

## Kunsttherapie im Rehaprozess

*Da die Kunsttherapie im Konzept der Abteilung für Psychotherapeutische Medizin einen hohen Stellenwert besitzt, ist es uns–ein Anliegen, dieses therapeutische Angebot in seiner Bedeutung und praktischen Durchführung kurz vorzustellen. So können Sie sich innerlich besser auf die Behandlung einstimmen. Der folgende Text wurde von den Kunsttherapeut\*innen unserer Abteilung erarbeitet, um einen Einblick in ihr therapeutisches Angebot zu vermitteln.*

**Kunsttherapie** ist eine Fachrichtung der so genannten „künstlerischen Therapien“ und zählt zu den nonverbalen, eher handlungsorientierten Therapieverfahren. Das Einbeziehen kunsttherapeutischer Methoden in die psychotherapeutische Behandlung aktiviert eine ursprüngliche Ressource, die allen Menschen in die Wiege gelegt ist. Kunsttherapie knüpft an das elementare Bedürfnis an, mit sich und der Umwelt in Kontakt zu treten, sie unmittelbar wahrzunehmen und sich kreativ-schöpferisch auszudrücken. Kunsttherapeutische Vorgehensweisen schöpfen unter anderem aus tiefenpsychologischen, verhaltenstherapeutisch-lerntheoretischen, systemischen, kunstbasierten und ganzheitlich-humanistischen Ansätzen. Sie vereint eine intensive Wahrnehmung des inneren und äußeren Geschehens mit der Freude am kreativen Ausdruck und dem damit einhergehenden Prozess. Dabei geht es jedoch nicht darum, alle Teilnehmenden zu Künstler\*innen zu machen. Sowohl die kunsttherapeutischen Prozesse selbst, als auch die entstandenen Werke und Gestaltungen dienen innerhalb des therapeutischen Geschehens als „Anschauungs- und Proberaum“, in welchem Handlungen, Verhalten, Glaubenssätze und Denkweisen betrachtet, weiterentwickelt und – wenn möglich – einer sinnvollen Wandlung unterzogen werden können. Innere, symbolische Prozesse können durch die angebotenen Materialien sichtbar gemacht und mit dem eigenen Erleben und persönlichen Lebensthemen verbunden werden. So können kreative Ressourcen neu entdeckt, Selbstheilungskräfte gestärkt sowie vielfältige Veränderungsprozesse angeregt werden. Eindrücke können verarbeitet und persönliches Erleben zum Ausdruck gebracht werden. Über das Gestalten ist es möglich, Spannungen zu regulieren, nach Konfliktlösungen zu suchen und in diesem Prozess zunehmend in einen schöpferischen Dialog zwischen Innen- und Außenwelt zu treten.

### **Kunsttherapie im Rehaprozess**

In der Abteilung für Psychotherapeutische Medizin ist Kunsttherapie im Gruppensetting fester Bestandteil des Therapieprogramms, einmal wöchentlich je 120 Minuten. Dabei sind die einzelnen Einheiten gegliedert in eine Gestaltungs- und Besprechungsphase, die individuell an die Gruppe angepasst werden. Das gemeinsame Gestalten in der Gruppe fördert den Kontakt der Rehabilitand\*innen untereinander. Dieser Austausch ermöglicht die Wahrnehmung von

Gemeinsamkeiten und die Gewissheit, mit den eigenen Schwierigkeiten nicht allein zu sein. Besonders wichtig ist, dass dies alles in einer wertungsfreien, akzeptierenden Atmosphäre geschieht, in der die Gruppenmitglieder sich frei ausdrücken können. Zudem können in der Gruppe die Beziehungsmöglichkeiten des Individuums verdeutlicht und bearbeitet werden; Lernen am Modell und korrektive emotionale Erfahrungen können stattfinden. Dabei kommen verschiedene Medien und Techniken mit je eigener Wirkung zum Einsatz, unter anderem Pastell- und Ölkreiden, Gouache- und Fingerfarben sowie Aquarellfarbe und Aquarellstifte. Außerdem bieten wir Ton, Gips und Papiermaché sowie Zeitschriften und farbiges Papier für das Erstellen von Collagen an. Dabei ist wichtig, dass die Teilnehmenden sich nicht auf das Herstellen von schönen Dingen beschränken, sondern sich als Bestandteil des therapeutischen Prozesses mit ihren Gestaltungen auseinandersetzen. Je nach Gruppe und Gruppenbedürfnis wird themenzentriert, d.h. nach einem vorgegebenen Thema oder nach eigenen Themen gestaltet.

Die themenzentrierte Kunsttherapie bietet sich insbesondere bei Rehabilitand\*innen an, die unter Überflutungszuständen leiden. Um ein Zuviel an Erinnerungen und Assoziationsketten zu begrenzen, kann ein Thema wichtige therapeutische Unterstützung und Halt geben. Die Kontrolle über innere Bilder kann so besser zurückgewonnen werden. Das themenzentrierte Malen ermöglicht, die Aufmerksamkeit zu fokussieren und den Kontakt zu Ressourcen zu halten.

Fakultativ ist zudem die Verordnung von Einzelkunsttherapie möglich. Eine Indikation hierfür ist zum Beispiel gegeben, wenn die Bearbeitung bestimmter Themen eine intensivere und umfangreichere Betreuung erfordert, als dies der Rahmen der Gruppenangebote ermöglichen kann. Zudem ist sie gegeben bei Rehabilitand\*innen, für die bildnerisches Gestalten ein besonders wichtiges Ausdrucksmittel ist.

Mit freundlichen Grüßen - Ihr Kunsttherapieteam der Abteilung PTH

Hissa Groth, Kunsttherapeutin (B.A.)

Gesa Denker, Kunsttherapeutin (B.A.)

Thorsten Linne-Rotermund, Dipl.-Kunsttherapeut (FH)