



Kunsttherapie

im Rehaprozess in der Abteilung für Psychotherapeutische Medizin mit
Psychotraumatologie (PTH) der Klinik Am Osterbach, Bad Oeynhausen

...einige Antworten auf die „frequently asked questions“ (FAQ), die am häufigsten gestellten Fragen in der Kunsttherapie:

1. Muss ich an der Kunsttherapie teilnehmen?

Ja, Kunsttherapie in der Gruppe gehört – zusammen mit den gesprächstherapeutischen Gruppen – zum festen Therapieprogramm Ihrer Bezugsgruppe und ist integraler Bestandteil des Therapiekonzeptes. Sie findet einmal wöchentlich statt und dauert 120 Minuten.

2. Wird dort in meine Gestaltungen einfach so irgendetwas „hineininterpretiert“?

Eine Besprechung kann Ihren eigenen Blick auf Ihre Arbeit bereichern. Sie bestimmen selbst, ob wir gemeinsam eine Bildbesprechung machen und wie wir Ihre Arbeit betrachten.

3. Kann ich da nicht einfach Deko herstellen oder weiter an meinem Pullover stricken?

Es entspricht nicht unserem Verständnis von Kunsttherapie, sich auf das Basteln von Deko-Objekten oder „Praktischem“ zu beschränken. Wir sehen den Prozess der Gestaltung als wichtig an: Die möglichen Abzweigungen und Einfälle, die dabei auftauchen, die innere Ruhe, die Sie dabei gewinnen, oder aber auch die Belebung durch Gefühle und Gedanken, durch Neugier – das geht über die Herstellung schöner Bilder oder Produkte hinaus.

4. Ich kann doch gar nicht malen. Was soll ich also da?

Für die Teilnahme an der Kunsttherapie müssen Sie definitiv nicht malen können. Es geht um die Auseinandersetzung mit Ihren Themen, die Sie mitbringen, nicht um das Erstellen „schöner“ Bilder oder Plastiken/Skulpturen. Oft stellt es sich sogar als hilfreich heraus, kaum Erfahrungen in diesem Bereich zu haben. So können Sie sich schneller auf den Prozess einlassen, und sind nicht damit beschäftigt, die „richtige“ Perspektive oder ähnliches hinzubekommen. Und wir unterstützen Sie gerne bei der Suche nach einem Thema, bei der Umsetzung Ihrer Ideen oder wenn Sie etwas Neues ausprobieren möchten.

5. Womit kann ich denn arbeiten in der Kunsttherapie?

Wir haben verschiedene Materialien zur Auswahl, Sie können daraus frei wählen. Neben Malmaterialien (Deckfarbe, Fingermalfarbe, flüssige Gouachefarbe, Aquarellfarbe), Zeichenmaterial (Farbstifte, Bleistifte, Zeichenkohle und Kreiden) und Zeitschriften für Collagen stehen Ihnen Ton, Gips oder auch Pappmaché zur Verfügung. Wenn Sie darüber hinaus Ideen haben, sprechen Sie uns bitte an. Nicht möglich ist der Einsatz von Handschleifmaschinen (Dremel) oder anderen elektrischen Geräten, die handwerkliche Bearbeitung von Holz und Metall oder z.B. Tiffanyverglasung im Rahmen der Kunsttherapie.



6. Kann ich meine Werke dann mitnehmen?

Ja, die Arbeiten, die Sie in der Kunsttherapie erstellen, können Sie selbstverständlich mit nach Hause nehmen.

7. Kann ich auch über längere Zeit an einem Werkstück arbeiten?

Solange Sie wollen – Skulpturen oder Collagen etwa benötigen meist mehrere Stunden zur Fertigstellung.