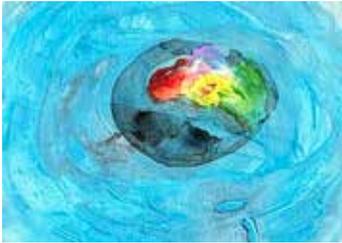


DIE KUNST DER KUNSTTHERAPIE

'Die größte Sehenswürdigkeit ist die Kunst', behauptet der Berliner Schriftsteller Kurt Tucholsky.



Auge

Vielleicht sind die größten Sehenswürdigkeiten der Welt auch die menschlichen Emotionen?!

Ohne unsere Emotionen gäbe es schließlich keine Kunst.

Gefühle können uns und das, was wir wahrnehmen, verzaubern, Liebe hervorrufen oder uns in Rage versetzen... die Welt verändern und neu erschaffen. Sie sind auch imstande, uns zu bedrücken, beunruhigen, uns selbst infrage zu stellen, aus der Balance zu bringen und sie können - dauerhaft und negativ - sogar krank machen.

Und eigentlich kennen wir sie alle - und müssen doch vor allem eins: mit diesen oftmals ungebetenen Gästen dauerhaft leben und ihr überfallsartiges, ungebetenes Dasein in unserem Leben zähneknirschend oder schwer beeindruckt akzeptieren.

Spätestens, wenn wir aber aus der gewohnten Bahn oder der Balance geraten, oder sogar 'in Abgründe fallen', sind wir gezwungen, sie sehr ernst zu nehmen und genauer kennenzulernen und im Übrigen freundlich mit ihnen umzugehen!

Gefühle haben meist Hintergründe, Zusammenhänge, Abläufe und nicht zuletzt 'Macht' über uns, obwohl und weil sie unsere besten Freunde sind ('beste Freunde' können ganz schön anstrengend, weil herausfordernd, sein).

Aber es lohnt sich, sie genauer kennenzulernen! Singen Sie einmal das Gefühl von 'Wut', oder erklären sie kurz und ge-

nau den Gefühlszustand 'Hoffnung'! Sagen Sie mir, was die 6-jährige Franzi mit 'Ich-schütt-dich-mit-Wasser-weg' meint oder erklären mir, was Oma Rita mit 'Ameisen in den Beinen' ausdrückt! Beschreiben Sie einmal das Gefühl 'Langeweile' oder 'Abgrenzungswunsch' in Kürze! Verwenden sie dafür etwa auch weitere BILDER?

Fiel ihnen schon einmal 'ein Stein vom Herzen'? Haben Sie schon einmal 'einen Schlag in der Magengrube' gespürt? Jeder weiß, was gemeint ist - keiner fühlt es so wortgetreu physisch - sondern psychisch (es sei denn, Sie hatten einen kleinen Bruder). Wenn einer behauptet, 'wie aus der Welt gefallen' zu sein und ein anderer sogar 'von Neid zerfressen', rufen wir nicht nach dem Katastrophenschutz oder dem Notarzt. Wir sind damit sozusagen im Bilde.

Aus gutem Grund sind wir in einer fortwährenden Bilderwelt unterwegs:

Ich kann jemanden vor mir sehen, wenn sein Name genannt wird und dabei sogar leise Freude empfinden. Oder ich sehe mich vor Kafkas Grab, wenn jemand 'Prag' sagt und bekomme bei 'Wien' Lust auf einen ordentlichen Kaffee - oder wünsch mir auch so ein goldenes Klimt-Kleid!

Und auf die Frage während einer Reise, wo man denn herkäme, sehen wir dankbar staunend die Havel vor uns (manche gewiss auch das Kladower Forum).

Bilder bereichern und prägen unser Leben. Manchmal weiß man längst nicht mehr, was Erinnerung und was Realität war, behaupten aber gern, es unterscheiden zu können, weil es unsere 'gefühlte Bilderbuch-Realität' ist.



Klimt Erinnerung

Im Guten wie im Schlechten.

Es kann passieren, dass Bilder-und-Gefühle im nervenden 'Repeat-Modus' zum großen Leidwesen des Betroffenen nicht zu 'verdauen' sind und sich in Endlosspiralen im Kopf abspielen oder in unseren Seelen-Archiven landen und dort keine Ruhe mehr geben oder sogar herumgeistern. Unsere Höhlenvorfahren hatten für die Frage des Umgangs mit diesem 'unangenehmen Seelen-Mechanismus' eine beachtenswert clevere - psychotherapeutisch wirksame - Idee:

Was man nicht kennt - davor fürchtet man sich. Was man kennt - kann man besiegen oder bannen. Unsere Vorfahren wussten, wie hilfreich sich die täglich notwendige Ration Nahrung in Form eines kraftvollen Tieres auf der Wand des Höhlen-Wohnzimmers gemalt auswirkte (mit Feuerbeleuchtung allemal!)

Wer weiß, ob nicht neben dem Zauberbann und der vorweggenommenen Freude auf Nahrung auch die Visualisierung des Inneren Erlebens als emotionale Vorbereitung auf den bevorstehenden Jagdkampf diente.



Jagdzauber

Wir kennen das Bildhafte auch in unseren Träumen. Selten wird hier nur ein Buch aufgeschlagen - obwohl mir mal jemand im Traum empfahl, endlich das Buch zu lesen 'Der Steingarten'.

(Das erinnerte mich stark an die Balkonkästen meiner Mutter).

In meiner Kinderzeit hoffte ich immer wieder, schöne Traumgegenstände in die Realität des Aufwachens mitnehmen zu können. Träume und ihre wunderschönen Versprechen müssten sich doch auch be-

wahrheiten können. Also: träumend die Goldkiste gaaanz festhalten und dann die Augen aufmachen! Eine spannende, aber schließlich recht enttäuschende Versuchsreihe.

Mit der Zeit und einigen Informationen darüber, wurde jedoch die Betrachtung der Bild-Sprachlichkeit im Traum - neben der Kenntnis von Freuds Untersuchungen dazu - zu einer interessanten, häufigeren Bildbetrachtung im Versuch, uns selber besser zu verstehen, bzw. unserem Ich hilfreich auf die Schliche zu kommen. Den Hinweis eines Schweizer Psychoanalytikers, man solle den erinnerbaren Traum in einer kurzen, auf den Punkt gebrachten, einfachen verbalen Ein-Satz-Aussage rückübersetzen, kann ich sehr empfehlen! Der Traum als 'schlafende Seelen-Aufräumarbeit' verwendet vor allem Bildsymbole für Gefühlsmäßiges.

(Sie können also getrost die Lokomotive vergessen, die sie im Traum nicht ordnungsgemäß in den winzigen Lokschuppen gefahren haben, sollten aber vielleicht schauen, ob sie nicht längst bemerkt haben, dass ihr Leben sie im Moment leicht überfordert).



Traumbild

Kann Farbe auch 'sprechen'? Ja, kann sie! Eine bemalte riesige Leinwandfläche von Mark Rothko scheint außerordentlich viel erzählen zu können: Vom Zusammentreffen von Sanftmut und Temperament.

Vom Feuer neben seliger Sonnenwärme. Vom Grenzenlosen und seinen Grenzen. Vom Leuchten auf fast 'materielle Weise'. Bilder und Malerei können Gefühle und Gedanken beim Betrachter und beim Ma-

ler 'in Fluss' bringen - was eine bewusste oder unbewusste Absicht ist. Farben und Formen haben einen erstaunlich direkten Zugang zu unserem 'Erlebens-Speicher'.



Erinnerung an Rothko

Der Künstler betrachtet - er **sieht** - sein Werk am Ende und er weiß und fühlt nach, was ihn durch dieses Bild geführt hatte, was er dabei erlebte und dachte und spürte.

Krankheit hat einen Ursprung, einen Prozess, und **immer** auch Auswirkungen auf Körper UND Seele und beeinflusst unser Leben stark und manchmal erdbebenartig.

Der Weg zu einer Heilung oder Balance, einer 'Therapie', kann gut und nottun, wenn die Beziehung zu sich selbst schwierig geworden ist, wenn Depressionen,

Ängste, Zweifel, Trennungen, Krankheiten, Schmerzen... eine dauerhaft leidvolle Begleitung sind.

'Therapie' heißt: 'Der pflegliche Weg zur Heilung'. Innerlich **und** äußerlich. Seelisch **und** körperlich.

Das anthroposophische Krankenhaus 'Havelhöhe' in Kladow bietet in der klinischen Versorgung auch Kunsttherapien für die Patienten an. Sie wird von Anfang an von den Krankenkassen bei verschiedenen physischen und psychischen Erkrankungen übernommen. Die Wirksamkeit dieser therapeutischen Behandlungsmethode ist mittlerweile wissenschaftlich erwiesen. Sie hilft und unterstützt bei Traumata, Krisen, Depressionen, Ängsten und selbst bei körperlichen Erkrankungen.

Die künstlerischen Therapieräume der beiden Kunsttherapeutinnen, die ich treffe, wirken in ihrer Freundlichkeit und Ausstrahlung von 'In-sich-ruhender-Zuwendung' angenehm gelassen. Der glasumbaute Zwischengang zweier Häuser auf dem Havelhöhe-Gelände hat Licht und das Grün der Laubbäume in den Raum herein-



Dr. med. Nathalie von Jaschke

FÄ für HNO-Heilkunde
FÄ für Sprach-, Stimm- und kindliche Hörstörungen

Öffnungszeiten:	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
	9 - 13 · 14 - 17	9 - 13	9 - 13	9 - 13 · 14 - 16	9 - 13

E-Mail:
info@hno-kladow.com
www.hno-kladow.com

Kladower Damm 364
14089 Berlin
Telefon: (030) 36 99 10 80

geholt. Offenheit und die gleichzeitige Geborgenheit dieses Ortes überraschen und tun wohl.

(Ich würde zu gerne dort **einmal** einen Tag lang malen!)

Ein auffallend wertschätzender Ton und Umgang miteinander schaffen Vertrauen und Wohlgefühl.

Die Patienten, die hierherkommen, sind auf der Suche nach Heilung - aber auch auf der Suche nach Wohlergehen und neuen Wegen. Für viele sind Aquarellieren und Plastizieren neu und helfen in jedem Fall, ein neues 'Farb-Blatt' in ihrem Lebensbuch aufzuschlagen - oder 'eine andere Saite anzuschlagen' oder ein Gefühl für die gestaltende Kraft der Hände zu erleben.



Gestaltende Hände *Quelle:*
Gemeinschaftskrankenhaus Havelhöhe

Krankheit beeinträchtigt. Meist evident, aber häufig auch unbemerkt. Sie betrifft nicht nur den Körper, sondern auch die Seele - was im Grunde eine 'Verknüpfungs-Logik' hat!

Das Angebot von Heilung durch die Kunsttherapie setzt an der Offenheit der Patienten dafür an, zu erleben und wahrzu-

nehmen, was 'außen' und gleichzeitig auch 'innen' geschieht. Die Arbeit ist quasi dia-logisch: Der Malgrund und der Maler. Der Körper und die Seele. Die Formen und das Fließende. Das Licht und die Schatten...



Sonnenblume

Was löst der Prozess im Patienten aus? Was das sichtbare Ergebnis? Welche Veränderbarkeit von Ergebnissen sieht, wünscht und nimmt der Malende wahr? Was bewirkt Harmonie oder Ordnung, in Auseinandersetzung

oder gegenseitiger Verstärkung oder gar in der ruhigen Symbiose? Wo hat Anspannung stattgefunden? Ausgewogenheit, Dynamik, Verbundensein, Freude, Ruhe...?

Die Frage, wie es zu ihrer Berufswahl zur 'Kunsttherapeutin' gekommen sei, beantwortet Sabine Klitzke-Pettener: 'Ich hab' meinen Beruf richtig **gesucht!** Die Berufsberatung fragte damals nach dem, was mir wichtig sei. 'Malen und Menschen', hatte ich geantwortet. Und es hat sich bestätigt: Die Patienten, die in unser Krankenhaus kommen, sind alle in existentiell bedeutsamen Situationen. Ich darf ihre ENTWICKLUNG unterstützen! Das macht mich einfach glücklich!'

Gabriele Völker ist Kunsttherapeutin und hat an der Alanus Hochschule studiert.

'Im eigenen Erleben in meiner künstleri-

hermann

Elektro

E HANDWERK
Innungsfachbetrieb



Tel.: (0 30) 365 46 13



Kundendienst · Komplett-Sanierung · Alarmanlagen · E-Check · Torantriebe
Sprechanlagen · Rauchwarnmelder · Planung und Beratung

www.hermannelektro.de

schen Arbeit konnte ich nachvollziehen, was Kunst bewirken kann. Und einen Prozess begleiten zu können, in dem ENTWICKLUNG passiert... das wünschte ich mir schon sehr!

Gabriele Völker ist für den Bereich Plastisches Gestalten - mit Ton oder anderen Materialien - zuständig. Vier- bis fünfmal in der Woche werden Kunsttherapien angeboten. Kontinuität ist im Heilungsprozess wichtig. Die Tür im Atelier ist immer offen außerhalb der Therapiezeiten!

Das Aquarellieren wird als Analogie und Verbindung zwischen sichtbaren und unsichtbaren Vorgängen betrachtet:

Die Farbe zerfließt auf der Papierfläche und **bewirkt** etwas. Verschiedene Farben und ihre 'Beziehung' zueinander (analoge... komplementäre... kontrastierende... erhellende oder verdunkelnde...) fließen oder ruhen auf dem Papier, vermischen sich, stehen nebeneinander, ergänzen sich, beruhigen oder erhellen sich und bilden neue Farbigkeiten. Je nachdem, ob sie auf nasse oder trockene, dunkle oder helle Farbflächen treffen. Farbe wandelt sich, nimmt auf, was die Umgebungsfarbe ist, oder grenzt sich ab, fließt ins Helle und

trifft erneut auf einen Farblecks, aus dem neue Form und Farbigkeit entstehen kann.

Die Therapie verläuft Schritt für Schritt und ist in ihrer Dynamik nicht vorhersehbar. Manchmal ist es einfach nur das Ineinanderfließen der Farben, das 'erzählen' kann, was ebenso körperlich-psychische Vorgänge in ihrer 'Feinstofflichkeit' und 'Farbe' und ihrem Zusammenhängen an entscheidender Fähigkeit in sich tragen: den **Fluss** und die **Veränderung**.

Farben und Formen



Krankheit ist, sagen die beiden Kunsttherapeutinnen, in der anthroposophischen

Kunsttherapie eine 'Disbalance'. Der kunsttherapeutische Prozess wird von den Therapeutinnen angeregt, reguliert und begleitet. 'Im schöpferischen Prozess widerspiegelt, können diese meist als 'einseitig' erscheinende Elemente (z.B. im nicht ausgearbeiteten Teil einer Figur) sichtbar und erlebbar gemacht werden und von den Patienten aus ihrer Wahrnehmung und ihren Vorstellungen heraus bearbeitet und als veränderbar verstanden und gefühlt werden.

Das Atelier ist in der therapiefreien Zeit stets offen. Die Patienten dürfen immer kommen und an ihrem Ausdruck von Leichtigkeit und Festigkeit, von Verletzlichkeit und Kraft arbeiten. Diesen Gestaltungswillen können sie erleben und betrachten, mit ihren eigenen Wünschen und Zielen verbinden und ihren inneren Blick für ihre Kraft, ihr Gleichgewicht und das Kommen-und-Gehen in der Hinnahme von Schmerz ebenso schulen wie das Erlebnis von Freude und Gestaltungskraft und - vielleicht auch von Stolz auf sich.

Malen Sie mal wieder ihre Seele frei! Oder fangen Sie wenigstens an, den unglücklichen Tagen ein ganz kleines Bild mit einem rosarot-hellgrünen Glücksgärtchen zu malen! Und lassen Sie sich von der Muse küssen und von den Farben umarmen...



Ruhe

Herzlichen Dank an die Unternehmenskommunikation der Klinik/des Gemeinschaftskrankenhauses, die das Gespräch mit den beiden Kunsttherapeutinnen möglich gemacht und begleitet hat.

Text & Aquarelle Pamela Lammers

GUTER SCHNITT = REICHE ERNTE

**SCHNEIDER**
GartenBaumschule

Verl. Uferpromenade 7-8
14089 Berlin

Der Winter ist die ideale Zeit für Obstbaum-, Kronenrückschnitte und Baumfällungen.

In allen Baumfragen stehen wir Ihnen gerne mit Rat und Tat zur Seite.

Wir wünschen Ihnen ein erfreuliches Gartenjahr.

fon 030. 368 92 80

gartenbaumschule-schneider.de

Bestattungshaus Cladow



Erd-, Feuer und Seebestattungen
Bestattungsvorsorge
Erledigung aller Formalitäten

Parnemannweg 31
14089 Berlin
Fax: 030 365 00 839
Email: info@bestattungshaus-cladow.de

Tel.: 030 365 00 838

24 Std. telefonisch erreichbar