prozesses verändert hat.

Johanna: Wie wichtig ist dieses Führen in dem Prozess, wie stark kämpfen die Patienten ja mit der Geschichte, die sie gerade machen? Muss man Menschen manchmal wirklich hinführen?

Prasch: Ja, es gibt manchmal Widerstände! Grundlegend ist, den Widerstand nicht zu bewerten. Ich frage mich dann nur: „Warum ist der Widerstand da?“ Woher kommt dieser? Im Gespräch mit dem Patienten kommt dann oftmals auf, weil ich (der Patient) etwas machen muss, was ich gar nicht machen will. Ich versuche den Patienten daran zu erinnern, dass er nichts tun muss, doch es ihm helfen könnte, seine Themen anders zu betrachten.

Johanna: Durch das künstlerische Arbeiten kommen Sachen zum Vorschein, die man im Alltag ganz selbstverständlich macht. In der Arbeit kann ich nicht sagen, das will ich nicht machen, sondern ... Bei der Kunsttherapie hat er auch die Möglichkeit, dass er das dann auch reflektiert?

Prasch: Genau!

Johanna: Und da kommt dann der Widerstand?

Prasch: Ja!

Johanna: Wie lange dauert dann so ein Widerstand?

Prasch: Das ist unterschiedlich! Den Widerstand aufzulösen kann eine Einheit dauern oder auch länger. Es gibt Patienten, die den Widerstand aktiv aufzeigen durch Artikulieren, dies kommt aber eher selten vor. Vor einigen Monaten hatte ich einen Patienten, der seinen gesamten Aufenthalt einen Widerstand gegen das Arbeiten in der Kunsttherapie hatte. Doch mir ging es darum, dass ich ihn und seinen Widerstand nicht bewerte. Ich betrachtete dies als positiv, er hielt seinen Widerstand aus und kam zu jeder Einheit.

Johanna: Ist der Patient dann depressiv?

Prasch: Ja, der Patient zeigte depressive Episoden auf.

Johanna: Also negativ und selbstkritisch?

Prasch: Ja, aber ich habe ihm mitgeteilt, dass ich es trotzdem gut finde, dass trotz Widerstands da ist. Er hätte sagen können, er geht nicht mehr in die Kunsttherapie, um sich selbst zu entkommen.

Johanna: Sieht man in den 6 Einheiten, es ist ja im Grunde ganz wenig, dann auch einen Fortschritt.

Prasch: Ja, schon!

Johanna: Ist in dem Fall ein Einzelsetting notwendig, oder war das in der Gruppe?

Prasch: Der Patient war in der Gruppe. Ich weiß nicht, ob man das hätte auflösen können im Einzel bzw. hätte es wahrscheinlich mehr Zeit gebraucht. Das kann man pauschal so nicht sagen. Bei einem anderen Patienten konnte sich der Widerstand gut auflösen. Dieser wurde durch ein Gruppenthema, das ihm angeboten wurde, Wut und Ärger, aufgelöst. Widerstand weg. Er verbalisierte mir: „Was heißt Wut, ich kann das nicht, ich kann meine Wut nicht zeichnen, ich kann das nicht malen!“ Im Dialog versuchte ich ihn hinzuführen, woher das kommt, dass er seine Gefühle nicht zeichnen, nicht malen kann? Und ob er in seiner Lebensgeschichte negative Erfahrungen gemacht habe mit Malen und Zeichnen, dass dieser massive Widerstand bei ihm auftaucht? Nach dem längeren Gespräch ging die innere Verknotung auf und er sagte: „Bah! Das kommt von meinem Vater: Dieses Malen von Gefühl ergibt überhaupt keinen Sinn, würde mein Vater sagen.“ Das heißt, es entstand eine große Angst, bewertet zu werden. So wie er von seinem Vater als Kind in seinem kreativen Tun bewertet wurde. Auf einmal hat es „Wow“ gemacht, und auf einmal hat er 2 Bilder gemalt. Er erkannte, dass er nicht mehr der kleine Junge war und dass er keine Angst vor der Bewertung haben muss, weil es keine gab. Daher konnte er sich dann auf das intuitive Malen einlassen. Das war echt sehr schön zu erleben.

Johanna: Und ihr habt da immer eine Stunde?

Prasch: Die Gruppeneinheiten dauern 90 Minuten und Einzeleinheiten sind 50 Minuten lang.

Johanna: Das heißt, es ist schon wie im Schulischen, dass ich eine Zeitbegrenzung habe, egal, ob der Schüler gefühlsmäßig schon fertig ist oder nicht?

Prasch: Als Therapeutin achte ich darauf, dass die PatientInnen ihre Themen nach Abschluss der Einheiten gut „tragen“ können. (Wird weiter unten erklärt!) Die kreativen Arbeiten, die für die Patienten noch nicht fertig sind, bleiben einstweilen im Atelier.

Johanna: Sie können auch bleiben?

Prasch: Das nicht, aber beim nächsten Mal können sie weiter daran arbeiten.

Johanna: Von meiner Vorstellung von Schule wäre das schon viel freier ...

Prasch: Nein, das geht nicht! Da muss ich schon den Überblick bewahren, dass sie wieder einen „tragbaren Abschluss“ finden ... Oft taucht am Ende der Einheit die Wurzel des gegenwärtigen Themas auf. Meine Aufgabe besteht darin, dass der Patient so es geht, das Atelier verlassen kann. Sollte es nicht der Fall sein, rufe ich, mit dem Einverständnis des Patienten, auf der Station an und gebe bekannt, dass es dem Patienten nicht gut geht und dort wird dieser weiter gut begleitet. Ansonsten gibt es mir die Sicherheit, wenn innere Prozesse „angerissen“ werden, dass die Patienten die Möglichkeit haben, diese nochmals in der Einzeltherapie oder auf der Station zu bearbeiten.

Johanna: Und schreibst du Protokoll im Nachhinein?

Prasch: Ja, ich schreibe kurzen Sätzen mit.

Johanna: Einfach für dich?

Prasch: Ja, für mich. Rein für mich!

Johanna: Es ist mir aufgefallen, dass ihr ganz viele Materialien habt's, die auch haptisch sehr spannend sind.

Prasch: Das Haptische ist kein Zwischen – Material. Das Haptische ist sehr direkt in der Bearbeitung mit den Händen. Ich habe keinen Vermittler, wie den Pinsel, der beim Malen die Farbe aufs Papier bringt. Fingermalfarben sind z. B. ein ganz interessantes Malmaterial. Der Patient trägt mit den Fingern die Farbe aufs Papier auf. Mit Fingermalfarben kann man nicht

exakt malen, daher versuche ich es Personen anzubieten, die extrem perfektionistisch sind. Mit Fingeralfarben kann nicht perfekt gemalt werden. Der Finger nimmt die Farbe auf, sozusagen ist der Finger der Pinsel, mit dem ich den Strich auf das Papier setze. Der Strich wird natürlich nie perfekt sein, das ist für manche Patienten schon herausfordernd. Auch Ton und Speckstein können herausfordernde haptische Materialien sein. Mit diesen Materialien werde ich in der Bearbeitung mit Veränderung und Loslassen konfrontiert, wenn ich diesen Vorgang nicht mehr rückgängig machen kann. Auch wenn ich mit Ton etwas forme, ich kann eine Idee formen, doch im Tun kann es passieren, dass diese nicht so leicht umsetzbar ist. Ich habe die Möglichkeit dies umzuformen, aber nicht grundlegend zu verändern, außer ich fange von vorne nochmals an zu formen.

Johanna: Ja, es geht in der Schule um das Gleiche, Eigenverantwortung übernehmen. Forcierst du das Haptische dann?

Prasch: Mir ist viel wichtiger, dass der Patient seine Eigenwahrnehmung sensibilisiert. Was möchte er gerne ausprobieren, ohne ihm Druck zu machen, etwas zu erschaffen. Es geht um ein Probieren oder Experimentieren. Es erleichtert dem Patienten, wenn ich die Wörter „probieren“ und „experimentieren“ verwende, diese Wörter nehmen die Erwartung heraus. Das Haptische forcieren ich nicht.

Johanna: Wie tust du dich beim Abgrenzen?

Prasch: Ja, das Abgrenzen, das funktioniert eigentlich recht gut, muss ich sagen. Mein Wurzeln liegen im Behindertenbereich, somit wurde ich schon sehr früh mit dem Thema Abgrenzung konfrontiert. Durch meine Ausbildungen habe ich gelernt oder wurde mir gelehrt, auf meine eigenen Ressourcen zu achten und ein Balance zwischen Beruf und Privatem zu finden.

Johanna: Ich habe noch eine Frage zum tatsächlichen Tun. Ich habe bei manchen Schülern und Schülerinnen das Gefühl, es hilft ihnen, wenn ich daneben nicht auch irgendetwas in der Hand habe. So irgendwie auch Ton arbeite oder, was auch immer? Das tust du kaum? Dass du irgendetwas selber machst?

Prasch: Ich arbeite nebenbei nicht kreativ mit, das ist mir ganz wichtig. Das könnte Ablenkung schaffen. Manchmal verlasse ich den Raum und gehe in Absprache mit dem Patienten in den Nebenraum, um dem Patienten das Gefühl von „freien Arbeiten“ zu bieten. Es gibt Patienten, die fühlen sich durch das Da – Sein beobachtet und fallen im konkreten Tun in die Hemmung. Das wäre natürlich für den kreativen Prozess kontraproduktiv.

Johanna: Verstehe ich. Ich würde mich voll beobachtet fühlen, wenn jemand da ist, vor allem beim Einzelsetting.

Prasch: Wenn ich so zurückblicke, gibt es jedoch nur wenige Patienten, die in die Hemmung fallen.

Johanna: Spannend!

Prasch: Ich finde es spannend, also die Verbindung aus künstlerischem Arbeiten und gleichzeitig das Therapeutische.

Johanna: Und dass man nicht drein arbeitet?

Prasch: Ja, natürlich kann es schon einmal vorkommen, dass ein Patient malt und man denkt sich, mach es doch so. Doch das ist sein Bild und hier ist Abgrenzung gefordert, da der Patient selbst seine Erfahrung machen darf. Natürlich gebe ich grundsätzlich Hilfestellung. Der Patient soll nie das Gefühl haben, alleine mit seinem Werkstück gelassen zu werden. Es gibt Materialien, die der Patient noch nie vorher bearbeitet hat, da braucht er Sicherheit, die er von mir erhält.

Johanna: Cool! Bist du aus einem psychischen Problem heraus zur Kunsttherapie gekommen oder tatsächlich um das Interesse an Kunst und an Therapie miteinander zu verbinden?

Prasch: Nein, aus keinem eigenen psychischem Problem, sondern ich wollte mich weiterentwickeln. Ich informierte mich über die verschiedenen Therapiearten und Weiterbildungsmöglichkeiten und stoße so auf die Kunsttherapie. Mich inspirierte, dass Kunst heilende Wirkungen hat und fand mich darin selbst wieder. Im Sinne von, wenn ich kreativ sein kann, dann werde ich ruhiger und kann Entspannung erleben. Oder ich sehe persönliche Lebensthemen, so kann ich in der Kunst arbeiten.

Johanna: Normalerweise redet man ja in der Psychotherapie primär über seine Probleme. Man redet dann über seine Geschichten etwas, das man schon 100 mal gesagt hat.

Prasch: Das Reden ist in der Kunsttherapie nicht grundlegend, es ist jedoch ein wichtiger Aspekt. Reden über den z. B. Prozess ermöglicht dem Patienten, dass er seine Reflexion selbst hört und durch das Hören gewinnt der Prozessverlauf mehr an Verinnerlichung. Es geht ums Aussprechen und Hören.

Johanna: Gibt es Leute, die dann tatsächlich bei der Kunst bleiben?

Prasch: Das weiß ich gar nicht so genau, das kann ich gar nicht sagen. Es haben einige Patienten nach dem Ende des Aufenthalts angefragt, ob sie bei mir weitere Einheiten in Anspruch nehmen könnten. Doch leider habe ich keinen Praxisraum.

Johanna: Muss ich keine Ausbildung haben als Kunsttherapeut?

Prasch: Eine Kunsttherapeutische Ausbildung musst du schon absolvieren. Die Kunsttherapie hat leider noch kein Berufsgesetz, daher wird sie im Gesundheitssystem nicht anerkannt und ist daher eher unbekannt. Es wäre schön, wenn alsbald ein Berufsgesetz für uns Kunsttherapeutinnen kommen würde, so würde eine Etablierung stattfinden und es wäre Normalität, dass in verschiedenen Einrichtungen Kunsttherapeutinnen tätig sind. Weiters könnte durch ein Berufsgesetz, die Kunsttherapie vielleicht auch von Ärzten verschrieben werden, wie es normal ist, wenn der Bewegungsapparat nur eingeschränkt funktioniert und man vom Arzt Physiotherapie verschrieben bekommt. Ich denke, generell gehört das Gesundheitssystem aufgebrochen und es sollten mehr ganzheitliche Therapien den erkrankten Personen verschrieben werden.

Johanna: Eine praktische Frage zum Abschluss: gibt es Kunsttherapeuten, die von der Kunsttherapie leben?

Prasch: Gibt es schon, ich kenne auch einige KollegInnen, die in der Selbständigkeit sind. Jedoch ist das erste Jahr der Selbständigkeit oft sehr hart.

Johanna: Vielen Dank für das Interview.

Prasch: Ich hoffe, es war ein Einblick. Ich könnte natürlich noch Stunden über die Kunsttherapie erzählen.

Johanna: Es war sehr spannend. Danke.



CC BY-NC-ND 4.0 International  
Namensnennung - Nicht-kommerziell - Keine Bearbeitung 4.0 International